

## 第6学年2組 体育科(保健領域)学習指導案

平成29年11月28日(火)第5校時 体育館

児童数 男子9名 女子12名 計21名

指導者 教諭 能仲 和歌子

### 1 単元名 「病気の予防」 ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防

#### 2 単元について

本単元では、生活行動がかかわって起こる病気として、心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気、むし歯や歯ぐきの病気などを取り上げる。その予防には、糖分、脂肪分、塩分などを摂りすぎる偏った食事や間食を避けたり、口腔の衛生を保ったりするなど、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを理解できるようにする。

なかでも「生活習慣病の予防 1」でふれるがんについては、正しい知識と正しい認識、命の大切さについて、さらに理解させ深めることが必要である。そこで、日本人の死亡原因として最も多いがんについて学ぶことにより、健康に対する関心を持ち、適切な態度や行動をとることができる児童を育成する。そのために、がんについてより詳しい内容を発展的な授業で取り扱うこととする。

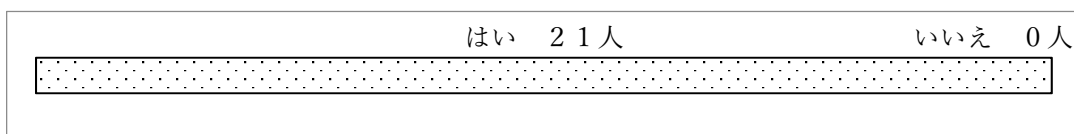
#### 3 児童の実態

本学級の児童は、明るく素直で進んで学習に取り組むことができる。体育科の保健領域の学習においては、積極的に自分の生活と関連付けながら自分の考えを言える児童が多数いる。また、本校は校庭が校舎から離れた場所にあるが、休み時間になると同時に校庭に向かい、外遊びを楽しむ児童も多い。校舎へ戻ってからの手洗いやうがいの習慣も定着し、健康な生活への関心が高いと言える。さらに、10年以上学校で継続して取り組んでいる「体力貯金通帳」では、課題となっている6項目の運動(前まげ、V字バランス、かえる倒立、ブリッジ、腕立てふせ、グーパー)に、全校児童が毎日取り組んでいる。このように、健康・体力づくりに対して関心が高いと言える。

児童はこれまでに、第6学年の体育科の保健領域「病気の予防」の学習において、正しい生活習慣を身に付けることの大切さについて学んでいる。

がんについての事前アンケートの結果は以下のようになっている。(9月4日実施 21名)

1「がん」という病名を聞いたことはありますか。



2「がん」という病気について、今、どのようなイメージをもっていますか。

- ・ 怖い ・ 不安 ・ 大変そう ・ 重い病気 ・ 死ぬ確率が高い(死んでしまう)
- ・ 命にかかわる ・ いろいろな種類がある ・ 早く発見すると治りやすい
- ・ 再発(転移)することがある ・ 治るものと治らないものがある
- ・ たばこを吸っているとやすしい ・ 自覚症状がない場合がある
- ・ 生活が変わる ・ 痛い ・ 防げない ・ 希望が持てない など

3 日本人のどのくらいの割合の人が「がん」になっていると思いますか。

【男性】

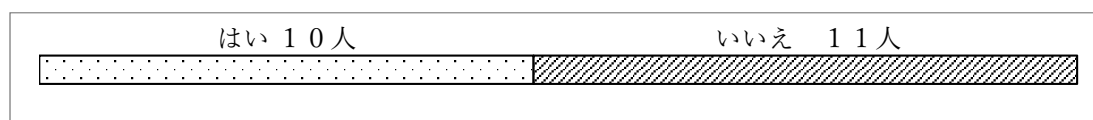
割合(%)	20	30	40	50	60	70	80
人数(人)	1	6	7	3	3	1	0

【女性】

割合(%)	25	35	45	55	65	75	85
人数(人)	1	3	5	5	5	1	1

○・・・実際の数値

4 自分の身近な人でがんになった人はいますか。



5 がんに対する児童の知識について

	質 問	はい	いいえ
①	がんは誰もがかかる可能性がある。	18	3
②	がんは進行すると、今まで通りの生活ができなくなったり、命を失ったりすることがある。	21	0
③	がんは日本人の死因の第2位である。	13	8
④	たばこを吸わないこと、バランスよく食事をする、適度な運動をすることなどによって、予防できるがんもある。	20	1
⑤	早期発見すれば、がんは治りやすい。	19	2
⑥	体の調子が良い場合は、定期的に検診を受けなくてもよい。	1	20
⑦	がんの治療法には、手術治療しかない。	3	18
⑧	がんの痛みはがまんするしかない。	4	17

6 がんに対する児童の意識について

	質 問	そう思う	どちらかといえそう思う	どちらかといえそう思わない	そう思わない
①	自分のがんにならないと思う。	1	6	3	11
②	将来、たばこは吸わないでいようと思う。	18	3	0	0
③	日頃から、バランスの良い食事や適度に運動を行うなど健康な体づくりに取り組もうと思う。	18	3	0	0
④	がん検診を受けられる年齢になったら、検診を受けようと思う。	16	4	1	0
⑤	がんの治療法はいくつかあるが、医師が決めるものである。	1	6	7	7
⑥	がんになっても生活の質を高めることができる。	2	5	6	8
⑦	がんになっている人も過ごしやすい世の中にしたい。	18	3	0	0
⑧	がんと健康について、身近な家族と語ることが大切だと思う。	13	6	2	0
⑨	家族や身近な人が健康であってほしいと思う。	18	2	1	0
⑩	長生きするために健康な体づくりに取り組もうと思う。	19	2	0	0

アンケートの結果から、がんに対して「こわい・不安」「重い病気」「死」「防げない」などの悲観的なイメージをもつ児童が多いことがわかる。また、学級の約半数の児童が「自分の身近な人ががんになった」という経験があり、それに加えて、がん患者がTVなどで大きく取り上げられたことを目にしていることから、がんについてある程度の知識を持っていることがわかる。

しかし、日本人の死因第1位であるがんを、半数以上の児童が第2位であると答えている。また、8割以上の児童が「がんは誰もがかかる可能性がある」と答えながらも、「自分はがんにならないと思う」と考えている児童が3割以上いるなど、がんの知識が正しく得られていないことや意識の低さが伺える。

#### 4 教師の指導観

わが国において、がんは1981年より日本人の死因の第1位で、現在では年間36万人以上の国民ががんによって亡くなっている。また、生涯でがんにかかる可能性は年々増加しており、今日においては、日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなると言われている。このことにより、がんはわが国の国民における健康及び生命にとって重要な課題であり、健康に関する国民の基礎的教養として身に付けておく必要があると考えた。

わが国では、がん対策基本法の下、がん対策推進基本計画が策定された。目標は、下記の通りである。

子どもに対しては、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい認識をもつよう教育することを目指す

その中で、「健康について子どもの頃から学習することが重要であり、学校でも健康の保持増進と疾病の予防といった観点から、がんの予防も含めた健康教育に取り組んでいる。しかし、がんそのものやがん患者に対する理解を深める教育は不十分である。」と指摘されている現状がある。

このようなことから、学校教育を通じてがんについて学ぶことで、健康に対する関心をもち、がんを正しく理解し、適切な態度や行動をとることができるようになって考えた。そして、がん教育が他の様々な病気の予防や望ましい生活習慣の確立を含めた健康教育の充実を図る上でも意義のある内容であると捉え、より詳しく学ぶ時間を設定した。

がん教育では、児童に「がんについて正しく理解することができる」「健康と命の大切さについて主体的に考えることができる」という2点について身に付けさせていきたいと考える。しかし、がんに対する科学的根拠に基づいた理解については、中学校・高等学校で専門的に扱うのが望ましいと考え、小学校段階では、がんに対する基礎的な知識(原因、予防、早期発見、検診等)の理解を目指して学習することとした。同時に、この学習を通して健康と命の大切さについても主体的に考えられる児童の育成を目指した。

また、身近な人をがんで亡くしている児童が学級内にいることから、養護教諭と連携し、このような児童への配慮を慎重に行っていく。

#### 5 単元の目標

(1) 病気の予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。

【関心・意欲・態度】

(2) 病気の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それを表すことができるようにする。

【思考・判断】

(3) 病気の起こり方とその予防の方法、地域の保健活動について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。

【知識・理解】

6 評価規準

	単元の評価規準	学習活動に即した評価規準
関心・意欲・態度	病気の予防について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	①病気の予防について、教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。 ②病気の予防について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。
思考・判断	病気の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それを表している。	①病気の予防について、教科書や調べたことを基に、課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明している。 ②病気の予防について、学習したことを自分の生活と比べたり、関係を見つけたりするなどして、それらを説明している。
知識・理解	病気の起こり方とその予防の方法、地域の保健活動について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	①病気の起こり方について理解したことを言ったり書いたりしている。 ②病原体がもとになって起こる病気の予防について理解したことを言ったり、書いたりしている。 ③生活行動がかかわって起こる病気の予防について理解したことを言ったり、書いたりしている。 ④がんに対する正しい知識について理解したことを言ったり、書いたりしている。 ⑤喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について理解したことを言ったり、書いたりしている。 ⑥地域の様々な保健活動の取組について理解したことを言ったり、書いたりしている。

7 単元の指導と評価の計画(全9時間) 本時は○印

時	学習のねらい・活動	関	思	知	評価方法
1	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などがかかわり合って起こることを理解できるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 かぜをひいたとき、体にどんなことが起こるか経験を振り返る。</li> <li>2 どんなときにかぜをひくのか、自分や家族がかぜをひいたときのことを思い出して、発表する。</li> <li>3 児童から出てきた意見や、教科書の絵をもとに、かぜはいろいろな原因が重なって起こることを整理する。</li> <li>4 かぜ以外の病気の原因を、教科書を参考にして調べる。</li> <li>5 どんなときに病気は起こるか話し合う。</li> <li>6 調べたり、話し合ったりしたことをもとにして、病気の起こり方についてまとめる。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病気の原因は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境の4つに分けて考えることができること。</li> <li>・4つの原因がかかわり合って病気は起こること。</li> </ul> </div>	①		①	<p>発言</p> <p>ワークシート</p>

