

次の2問について解答しなさい。

問題番号1

トレーニングの効果は、トレーニング、栄養、休養が一体となって発揮されます。トレーニングの効果を高めるために必要な栄養素（糖質・脂質・タンパク質・ビタミン・ミネラル）や水分を摂取することに関し、あなたがこれから取り組みたい対策と期待される効果について述べなさい。

540字以上かつ660字以内で解答しなさい。

問題番号2

北海道・札幌2030オリンピック・パラリンピック冬季競技大会の招致活動に関して様々な意見があります。その中で、招致に反対する人たちがいます。その人たちが招致に反対する理由を1つ挙げ、その具体的な背景を説明しなさい。次に、この冬季オリンピック・パラリンピックの招致活動に関するあなたの考えを述べなさい。

540字以上かつ660字以内で解答しなさい。