1. 以下は、医学サイト「[PLoS Medicine](#)」に掲載された研究¹⁾を BBC News が紹介した記事である。睡眠不足がもたらす健康問題に関する記事を読み問いに答えなさい。

Sabia, Séverine, et al.: Association of sleep duration at age 50, 60, and 70 years with risk of multimorbidity in the UK; 25-year follow-up of the Whitehall II cohort study." *PLoS medicine* 19.10 (2022): e1004109. より抜粋、一部改変して出題した。

問1. 下線部（ア）を和訳しなさい。

問2. 下線部（イ）の "number" の意味として最も適切なものを以下の①～⑤の選択肢から選びなさい。

- ① 回数 ② 順位 ③ 時間 ④ 順番 ⑤ 番号

問3. 以下の文章は、下線部（ウ）の論文における調査方法を説明している。文章中の(a)～(f)にあてはまる語句または文章を適切な日本語で答えなさい。

対象者は (a) 国で (b) の職についている約 (c) 名であった。調査項目として、(d) と (e) を確認した。なお、(d) は手首タイプの装置を用いて確認された者もいた。(e) は (f) 年以上にわたり追跡調査を行った。

問4. 下線部（ウ）の論文が明らかにした結果を2つ日本語で簡潔に答えなさい。

問5. 下線部（エ）のように同一対象者を経年的に調査する研究手法の名称を漢字4文字で答えなさい。なお、本文中には研究手法の名称は示されていません。

問6. 下線部（オ）の章において、睡眠中に脳内では何が行われていると説明されているか日本語で答えなさい。

問7. 下線部（カ）の章で記されている良眠習慣の内から、あなたが①できていること（あるいはできそうなこと）、②できていないこと（あるいは難しそうなこと）を各々1つ選び、日本語で答えなさい。

問8. 下線部（カ）の章で記されている良眠習慣の他に、睡眠を改善させる一般的な習慣を英文で1つ提案しなさい。