2	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病原体にはたくさんの種類があり、感染の仕方や、感染症の症状はさまざまであることを理解させる。</li> <li>・感染症の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや、病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であることを理解させる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 教科書 p.32 を見ながら、聞いたことのある感染症をチェックする。</li> <li>2 インフルエンザなどの感染経路について調べる。</li> <li>3 ノロウイルス感染症などの感染経路について調べる。</li> <li>4 病原体にはたくさんの種類があり、感染の仕方や、感染症の症状はさまざまであることを知る。</li> <li>5 感染症の予防について、普段気をつけていることや、知っていることを発表する。</li> <li>6 教科書を参考にさらに調べ、予防の仕方を分類していく。</li> <li>7 教科書 p.32「活用して深めよう」の状況を読み取り、先生がしたそれぞれの対応について理由を考える。</li> <li>8 感染症の予防についてまとめる。</li> </ol> <div data-bbox="201 936 1107 1160" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病原体がもとになって起こる病気の感染経路を理解し、その予防には「病原体をなくす」「病原体のうつる道筋を断ち切る」「体の抵抗力を高める」などがあること。</li> </ul> </div>			①	ワークシート
3	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病の予防には、健康によい生活習慣を身につけることが必要であることを理解させる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 生活習慣病について、知っていることを発表する。</li> <li>2 教科書 p.36 の「日本人の死因の内訳」のグラフから、死因の上位を生活習慣病が占めていることを知る。</li> <li>3 教科書 p.36 を参考にして、偏った食生活や、運動不足が体にどんな変化を及ぼすか調べる。</li> <li>4 教科書 p.37 をもとに、生活習慣病を予防する観点から、生活習慣病になりやすい生活をしている友達に、どんな言葉がけをしたらよいか考える。</li> <li>5 健康によい生活習慣について、食事、運動、休養・睡眠のそれぞれの視点でまとめる。</li> </ol> <div data-bbox="201 1794 1107 1980" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病を予防するには、食事、運動、休養、睡眠に気を配り、健康的な生活習慣を身につける必要があること。</li> </ul> </div>			①	発言
4	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病のうち、むし歯や歯周病の予防には、口の中を清潔にしておくような生活習慣を身につけることが必要であることを理解させる。</li> </ul>				

活 習 慣 病 の 予 防	<p>II 学習活動</p> <p>1 むし歯になったときの経験について発表する。</p> <p>2 教科書 p.38 のたいちさんとやすえさんの1日の生活を比べ、気づいたことを発表する。</p> <p>3 教科書 p.38 の「むし歯の起こり方」の図と、解説「歯がとけやすい状態」と本文を関連づけて読解する。</p> <p>4 歯周病の進み方を調べる。</p> <p>5 歯周病の症状を調べる。</p> <p>6 教科書 p.39「活用して深めよう」で示されたなおきさんの状況を読み取り、正しくない理由を説明する。</p> <p>7 むし歯や歯周病を予防するにはどうしたらよいか、生活習慣の観点でまとめる。</p> <div data-bbox="196 689 1106 875" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯や歯周病を予防するには、口腔の衛生を保つなど口の中を清潔にしておくことが必要であること。</li> </ul> </div>	①	①	観察	ワーク シート
⑤ が ん 教 育	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんについての正しい知識、「予防できること」「早期発見によって治癒する可能性が高いこと」を理解させる。</li> <li>・自分や大切な人のためにできることを主体的に考え、人の思いや命の大切さについて理解させる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <p>1 がんについて確認する。</p> <p>2 映像教材「がんについての基礎知識」を視聴する。</p> <p>3 映像教材「がんと生きる」を視聴する。</p> <p>4 授業で学んだことを生かし、自分にできることを考え、グループやクラス全体で共有する。</p> <p>5 考えをまとめて、これからの生活につなげる。</p> <div data-bbox="196 1451 1106 1693" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんは、生活習慣を整える『予防』と、検診などによる『早期発見』が重要であること。</li> <li>・自分や大切な人ががんになったとき、自分にもできることがあるということ。</li> </ul> </div>	②	④	ワーク シート	ワーク シート
6 喫 煙 の 害 と 健 康	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙により、呼吸や心臓のはたらきに対する負担などがすぐに現れることを理解させる。</li> <li>・周囲の人も受動喫煙で害を受けることを理解させる。</li> <li>・喫煙を長い間続けると、病気にかかりやすくなることを理解させる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <p>1 教科書 p.40 の写真の看板やマークについて知っていることや気づいたことを発表する。</p> <p>2 教科書 p.40 の写真を参考に、禁煙や分煙が行われている理由を考え、話</p>	②			話し合 い

	<p>し合う。</p> <p>3 たばこの煙には健康にとって有害な物質が多く含まれていること、受動喫煙によってたばこを吸わない人も健康に害を受けることを理解する。</p> <p>4 教科書 p.41 の「すぐに体に現れるえいきょう」(急性影響)について調べる。</p> <p>5 教科書 p.41 の「喫煙の開始年齢と病気による死亡との関係」について調べる。</p> <p>6 早い時期からたばこを吸い始めたときの影響について調べる。</p> <p>7 喫煙の害についてまとめる。</p>			⑤	ワークシート
	<p>指導すべき内容</p> <p>・喫煙の害や受動喫煙によるまわりの人への悪影響を理解し、長い期間や早い時期からの喫煙は健康への害が大きくなるということ。</p>				
7	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・飲酒により、判断力が鈍る、呼吸や心臓が苦しくなるなどの影響がすぐに現れることを理解させる。</li> <li>・飲酒を長い間続けると、病気の原因になることを理解させる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <p>1 酒について知っていることや思ったことを発表する。</p> <p>2 飲酒運転が禁止されている理由について調べる。</p> <p>3 酒を飲むとどんな影響が出るか調べる。</p> <p>4 酒を飲むと、アルコールによって脳が麻痺し注意力や判断力が鈍ること、飲酒によって呼吸や心臓が苦しくなるなどの影響が現れることなど、飲酒の急性影響について理解する。</p> <p>5 飲酒の慢性影響について調べる。</p> <p>6 飲酒の害についてまとめる。</p> <p>7 健康への害を理由にした断り方について考え、発表する。</p>	②		⑤	発表  ワークシート
	<p>指導すべき内容</p> <p>・長い期間、過度の飲酒を続けると、脳や心臓などに害が現れ、肝臓などの病気の原因になる場合があること。</p>				
8	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・薬物乱用は、1回の乱用でも死に至ることがあることを理解させる。</li> <li>・乱用を続けると止められなくなり、心身の健康に大きな影響を及ぼすことを理解させる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <p>1 薬物乱用について、知っていることや思ったことを発表する。</p> <p>2 薬物乱用について説明をする。</p> <p>3 教科書 p.44「シンナーの害」の図をもとに、体への害について調べる。</p> <p>4 薬物が別名で呼ばれていることに気づかせ、注意を促す。</p> <p>5 一度乱用すると止められなくなるということについて、教科書 p.45 の図で調べる。</p>			①	ワークシート

	<p>6 薬物乱用者がおちいる生活について調べる。</p> <p>7 薬物乱用は乱用者個人だけの問題ではなく、社会的な問題であり、法律で厳しく禁止されていることを理解する。</p> <p>8 薬物乱用について学習したことをもとに、「薬物に手を出さない」という「自分の決意」を書く。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>指導すべき内容</p> <p>・シンナーなどの薬物の乱用は、心や体の健康に大きな害を及ぼすこと。</p> </div>			⑤	ワークシート
<p>9</p> <p>地域保健活動の</p>	<p>I ねらい</p> <p>・地域では、人々の病気を予防するために、さまざまな保健活動が行われていることを理解させる。</p> <p>II 学習活動</p> <p>1 自分や家族が健康のために気をつけていることを発表する。</p> <p>2 学校で行われている健康を守る活動について発表する。</p> <p>3 町の広報紙やホームページをもとに、健康に関する情報を調べる。</p> <p>4 教科書を参考に、保健所や保健センターなどでは、健康を守るためにどんな活動が行われているか調べる。</p> <p>5 調べたことをもとにして、地域で行われている保健活動についてまとめる。</p> <p>6 自分や家の人の健康を守るために、地域の保健活動をどのように活用できるか考え、発表する。</p> <p>7 健康について、新型インフルエンザの流行のような事態になったときに、自分自身でできること、保健活動を活用することの両面から考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>指導すべき内容</p> <p>・地域ではさまざまな保健活動が行われており、人々の健康はそれらの保健活動に支えられていること。</p> </div>		②	⑥	ワークシート発表



8 本時の学習と指導(5/9)

(1)ねらい

- ・がんについての正しい知識「予防できること」「早期発見によって治癒する可能性が高いこと」を理解することができる。 **【知識・理解】**
- ・自分や大切な人のためにできることを主体的に考え、人の思いや命の大切さについて考えることができる。 **【思考・判断】**

(2)資料および準備するもの・・・ワークシート、TV、PC、発表ボード、黒マーカー、資料

映像教材「小学校版 がん教育プログラム(補助教材)」(文部科学省)

(3)展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点(指導○ 評価規準◆)
導入 7分	<p>1 がんの現状やアンケートで出たがんに対するイメージを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんの罹患率</li> <li>・がんに対する児童の意識</li> <li>・がんのイメージ</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・こわい ・不安 ・重い病気</li> <li>・命にかかわる ・死ぬ確率が高い</li> <li>・大変そう ・治らない など</li> </ul> </div> <p>2 本時のねらいを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0; text-align: center;"> <p>がんについて正しく学び、自分や大切な人のためにできることを考えよう。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がんについて興味・関心を高めるような問いかけをする。</li> <li>○がんについての正しい知識を得ることの必要性・重要性を感じさせる。</li> <li>○身近にがん罹患している人をもつ児童がいること、がん患者の人権に配慮し、正しい知識を伝えることを通して、がんとがん患者への偏見や差別をなくすことを念頭において指導する。</li> <li>○授業中に児童が体調不良を訴えた場合に備え、養護教諭に待機してもらおう。</li> </ul>
展開 ① 13分	<p>3 がんについて理解する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・映像教材①「がんについての基礎知識」を視聴する。(6分35秒)</li> <li>・4つの項目毎に説明を聞き、キーワードを全体で確認する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>①どうしてがんになるの？</li> <li>②がんにならないためには、どうすればいいの？</li> <li>③がんは、なおすことができるの？</li> <li>④どうすればがんを早く見つけられるの？</li> </ul> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○映像教材で学んだポイントをおさえながらキーワードの確認をする。</li> <li>○がんは、命にかかわる病気であるが、絶対に治らない病気ではないこと、正しい知識を学び、自分や大切な人を守ることを考えていくことの重要性を伝える。</li> <li>○がんには、まだ原因がよくわかっていないものが多いので、がん患者の全員が生活習慣が悪かったためにがんになったという誤った印象を与えないように注意する。</li> <li>◆がんについての正しい知識を理解している。</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>【知識・理解】</b></p>

