

問. 「夏の体調変化と身体のセルフケア」について、以下の問いに答えなさい。

夏から秋への季節の変わり目は、体調を崩しやすい時期である。あなた自身、またはあなたの身の回りの人が、この時期に経験した身体の不調や、健康を保つために行った生活上の工夫を一つ挙げなさい。その上で、リハビリテーションの専門家が、病気や怪我によって環境の変化に適応しにくくなっている人々の健康を支えるために、どのような視点を持つことが大切であるか、あなたの考えを 800 字以内で論じなさい。