<p>展開② 7分</p>	<p>4 がん患者の思いを理解する。 ・映像教材②「がんと生きる」を視聴する。(倉本さん5分03秒) ・がん患者の心の理解をすることと、がん患者を支えることの大切さをおさえる。</p>	<p>○ワークシート③の視点で、メモをとりながら視聴させる。 ○映像教材のがん経験者ががんになった時の気持ちや生活の様子、周りの人との関わりに着目させる。 ○がんになった人の思いに触れさせ、自分や大切な人と重ねたときに、できることはないか考えながら視聴させる。 ○原因探しや怖さなどの感情を生起させるのではなく、「命を大切に」「生き生きと前向きに生きる」姿を感じ取らせる。</p>
<p>まとめ 18分</p>	<p>5 これまでの学びを生かし、ワークシート④を記入する。 ・1人で記入する。 ・グループで共有し、学習ボードにまとめた考えを掲示し、全体で共有する。</p> <p>6 学習のまとめをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんは、生活習慣を整える『予防』と、検診などによる『早期発見』が重要であること。</li> <li>・自分や大切な人ががんになったとき、できることがあるということ。</li> </ul> </div>	<p>○授業を通してわかったことを生かし、これから自分や大切な人のためにできることを個人からグループに広げ考えを深めさせる。 ○まとめにつながるような言葉を意識して取り上げるようにする。 ○児童の発表内容から共生に関わる内容を取り上げ、がんだけにとらわれず、相手の気持ちに寄りそって接すること、お互いの命を大切にすることについてまとめる。 ○友達から出た考えを色を変えて追記させる。 ○授業を通して出てきた児童の考えの変容を評価し、健康と命の大切さを伝える。 ○これからの生活で大切にしていきたいと考えたことを家族に伝えることで、共に健康や命の大切さについて家族で話し合うきっかけとする。 ◆自分や大切な人ががんになったときにできることを考えることができる。 <span style="float: right;">【思考・判断】</span></p>

9 事後指導

- ・ワークシートを家庭に持ち帰り、健康や命の大切さについて家族と話をする機会を設ける。
- ・アンケートを実施し、児童の変容を分析する。

10 資料等

- ・板書計画(省略)

健康教育に関するアンケート

6年( )組( )番( )

① 次の質問に答えましょう。

- 1 「がん」という病名を聞いたことはありますか。○をつけましょう。  
 ( はい ・ いいえ )
- 2 「がん」という病気について、今、どのようなイメージをお持ちですか。

3 日本人のどのくらいの割合の人が「がん」になっていると思えますか。  
 ○をつけましょう。

- ① 男性 20% ( ) 30% ( ) 40% ( ) 50% ( )  
 60% ( ) 70% ( ) 80% ( )
- ② 女性 25% ( ) 35% ( ) 45% ( ) 55% ( )  
 65% ( ) 75% ( ) 85% ( )

4 自分の身近な人ががんになった人はいますか。○をつけましょう。  
 ( はい ・ いいえ )

② がんについて次の質問について、当てはまるものに○をつけましょう。

1	質 問	そう思う	どちらかといえはそう思う	どちらかといえはそう思わない	そう思わない
①	がんの学習は、健康な生活を送るために重要だ。				
②	がんの学習は、健康な生活を送るために役に立つ。				

③	がんは日本人の死因の第2位である。				
④	たばこを吸わないこと、バランスよく食事をすること、適度な運動をすることなどによって、予防できるがんもある。				
⑤	早期発見すれば、がんは治りやすい。				
⑥	体の調子が良い場合は、定期的に検診を受けなくてもよい。				
⑦	がんの治療法には、手術治療しかない。				
⑧	がんの痛みはがまんするしかない。				

3	質 問	そう思う	どちらかといえはそう思う	どちらかといえはそう思わない	そう思わない
①	自分のがんにならないと思う。				
②	将来、たばこは吸わないでいようと思う。				
③	日頃から、バランスの良い食事や適度に運動を行うなど健康な体づくりに取り組もうと思う。				
④	がん検診を受けられる年齢になったら、検診を受けようと思う。				
⑤	がんの治療法はいくつかあるが、医師が決めるものである。				
⑥	がんになっても生活の質を高めることができる。				
⑦	がんになっている人も過ごしやすい世の中にしたい。				
⑧	がんと健康について、身近な家族と語ることが大切だと思う。				
⑨	家族や身近な人が健康であってほしいと思う。				
⑩	長生きをするために健康な体づくりに取り組もうと思う。				

2	質 問	はい	いいえ
①	がんは誰かがかかる可能性がある。		
②	がんは進行すると、今まで通りの生活ができなくなったり、命を失ったりすることがある。		

# がんを学ぼう！ あなたと大切な人の命のために

## 1 「がん」とは、どのような病気だろう

～みんなが持っているイメージは？～

・死んでしまう ・痛い ・大変そう ・今まで通りの生活ができなくなる  
 ・こわい ・治らない ・希望がもてない ・自覚症状がない  
 ・防げない ・不安

## 2 「がん」について、正しく学ぼう。

説明を聞き、キーワードに当てはまる言葉を書こう。また、メモには、わかったこと、大切なこと、大切なことを書こう。

質問① どうしてがんになるの？

( )細胞が増える  
↓  
正しい細胞が( )働かなくなる  
↓  
**がん**

誰もが「がん」になる可能性がある

質問② がんにならないためには、どうすればいいの？

キーワード  
健康によい   習慣が大切！

質問③ がんは、なおすことができるの？

キーワード   発見が大切！

質問④ どうすればがんを早く見つけられるの？

キーワード   には健康によい生活習慣  
早期発見には   検診が大切！

年 組 番 名前

## 3 「がん」になった人の話を聞こう。



今、どのような思いで何を大切にしているのだろう

- 「がん」と分かったときのこと
- 治療の時にまえになったこと
- 仕事について
- 今大切にしていること
- メッセージ

## 4 自分や大切な人のためにできることを考えよう。

学んだことを生かして、自分でもできそうなことを書こう。

学んだことを生かして、自分でもできそうなことを書こう。

### 宿題 がんについて学んだことを、お家の人に伝えよう。

お家の人といっしょに、毎日の活動をふりかえり、学んだことを説明しよう。

食事は...

- お肉と野菜のバランスは大丈夫？
- 塩辛いものばかり食べていない？

運動は...

- 汗をかく運動は、一週間に何回してる？

お家の人からコメントをもらおう。

### Ⅲ 平成29年度 埼玉県がん教育授業研究会 2 上尾市立西中学校

文部科学省委託事業「がんの教育総合支援事業」

#### 平成29年度埼玉県「がん教育」授業研究会(中学校)実施要項

#### 1 趣 旨

日本人の死亡原因として最も多いがんについて、がんそのものの理解やがん患者に対する正しい認識を深める教育は不十分であり課題であると指摘されている。

この課題解決のためには、児童生徒が学校教育を通じてがんについて学ぶことにより、健康に対する関心を持ち、正しく理解し、適切な態度や行動をとることができるように指導することが必要である。

そこで、学校におけるがんに関する指導の充実を図るため、発達の段階に応じた適切な指導が実施されるよう、授業研究会を開催し、研究協議を行う。

2 主 催 埼玉県教育委員会

3 期 日 平成29年11月13日(月)

4 会 場 上尾市立西中学校 上尾市大字今泉515番地  
\*駐車場に限りがありますので、できるだけ公共交通機関で来校願います。  
(JR高崎線「上尾駅」西口から徒歩15分)

5 参加者対象 中学校教職員(保健体育科、養護教諭、保健主事等)及び指導主事

#### 6 日 程

(1) 受付	12時50分～	( 体育館 )
(2) 全体会	13時10分～13時30分	( 体育館 )
(3) 公開授業	13時40分～14時30分	( 体育館 )
(4) 研究協議	14時50分～16時20分	( 体育館 )

#### 7 公開授業

学年	授業者	単元名
3年	青木 友美 教 諭 村  ふみ 養護教諭	保健体育(保健分野) 「(4) 健康な生活と疾病の予防」 イ 生活行動・生活習慣と健康

#### 8 指導者及び役員

埼玉県教育局県立学校部保健体育課	課 長	加藤 健次
埼玉県教育局県立学校部保健体育課	指 導 主 事	武田 直美
埼玉県教育局南部教育事務所	指 導 主 事	小野 毅
上尾市教育委員会指導課	指 導 主 事	熊田 大樹

#### 埼玉県がん教育授業検討委員会委員

埼玉大学教育学部	准 教 授	七木田文彦
埼玉医科大学総合医療センター	准 教 授	儀賀 理暁
川口市立在家中学校	教 諭	佐野 秀行
久喜市立菖蒲中学校	養 護 教 諭	永島 志乃

# 保健体育科（保健分野）学習指導案

平成29年11月13日（月）第5校時 体育館  
第3学年5組 男子18名 女子17名  
指導者 (T1) 教諭 青木 友美  
(T2) 養護教諭 村 ふみ

## 1 単元名 「健康な生活と疾病の予防」 イ生活行動・生活習慣と健康

### 2 単元について

「健康な生活と疾病の予防」（本単元）では、人間の健康は、主体と環境がかかわりあって成り立つこと、健康を保持増進し、疾病を予防するためには、それにかかわる要因に対する適切な対策があることについて理解させなければいけない。本単元のうち「イ 生活行動・生活習慣と健康」では、健康と生活行動は深く関わっており、食生活、運動、休養及び睡眠のそれぞれと健康との関係について理解できるようにさせる。また、健康を保持増進するためには、調和のとれた生活を続けることが必要であること、不適切な生活習慣はやせや肥満などを引き起こしたり、生活習慣病を引き起こす要因となったりし、生涯にわたる心身の健康に様々な影響があることについても理解させる。特に我が国の重要な健康課題となっているがんについては重点的に取り扱うこととする。

近年、社会環境や生活環境の急激な変化により、生涯のうち日本人の二人に一人がかかると推測されるがんは重要な健康課題であり、健康に関する国民の基礎的教養として身につけておくべきものとなりつつある。埼玉県がん対策推進条例（平成25年施行）においても、がんの予防の推進を図るため、学校において児童または生徒ががんに関する正しい知識について理解を深めるための教育に関する施策を講じることが記載されており、がん教育の充実が求められている。これらを踏まえ、学校では健康の保持増進と疾病の予防の観点から、がんの予防も含めた健康教育に取り組んできたが、がんそのものやがん患者に対する理解を深める教育は十分とは言えない。

本単元は、がんは身近な病気であるということを理解させ、予防や早期発見・検診についての関心を持ち、正しい知識を身につけた上で適切な対処ができるようになるとともに、がんを通じて様々な病気についても理解を深め、健康の保持増進に資することを目標としている。

### 3 生徒の実態

本学級は和やかな雰囲気、周囲に対してやさしさを持っている生徒が多く、互いに協力しながら活動に取り組むことができる。また、特別支援学級から転籍してきた生徒に対しても温かい声かけができています。

保健学習の授業では、関心を持ち、積極的に学ぼうとする生徒が多く、小グループでの話し合い活動では、活発に自分の意志を伝えることができる。しかし、その反面学級全体の場で発言をすることに対して消極的な生徒が多く、挙手発言をする生徒に偏りがある。

8月に行った、がんに関するアンケートの結果は以下のとおりである。

(1) がんに関する学習について

質問	そう思う	どちらかといえばそう思う	どちらかといえばそう思わない	そう思わない
がんの学習は、健康な生活を送るために重要だ。	14	18	1	0
がんの学習は、健康な生活を送るために役立つ。	14	17	2	0

(2) がんに関する知識について

質問	正しい	誤り
がんは誰もがかかる可能性のある病気である。	31	2
がんは進行すると、今まで通りの生活ができなくなったり、命を失ったりすることがある。	33	0
がんは日本人の死因の第2位である。	18	15
たばこを吸わないこと、バランスよく食事をする、適度な運動をすることなどによって、予防できるがんもある。	32	1
早期発見すればがんは治りやすい。	28	5
体の調子が良い場合は、定期的に検診を受けなくても良い。	4	29
がんの治療法には手術治療しかない。	7	26
がんの痛みは我慢するしかない。	3	30
がんは治る病気である。	28	5

(3) がんに対する意識について

質問	そう思う	どちらかといえばそう思う	どちらかといえば思わない	そう思わない
自分はがんにならないと思う。	6	13	11	3
将来、たばこは吸わないでいようと思う。	31	2	0	0
日頃から、バランスの良い食事や適度に運動を行うなど健康な体づくりに取り組もうと思う。	18	15	0	0
がん検診を受けられる年齢になったら検診を受けてみようと思う。	14	15	4	0
がんの治療方法はいくつかあるが、医師が決めるものである。	12	9	7	5
がんになっても生活の質を高めることができる。	7	12	11	3
がんになっている人も過ごしやすい世の中にしたい。	15	14	4	0
がんと健康について、まずは身近な家族から語ろうと思う。	10	17	4	2
家族や身近な人が健康であってほしいと思う。	27	5	1	0
長生きをするために、健康な体づくりに取り組もうと思う。	24	9	0	0

※8月25日33名実施

『家族、親戚など身近な人でがんにかかった人はいますか』という質問に対して、「家族(0名)」「祖父母など含む親戚(12名)」「その他(3名)」「いない(10名)」「わからない(9名)」であった。

また、がんに対するイメージや知っていることを問うと、「早期発見をすると治る可能性がある」「検診を受けることが大切」という回答をした生徒もいるが、大半は、「怖い」「苦しい」「普通に生活ができなくなる」「再発する」といったマイナスイメージを持っていることがわかった。身近にがんにかかった人がいる生徒は自分も将来、がんになる可能性があるということを感じているが、身近にいない生徒は自分はがんにならないと思っている。

以上の結果から、がんに対して正しい知識を持っている生徒は少なく、自分自身の生活とは無関係だと思っている生徒が多いことがわかった。

#### 4 教師の指導観

がん教育の目標である『がんについて正しく理解することができるようにする』『健康と命の大切さについて主体的に考えることができるようにする』ということと、生徒の実態から以下の手立てを取り入れて授業を展開していく。

##### (1) 指導内容の明確化

がん教育の具体的な内容としては、主に9項目が挙げられているが、本時では「がんとは(がんの要因等)」「我が国のがんの状況」「がんの予防」「がんの早期発見・がん検診」「がん患者への理解と共生」に絞り、科学的根拠に基づいた基礎知識の定着を目指す。

##### (2) 養護教諭との連携・ゲストティーチャーの活用

がんに関する科学的根拠に基づいた知識などの専門的な内容を含むがん教育を進めるために、普段から生徒の状態を把握している養護教諭と病弱特別支援学校において入院、通院をしながら通学する児童生徒、保護者に対して支援、指導している方の協力を得て、関心を喚起するだけでなく、基礎的知識の定着を目指す。

##### (3) 授業の「見える化」

基礎的知識を正しく習得させるために文部科学省が作成した、「がん教育推進のための教材 指導参考資料」中学生・高校生版「がん教育プログラム(スライド教材)」を積極的に取り入れて、ICTを活用する。また、黒板の板書は1時間の学習の流れと内容が誰にでも一目でわかるようにする。

##### (4) 学習内容を主体的に取り組ませるための活動

習得した知識を定着・深化させるために、生徒同士で資料を分析し、予防策を話し合う活動を積極的に取り入れ、グループワークやディスカッションを用いて考えを深められるようにする。

##### (5) 身近にがん経験者がいる生徒への配慮

アンケート結果から、身近にがん経験者がいる場合は事前に個別面談を行い、授業概要を説明し、途中で辛くなった場合は離席してもよい旨を生徒へ周知した。

#### 5 単元の目標

- (1) 生活行動・生活習慣と健康について関心をもち、学習活動に積極的に取り組むことができるようにする。 **【関心・意欲・態度】**
- (2) 生活行動・生活習慣と健康について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。 **【思考・判断】**
- (3) 生活行動・生活習慣と健康について、基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを理解することができるようにする。 **【知識・理解】**



6 単元の指導計画と評価計画

(1) 単元の観点別評価規準

	ア 健康・安全への 関心・意欲・態度	イ 健康・安全についての 思考・判断	ウ 健康・安全についての 知識・理解
評価規準	生活行動・生活習慣と健康について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	生活行動・生活習慣と健康について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	生活行動・生活習慣と健康について、基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを理解している。
学習活動に即した評価規準	<p>① 健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。</p> <p>② 課題の解決に向けての話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。</p>	<p>① 健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明している。</p> <p>② 学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つけたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。</p>	<p>① 食生活と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>② 運動と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>③ 休養及び睡眠と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>④ 調和のとれた生活と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>⑤ がんの発生要因とその予防について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p>

(2) 単元の指導と評価の計画【全5時間+1時間(特別活動)】

【保健学習】

時	学習のねらい・活動	関	思	知	評価方法
1 食生活と健康	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組むことができる。</li> <li>食生活と健康について理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>健康を保持増進するための食生活について考える。</li> <li>健康を保持増進するための食事や配慮すべきこと、運動に応じたエネルギーの補給について説明を聞く。</li> <li>自分の食生活について考える。</li> <li>本時の学習を振り返り、ワークシートにまとめ、発表する。</li> </ol>	①		①	<p>〈関・意・態①〉 (学習活動3)</p> <p>健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。【観察】</p>

	<p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康な生活や疾病の予防には、毎日適切な時間に食事をするのが大切である。</li> <li>・年齢や運動量に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮する必要があること。</li> <li>・運動によって消費されたエネルギーを食事によって補給することが必要であること。</li> </ul>			<p>〈知・理①〉 (学習活動4) 食生活と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。 【観察・ワークシート】</p>
2	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つかったりするなどして、筋道を立ててそれらを説明することができる。</li> <li>・運動と健康について理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 運動不足が体に及ぼす影響について考える。</li> <li>2 運動が心に及ぼす影響について考える。</li> <li>3 運動の効果(身体面・精神面)と健康の保持増進のための適切な運動について説明を聞く。</li> <li>4 自分の生活(運動量など)について考える。</li> <li>5 本時の学習を振り返り、ワークシートにまとめ、発表する。</li> </ol>		②	<p>〈思・判②〉 (学習活動4) 学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つかったりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【ワークシート】</p> <p>②</p> <p>〈知・理②〉 (学習活動5) 運動と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。 【観察・ワークシート】</p>
3	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つかったりするなどして、筋道を立ててそれらを説明することができる。</li> <li>・休養及び睡眠と健康について理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 疲労が心身に及ぼす影響について考える。</li> <li>2 心身の疲労を回復する方法について考える。</li> <li>3 休養及び睡眠の効果ならびに健康の保持増進のための適切な休養及び睡眠について説明を聞く。</li> <li>4 自分の生活における休養や睡眠のとり方について考える。</li> </ol>		②	<p>〈思・判②〉 (学習活動4) 学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つかったりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 【ワークシート】</p>

	<p>5 本時の学習を振り返り、ワークシートにまとめ、発表する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・長時間にわたる学習、運動、作業は、疲労やストレスをもたらし、心身の不調や病気を引き起こすこと。</li> <li>・健康な生活や疾病の予防には、休養及び睡眠によって心身の疲労を回復することが必要であること。</li> </ul> </div>		<p>③</p> <p>〈知・理③〉 (学習活動5) 休養及び睡眠と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。 【観察・ワークシート】</p>
<p>4 調和の取れた生活習慣病</p>	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明することができる。</li> <li>・調和のとれた生活と健康について理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 望ましい生活習慣について考える。</li> <li>2 健康と生活習慣の関連、調和のとれた生活の必要性、生活習慣の乱れによる生活習慣病など、生活習慣が健康に及ぼす影響について説明を聞く。</li> <li>3 今後、実践できる生活習慣の改善について考え、発表する。</li> <li>4 本時の学習を振り返り、ワークシートにまとめ、発表する。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人間の健康は生活行動と深くかかわっており、健康を保持増進するためには、年齢、生活環境等に応じた食事、適切な運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることが必要であること。</li> <li>・食生活の乱れ、運動不足、睡眠時間の減少などの不適切な生活習慣は、やせや肥満などを引き起こしたり、生活習慣病を引き起こす要因となったりし、生涯にわたる心身の健康に様々な影響があること。</li> </ul> </div>	<p>①</p>	<p>〈思・判①〉 (学習活動3) 健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明している。 【ワークシート】</p> <p>④</p> <p>〈知・理④〉 (学習活動4) 調和のとれた生活と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。 【観察・ワークシート】</p>

<p>⑤</p> <p>がんの発生要因と予防</p>	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題の解決にむけての話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。</li> <li>・がんの発生要因とその予防について理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 事前アンケートの結果を知る。</li> <li>2 ○×クイズをする。</li> <li>3 本時の学習内容を知る。</li> <li>4 がんの要因について話を聞く。</li> <li>5 資料分析から私たちにできることについて考える。</li> <li>6 大切な人に向けてがんにならないためのメッセージを書き、発表する。</li> <li>7 本時の学習を振り返る。</li> </ol>	<p>②</p>	<p>⑤</p>	<p>〈関・意・態②〉 (学習活動1)</p> <p>課題の解決にむけての話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。【観察】</p> <p>〈知・理⑤〉 (学習活動6)</p> <p>⑤ がんの発生要因とその予防について理解したことを言ったり、書き出したりしている。 【観察・ワークシート】</p>
<p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんとは細胞分裂の際に体の中で異常細胞が際限なく増え、加齢にともない罹患率が上がり、誰でもなりうる病気である。</li> <li>・がんは日本人の死因の第1位であり、二人に一人は一生のうちになにかしらのがんにかかるかと推測できる。また、三人に一人はがんが原因で亡くなっている。</li> <li>・がんになる危険性を減らすための工夫として、「喫煙をしない」「過度の飲酒をしない」「バランスの良い食事」「適度な運動」「定期的ながん検診」などがある。</li> <li>・がんは症状の出にくい病気のため、早期に発見するためには、症状がなくても検診を受けることが不可欠である。しかし、受診率は50%に達していないという現状がある。</li> </ul>				

【特別活動（11月下旬）+保健委員会（2・3学期）】

	学習のねらい・活動	留意点・評価
事後指導特別活動	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がん患者や家族の思いや悩みに気づき、望ましい関わり方について考え、理解することができるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 保健学習におけるがんに関する内容を復習する。</li> <li>2 身近な人ががんになったときの気持ちを考える。</li> <li>3 がん患者の思いと悩みをゲストティーチャーの話などから知る。</li> <li>4 がん患者とどのように接することが望ましいか考える。</li> <li>5 本時の振り返りをする。</li> </ol>	<p>○身近にがん経験者がいる生徒には事前に声をかけるとともに、授業中も観察し、十分配慮する。</p> <p>○保健学習におけるがんに関する事項を確認しながら、正しい知識が、がん患者への正しい理解や関わり方につながることを伝える。</p>

保健委員会	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がん教育で学んだことを校内だけでなく、地域の方にも知らせ、がんの基礎知識を広める。</li> </ul> <p>II 活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 保健委員会の活動で学んだことを模造紙にまとめる。(2学期)</li> <li>2 朝会で全校に発表する。(2学期)</li> <li>3 まとめた掲示物を校内に掲示する。(2学期)</li> <li>4 学校保健委員会にて保護者や地域の方へ発表する。(3学期)</li> </ol>	<p>○「がんとは(がんの要因等)」 「我が国のがんの状況」「がんの予防」「がんの早期発見・がん検診」の4項目に分けてまとめさせる。</p> <p>○誰が見てもいいように表現の仕方や内容を明確にさせる。</p>
-------	---	---

7 本時の学習と指導 (5 / 5)

(1) ねらい

- ・課題の解決に向けての話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。

【関心・意欲・態度】

- ・がんの発生要因とその予防について理解したことを言ったり、書き出したりしている。【知識・理解】

(2) 資料及び準備するもの

- ・ワークシート(個人、班) ・資料 ・マグネット ・パソコン ・移動式スクリーン ・ペン
- ・掲示用クリアファイル ・○×カード ・掲示物 ・ホワイトボード ・書画カメラ

(3) 展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点(○指導 ◆評価規準)
導入 7分	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 事前アンケートの調査結果を知る。</li> <li>2 ○×クイズをする。  <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>問題1 こげたものをたくさん食べるとがんになりやすい。【×】</p> <p>問題2 がんによって日本人の5人に1人が亡くなっている。【×】</p> <p>問題3 現在発見されているがんの種類は21種類である。【×】</p> </div> </li> <li>3 本時の学習内容を知る。</li> </ol>	<p>○事前アンケートから自分たちの実態と理解度を知らせる。</p> <p>○がんの認識として間違いやすい、知らないであろう内容を問題にし、興味関心を引き出させるようにする。</p> <p>○個人で答えを推測させる。</p> <p>○答えを○×カードで提示させる。</p>
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>がんを正しく理解し、自分たちの生活と結びつけて考えよう。</p> </div>	○本時の目的や学習内容、学習計画について理解させる。
展開 I 13分	<ol style="list-style-type: none"> <li>4 がんの要因について話を聞く。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>1 日本のがんの状況はどうなっているか。</p> <p>2 がんはどのようにして発生するのか。</p> <p>3 発生原因はなにか。</p> <p>4 予防策や早期発見をする方法はあるのだろうか。</p> </div> </li> </ol>	

		<p>○日本のがんの実態を知る。</p> <p>○がんの要因について正しく理解させるとともに、自分の身近な問題であることに気付かせる。(T 2)</p> <p>○必要に応じて補足説明を行う。</p> <p>○机間指導をしながら学習にしっかりと取り組ませる。</p>
	<p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんは日本人の死因の第1位であり、二人に一人は一生のうちになにかしらのがんにかかるかと推測できる。また、三人に一人はがんが原因で亡くなっている。</li> <li>・がんとは細胞分裂の際に体の中で異常細胞が際限なく増え、加齢にともない罹患率が上がり、誰でもなりうる病気である。</li> <li>・がんになる危険性を減らすための工夫として、「喫煙をしない」「過度の飲酒をしない」「バランスの良い食事」「適度な運動」「定期的ながん検診」などがある。</li> <li>・がんは症状の出にくい病気のため、早期に発見するためには、症状がなくても検診を受けることが不可欠である。しかし、受診率は50%に達していないという現状がある。</li> </ul>	<p>○これまでの内容を確認し、ワークシートの穴埋めに記入させる。</p>
<p>展開Ⅱ</p> <p>20分</p>	<p>5 私たちにできることについて資料分析をする。</p> <p>①班で資料を分析させ、読み取れることと私たちができることをまとめる。(12分)</p> <div data-bbox="293 1218 715 1402" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>《 資料内容 》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙と飲酒                      ・食事</li> <li>・運動と適正体重                ・検診</li> </ul> </div> <p>②1班ずつ発表する。(8分)</p>	<p>○班に資料を配布する。(2班ずつ違う資料)</p> <p>○4人班で活動させる。</p> <p>○資料から読み取れることはポイントを端的に書くようにし、これからできることを重点的に考えさせる。</p> <p>○机間指導をしながら論点がずれないようにポイントを確認、説明する。(T 1・2)</p> <p>◆課題の解決にむけての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。</p> <p style="text-align: right;">【関心・意欲・態度】</p> <div data-bbox="772 1496 1417 1693" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>「努力を要する」状況(C)と判断された生徒への手立て(支援)</p> <p>話し合いに参加できない生徒には、これまでに学んだ生活行動・生活習慣の内容を確認させ、そこから答えを推測できるように支援する。</p> </div> <p>○各班から発表者を決め、全体の前で発表させる。</p> <p>○書画カメラで発表班のシートを写し、全体に見えるようにする。</p> <p>○発表内でポイントとなるところを丸でかこんだりアンダーラインを引いたりする。</p> <p>○発表後に各テーマのポイントを再確認し、自分たち以外のテーマについても理解させる。</p> <p>○必要に応じて補足説明をする。(T 2)</p>

まとめ  10分	<p>6 大切な人に向けて、がんにならないためのメッセージを書き、発表する。</p> <p>7 教師の話を聞く。</p>	<p>○ワークシートの見直しや生徒の発表からキーワードをホワイトボードに書き、手紙を書くための資料とさせる。</p> <p>○私たちの生活と結びつけて考え、メッセージを書けるように促す。</p> <p>○机間巡視をしてポイントを押さえている生徒に発表させる。</p> <p>◆がんの発生要因とその予防について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p style="text-align: right;">【知識・理解】</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>「努力を要する」状況（C）と判断された生徒への手立て（支援）          文章が書けない生徒には、養護教諭のがんの要因や発表のキーワードについて説明し、支援する。</p> </div> <p>○本時のまとめを行い、がんを予防するための望ましい生活習慣と検診の必要性について再確認する。</p> <p>○ワークシートを回収し、まとめた内容についての補足や指導の必要な生徒には、個別に指導する。</p> <p style="text-align: right;">(T1・2)</p>
----------------	--	---

#### (4) 板書計画

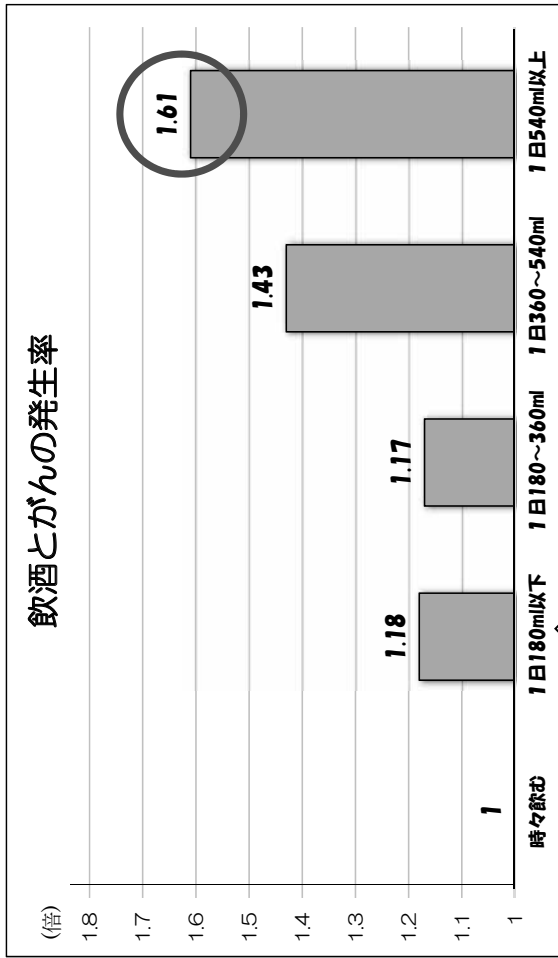
課題：がんを正しく理解し、自分たちの生活と結びつけて考えよう。

- ・日本人における死因第（ 1 ）位であり、今も増え続けている。がんになる人の割合は（ 2 ）人に一人であり、（ 3 ）人に一人はがんが原因で亡くなっている。
- ・がんとは、細胞分裂の際にできる（異常）な細胞のかたまり、その中でも（悪性）のものをいう。
- ・がんにかかる原因第一位：男性は（ 喫煙 ）、女性は（ 感染 ）である。
- ・がんは（ 誰にでも ）なりうる病気である。
- ・がんの原因は①細菌・ウイルス、②よくない（生活習慣）、③遺伝的原因があるが、原因がわかっていないものもある。
- ・がんになる危険性を減らすためには、
  - ① 禁煙、② 節酒、③ バランスのよい食事、
  - ④ 適度な運動、⑤ 適正体重の維持、⑥ 感染対策、
  - ⑦ 検診がある。

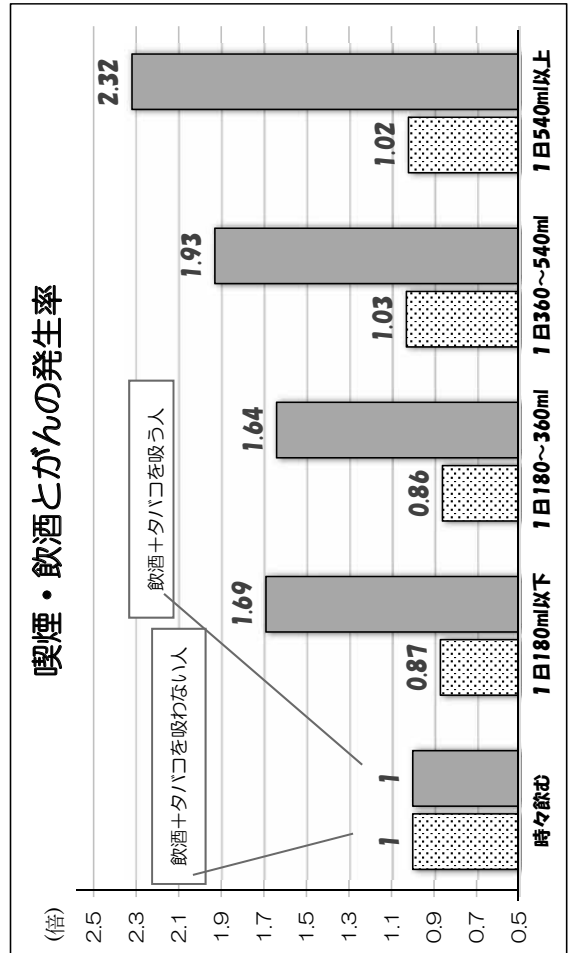
資料分析からできることを考えよう

これからの生活に役立てていこう！

分析資料①



※国立がん研究センター・社会と健康研究センター予防研究グループ



※国立がん研究センター・社会と健康研究センター予防研究グループ

『時々飲む』を基準の1倍とする。

分析資料②

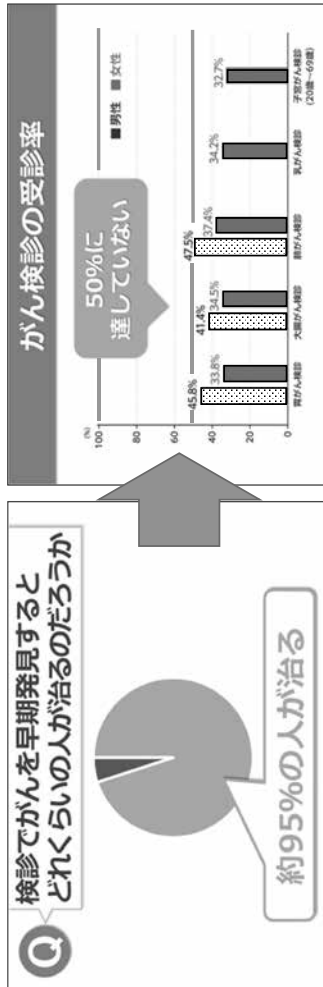
↑ (上向き矢印) はがん発生の促進効果ありを意味し、↓ (下向き矢印) はがん発生を抑制する効果があることを意味する。  
(↑↑、↓↓) は確実、(↑、↓) は可能性大

	食習慣						
	食道	胃	大腸	肝臓	肺	乳房	前立腺
野菜	↓		↓				
果物	↓	↓			↓		
獣肉類			↑ (保存・加工肉)				
塩分		↑					
アルコール	↑↑			↑↑		↑↑	
熱い飲食物	↑						

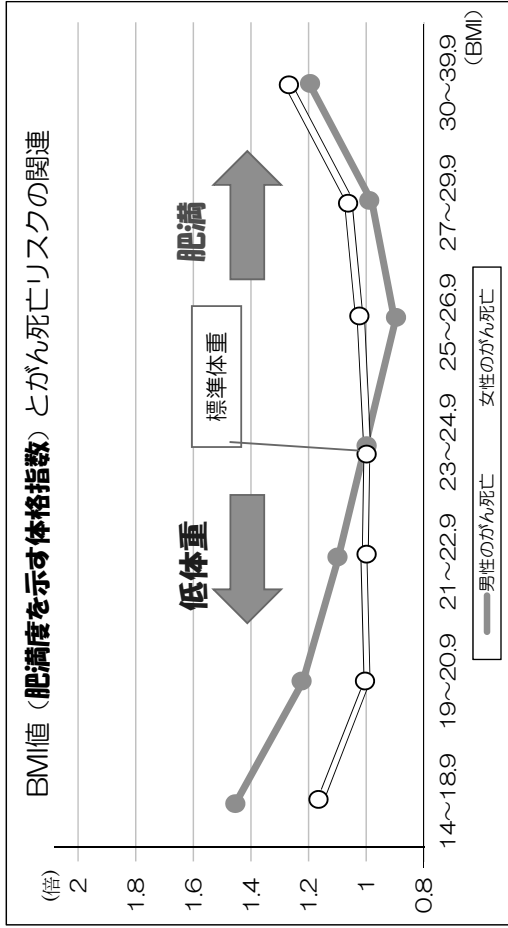
\*野菜・果物はInternational Agency for Research on Cancer, Fruits and Vegetables, IARC Handbooks of Cancer Prevention Volume 8, IARC Press 2003, その他の食品はWHO, Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases, Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation, WHO Technical Report Series 916 2003, による。



分析資料④

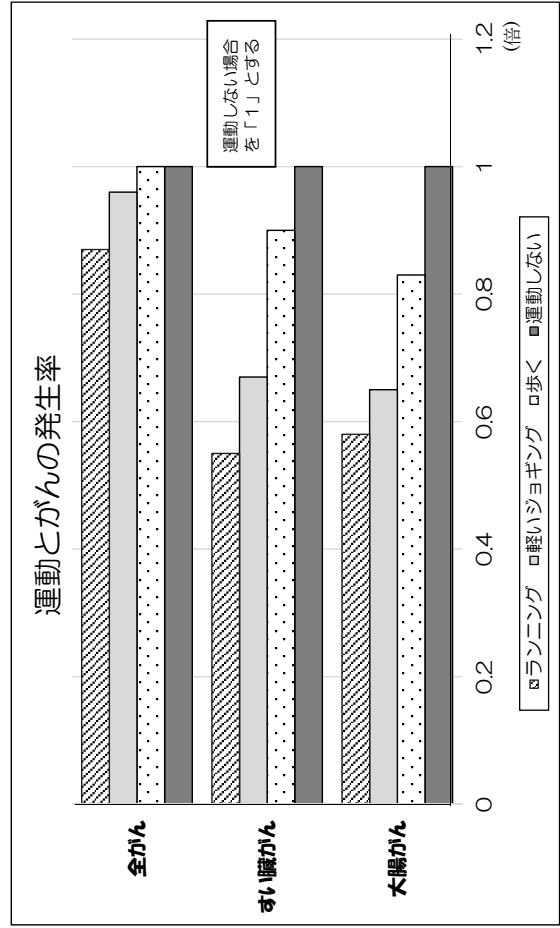


分析資料③



※国立がん研究センター社会と健康研究センター予防研究グループ  
科学的根拠に基づき、がん予防ガイドライン推奨に関する研究肥満指数 (BMI 1) と死亡リスク引当

中高年の日本人を対象に行われた、がんによる死亡のリスクがBMI値 (肥満度を示す体格指数) によって、どう変化しているのかをBMI値 23.0~24.9を基準(1.0)としてグラフに表した。



厚生労働省研究班による多目的コホート研究

分析資料④

がんの種類	対象者 (市民)
胃がん	40歳以上の人
大腸がん	40歳以上の人
肺がん	40歳以上の人
子宮がん	20歳以上の女性
乳がん	40歳以上の女性
前立腺がん	50歳以上の男性

年代別のがんにかかった  
人数(2013年)



資料: 国立がん研究センターがん対策情報センター  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Center, Japan



### Ⅲ 平成29年度 埼玉県がん教育授業研究会 3 県立大宮東高等学校

文部科学省委託事業「がんの教育総合支援事業」

#### 平成29年度埼玉県「がん教育」授業研究会（高等学校）実施要項

#### 1 趣 旨

日本人の死亡原因として最も多いがんについて、がんそのものの理解やがん患者に対する正しい認識を深める教育は不十分であり課題であると指摘されている。

この課題解決のためには、児童生徒が学校教育を通じてがんについて学ぶことにより、健康に対する関心を持ち、正しく理解し、適切な態度や行動をとることができるように指導することが必要である。

そこで、学校におけるがんに関する指導の充実を図るため、発達の段階に応じた適切な指導が実施されるよう、授業研究会を開催し、研究協議を行う。

2 主 催 埼玉県教育委員会

3 期 日 平成29年11月8日（水）

4 会 場 県立大宮東高等学校 さいたま市見沼区膝子567  
\*駐車場はございませんので、公共交通機関で来校願います。

5 参加者対象 高等学校・特別支援学校教職員（保健体育科授業担当者等）  
\*今年度の初任者（保健体育授業担当者等）については、可能な限り出席するよう御配意願います。

#### 6 日 程

※管理等2F職員玄関（事務室前）からお入りください。

- (1) 受 付 13時00分～ ( 会議室 )
- (2) 公開授業 13時25分～14時15分 ( 体育実験室：第2体育館2F )
- (3) 全体会 14時35分～14時55分 ( 会議室 )
- (4) 研究協議 15時00分～16時30分 ( 会議室 )

#### 7 公開授業

学年	授業者	単元名
1年	齋藤 優気 教諭	保健体育（科目保健） 「(1) 現代社会と健康」 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (ア) 生活習慣病と日常の生活行動

#### 8 指導者及び役員

埼玉県教育局県立学校部保健体育課	主幹兼主任指導主事	上條 岳
埼玉県教育局県立学校部保健体育課	指 導 主 事	武田 直美
埼玉県がん教育授業検討委員会委員		
埼玉大学教育学部	准 教 授	七木田文彦
埼玉医科大学総合医療センター	准 教 授	儀賀 理暁
県立鴻巣女子高等学校	養 護 教 諭	飯田 具子
県立飯能高等学校	教 諭	梅田 直希

平成29年11月8日(水) 第5校時 体育実験室  
 第1学年8組 男子29名 女子12名  
 指導者 教諭 齋藤 優気

1 単元名 「(1) 現代社会と健康」 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (ア) 生活習慣病と日常の生活行動

2 単元について

本単元は、我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにすることが目標である。また、「イ 健康の保持増進と疾病の予防」では、以下の学習内容を生徒に理解させる。

- ①健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること。
- ②喫煙や飲酒は、生活習慣病の要因になること。
- ③薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。
- ④①～③の対策には、個人や社会環境への対策が必要であること。
- ⑤感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること。その予防には、個人的及び社会的な対策を行う必要があること。

がんについては、がん対策推進基本計画で「がん患者を含む国民が、がんを知り、がんと向き合い、がんを負けることのない社会」を目指すとしている。しかし、がんは日本人の死亡原因として最も多いにも関わらず、がんそのものの理解やがん患者に対する正しい認識を深める教育は不十分であり、課題であると指摘されている。この課題解決のためには、生徒が学校教育を通じて、がんに関する正しい知識と正しい認識、健康と命の大切さについて学び、自他の健康に対する関心を持ち、健康を適切に管理し、適切な態度や行動をとることができるよう理解を深めさせるとともに、社会的な対策について理解を広げることが必要である。

3 生徒の実態

全員が体育科の生徒である。明るく素直な生徒がほとんどで、体育や保健に関する興味・関心が高い。本校体育科では、目指す体育科像として以下の3点をあげている。これを柱に生徒たちは、より専門的に体育や保健について日々、学習・実践をしている。

- ①社会に貢献できる人間の育成
- ②競技力の向上
- ③指導者の育成

すべての生徒が部活動に所属しており、各部の中心的存在として役割を果たしており、競技力も高い。一方、1年生ということもあり指示を待ってから行動するなど受け身の生徒が多く、自らの考えを自信をもって表現したり、より多くの視点・視野・視座から物事を捉え思考したり判断したりすることが苦手な生徒が多い。

知識構成型ジグソー法を用いた協調学習を行うのは他教科を含めはじめてである。また、対話的に学習を進めることに慣れていなく、支援を要する。

がんについて学習することは初めてで、既有知識や理解に差がある。

4 教師の指導観

がんについて学ばせることだけをねらいとせず、がんを学ぶことで自他の健康に関心を持ち、明るく豊かで活力ある健康な生活を営むために、自他の健康を適切に管理していくことや社会的視野に立った健康づくりの支援や対策について理解を深めさせることを指導のねらいとしたい。つまり、「がん“を”教える」だけでなく「がん“で”教える」ことを指導観の根幹としたい。具体的な手立てとして、以下の3点をあげる。

**I 学習(指導)内容の明確化**

\*学習内容を以下のようにまとめ、意図的に授業内容に組み込む。

**がんの基本的・基礎的知識(1時間目に扱う内容)**

- ・がん罹患することは誰にでも起こりうること。
- ・がんの発症原因はいくつかあり、不明なものもあること。
- ・がんの検診は早期発見、早期治療に有効であること。
- ・がんの治療方法にはいくつかあり、患者に対し必要な支援を講じる必要があること。

**明るく豊かで活力ある健康な生活(2時間目に扱う内容)**

- ・がんや生活習慣病は人生設計に大きく影響するリスクがあること。
- ・がんや生活習慣病に関する正しい知識と正しい認識を持ち、適切に判断・行動することが必要であること。
- ・がんや生活習慣病の予防には社会的な対策や支援が必要なこと。
- ・健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること。

## II 基本的・基礎的な知識の習得と知識を活用する学習活動の実践

- 学習内容を理解させ、深めるために2時間扱いとした。
- 1時間目を「がん“を”教える時間」として位置づけた。がんに関する基本的・基礎的な知識を一斉教授型の授業スタイルで習得させる。この時間は、基本的・基礎的な知識を正確に理解させることと、生徒の既有知識の差を埋めることをねらいとする。
- 2時間目を「がん“で”教える時間」として位置づけた。1時間目に学習した内容をベースに知識構成型ジグソー法を活用した協調的な学習を通し、指導のねらいにせまる時間とした。  
がんの学習だけに留まらず、自他の健康へ関心をもつこと、豊かで活力ある健康な生活を営むために自他の健康を適切に管理していくこと、社会的視野に立った健康づくりの支援や対策について知識を活用させながら対話的に理解を深めさせることをねらいとする。

## III 学習内容を主体的に取り組みさせるための教材の工夫

- 知識構成型ジグソー法を用いた協調学習の適用  
協調学習 (collaborative learning) は、学習者一人ひとりが主体となって学びながら、他者との関わりを通じて自分の考えを良くしていくような学びを目的としている。「主体的・対話的で深い学び」との親和性も高い。  
知識構成型ジグソー法は、協調学習を引き起こすためのひとつの型 (仕掛け) である。生徒に課題を提示し、課題解決の手がかりとなる知識を与えて、その部品を組み合わせることによって答えを作りあげるといった活動を中心にした授業デザインの手法である。一連の活動は以下の5ステップからなる。

- ①問を提示する。
- ②エキスパート活動  
(問について考えるための手がかりとなる3つの違った部品を提供し、自分の考えを言葉にしていく)
- ③ジグソー活動  
(3つの部品を統合的に活用して課題にアプローチする)
- ④クロストーク  
(教室全体で考えを交換し合う)
- ⑤個人で答えを作る。

- 効率的な授業マネジメント
  - \*資料の色分け  
エキスパート活動の際に使用する資料をエキスパートごとに色分け (3色) し、活動がスムーズに進むよう工夫する。資料の色ごとに集合したり分散したりすることができ、指示も通りやすくなることが期待される。生徒の学びを見取る際にも、資料が色分けされていることで、どのエキスパート活動をへてきたのかが一目で分かるようになり、生徒の学びを広げ深めることや評価をすることが容易となる。色のついた紙を使用することで、普段とは違った学習環境を提供することの一助となり、生徒の学習意欲の向上も期待できる。
  - \*ICT機器の活用  
本授業では、指導者がパワーポイント教材を使用して授業を実施する。生徒に一度に多くの情報を提供できることや視覚的に学習内容を理解させることにアドバンテージを得ることができる。また、学習活動の仕方等を学習活動中に提示し続けることができるので、生徒の学びにおける障壁 (学び方や活動の仕方が分からない状態など) を取り除くことができる。
  - \*黒板掲示  
学習活動のながれを黒板にあらかじめ提示する。上記に示した障壁を取り除くことや学習活動をスムーズに進めることに関し有効性が期待できる。また、生徒に学習のつながりを感じさせたり、学習を先取りさせたりすることにも効果的である。

## 5 単元の目標

- (1) 健康の保持増進と疾病の予防について、健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることに関心をもち、学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。 【関心・意欲・態度】
- (2) 健康の保持増進と疾病の予防について、健康を保持増進するための課題の解決を目指して、総合的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。 【思考・判断】
- (3) 健康の保持増進と疾病の予防について、健康を保持増進するための課題の解決に役立つ自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解できるようにする。 【知識・理解】

6 単元の指導計画と評価計画

(1) 単元の観点別評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
評価規準	健康の保持増進と疾病の予防について、健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理することが重要であることに関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	健康の保持増進と疾病の予防について、健康を保持増進するための課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。	健康の保持増進と疾病の予防について、健康を保持増進するための課題の解決に役立つ自らの健康を適切に管理することが及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解している。
学習活動に即した評価規準	①健康の保持増進と疾病の予防について、資料を探したり、見たり、読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 ②喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	①健康の保持増進と疾病の予防について、資料等で調べたことを基に、課題を見付けたり、整理したりするなどして、それらを説明している。 ②喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、学習したことを、個人及び社会生活や事例と比較したり、分析したり、評価したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明している。	①がんについての基本的・基礎的な事項について理解したことを発言したり、記述したりしている。 ②健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりしている。 ③喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因となり、個人や社会環境への対策が必要であることについて理解したことを発言したり、記述したりしている。 ④薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないことや個人や社会環境への対策が必要であることについて理解したことを発言したり、記述したりしている。 ⑤感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること、その予防には、個人的及び社会的な対策を行う必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりしている。

(2) 単元の指導と評価の計画

時	学習のねらい・活動	関	思	知	評価方法
1 生活習慣病と日常生活行動Ⅰ	<p><b>I ねらい</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんについての基本的・基礎的な事項について理解したことを発言したり、記述したりできる。</li> <li>・健康の保持増進と疾病の予防について、資料を探したり、見たり、読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組むことができる。</li> </ul> <p><b>II 学習活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「がんって何？」について考える。</li> <li>2 がんの現状について理解する。</li> <li>3 がんの発生と進行について理解する。</li> <li>4 がんの原因について理解する。</li> <li>5 がんの検査について理解する。</li> <li>6 がんの治療と支援について理解する。</li> <li>7 「がんって何？」について考え、まとめる。</li> </ol> <p><b>指導すべき内容</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんに罹患することは誰にでも起こりうること。</li> <li>・がんの発症原因はいくつかあり、不明なものもあること。</li> <li>・がんの検診は早期発見、早期治療に有効であること。</li> <li>・がんの治療方法にはいくつかあり、患者に対し必要な支援を講じる必要があること。</li> </ul>	①		①	<p>〈関・意・態①〉 (学習活動4) 健康の保持増進と疾病の予防について、資料を探したり、見たり、読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている状況を【観察】でとらえる。</p> <p>〈知・理①〉 (学習活動7) がんについての基本的・基礎的な事項について理解したことを発言したり、記述したりしている状況を【ワークシート】でとらえる。</p>

<p>② 生活習慣病と日常の生活行動Ⅱ</p>	<p><b>I ねらい</b>          ・健康の保持増進と疾病の予防について、資料等で調べたことを基に、課題を見付けたり、整理したりするなどして、それらを説明している。          ・健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりしている。</p> <p><b>II 学習活動</b> (知識構成型ジグソー法)          1 エキスパート活動            A: 一次予防            B: 二次予防・三次予防            C: がんと生活の質 (QOL)          2 ジグソー活動            問:「明るく豊かで活力ある健康な生活」を送るために、我々は「がん」をどのように考え、向き合っていけば良いのでしょうか?          3 クロストーク          4 「がんって何?」について考え、まとめる。</p> <p><b>指導すべき内容</b>          ・がんや生活習慣病は人生設計に大きく影響するリスクがあること。          ・がんや生活習慣病に関する正しい知識と正しい認識をもち、適切に判断・行動することが必要であること。          ・がんや生活習慣病の予防には社会的な対策や支援が必要なこと。          ・健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること。</p>			<p>〈思・判①〉          (学習活動2)          健康の保持増進と疾病の予防について、資料等で調べたことを基に、課題を見付けたり、整理したりするなどして、それらを説明している状況を【観察・ワークシート】でとらえる。          〈知・理②〉          (学習活動4)          健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりしている状況を【ワークシート】でとらえる。</p>
<p>3 喫煙・飲酒と健康Ⅰ</p>	<p><b>I ねらい</b>          ・喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因となり、個人や社会環境への対策が必要であることについて理解したことを発言したり、記述したりすることができる。</p> <p><b>II 学習活動</b>          1 喫煙や飲酒のイメージについて話し合い考える。          2 喫煙や飲酒は生活習慣病の要因となることを理解する。          3 喫煙や飲酒の個人への対策を話し合い、考え発表する。</p> <p><b>指導すべき内容</b>          ・喫煙や飲酒は、生活習慣病の要因になること。</p>			<p>〈知・理③〉          (学習活動3)          喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因となり、個人や社会環境への対策が必要であることについて理解したことを発言したり、記述したりしている状況を【ワークシート】でとらえる。</p>
<p>4 喫煙・飲酒と健康Ⅱ</p>	<p><b>I ねらい</b>          ・喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。          ・喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、学習したことを、個人及び社会生活や事例と比較したり、分析したり、評価したりできる。また、筋道を立ててそれらを説明できる。</p> <p><b>II 学習活動</b> (知識構成型ジグソー法)          1 喫煙・飲酒をとりまく社会環境について知っていることをあげる。          2 エキスパート活動            A: たばこの販売状況および喫煙者数            B: 喫煙・禁煙の実態            C: たばこに対する社会的対策          3 ジグソー活動            問:「たばこの警告表示を考えよう」          4 クロストーク          5 喫煙・飲酒の社会環境への対策について考え、まとめる。</p> <p><b>指導すべき内容</b>          ・喫煙や飲酒は、個人や社会環境への対策が必要であること。</p>	<p>②</p>	<p>②</p>	<p>〈関・意・態②〉          (学習活動3)          喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている状況を【観察】でとらえる。          〈思・判②〉          (学習活動5)          喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、学習したことを、個人及び社会生活や事例と比較したり、分析したり、評価したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明している状況を【観察・ワークシート】でとらえる。</p>

<p>5 薬物乱用と健康</p>	<p><b>I ねらい</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、課題の解決に向けての話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。</li> <li>薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないことや個人や社会環境への対策が必要であることを理解したことを発言したり、記述したりできる。</li> </ul> <p><b>II 学習活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>薬物乱用の現状について理解する。</li> <li>薬物乱用の定義について話合い、考える。</li> <li>薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないことを理解する。</li> <li>薬物乱用の対策には、個人や社会環境への対策が必要であることを理解する。</li> <li>薬物乱用の定義について話合い、発表しまとめる。</li> </ol> <p><b>指導すべき内容</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。</li> <li>薬物乱用の対策には、個人や社会環境への対策が必要であることを。</li> </ul>	<p>②</p>	<p>④</p>	<p>〈関・意・態②〉 (学習活動2) 喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、課題の解決に向けての話合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている状況を【観察】でとらえる。 (知・理④) (学習活動5) ④ 薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないことや個人や社会環境への対策が必要であることを理解したことを発言したり、記述したりしている状況を【ワークシート】でとらえる。</p>
<p>6 感染症とその予防</p>	<p><b>I ねらい</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、学習したことを、個人及び社会生活や事例と比較したり、分析したり、評価したりできる。また、筋道を立ててそれらを説明できる。</li> <li>感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること、その予防には、個人的及び社会的な対策を行う必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりすることができる。</li> </ul> <p><b>II 学習活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>感染症の定義について理解する。</li> <li>感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられることについて理解する。</li> <li>感染症の個人的対策および社会的対策について考え、話し合う。</li> <li>感染症予防に関するポスターを作成する。</li> </ol> <p><b>指導すべき内容</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること。</li> <li>感染症の予防には、個人的及び社会的な対策を行う必要があること。</li> </ul>	<p>②</p>	<p>⑤</p>	<p>〈知・理⑤〉 (学習活動2) 感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること、その予防には、個人的及び社会的な対策を行う必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりしている状況を【ワークシート】でとらえる。 (思・判②) (学習活動4) 喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、学習したことを、個人及び社会生活や事例と比較したり、分析したり、評価したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明している状況を【観察】でとらえる。</p>

7 本時の学習と指導 (2/6)

(1) ねらい

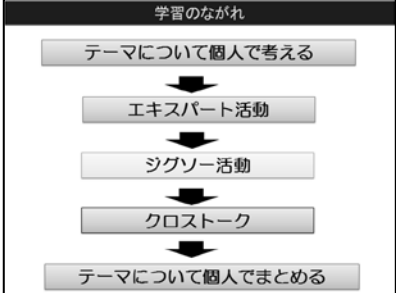
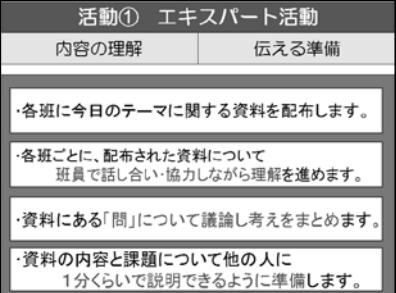
- 健康の保持増進と疾病の予防について、資料等で調べたことを基に、課題を見付けたり、整理したりするなどして、それらを説明している。【思考・判断】
- 健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりしている。【知識・理解】

(2) 資料及び準備するもの

スクリーン、プロジェクター、ノートパソコン、ワークシート、資料 (エキスパート活動用) 発表用紙、マジックペン



(3) 展開

時間	学習の内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価規準)
導入 5分	1 前時の振り返りをする。 2 本時のねらいと課題を知る。 3 本時の流れを知る。 	○エキスパート活動の班で着席させる。 A：3人組 (2グループ) / 4人組 (2グループ) B：3人組 (2グループ) / 4人組 (2グループ) C：3人組 (3グループ) / 4人組 (1グループ) ○前時の内容について要点を絞って確認する。 課題 「がん」って何？ ○「がん」について仲間と教え合い学び合いながら学習を進め、多様な視点から、より深くがんについて理解することを伝える。 ○パワーポイント画面を提示しながら説明をする。 ○本時のながれを黒板に掲示する。
	4 担当になった資料について仲間と話し合い、内容を理解する。(エキスパート活動) A：一次予防 B：二次予防・三次予防 C：がんと生活の質 (QOL)  5 担当した資料について他者に説明し、問に対する答えを話し合っ出す。(ジグソー活動) 問：「明るく豊かで活力ある健康な生活」を送るために、我々は「がん」をどのように考え、向き合っていけば良いのでしょうか？	○エキスパート活動の仕方と目的についてパワーポイント画面を提示しながら説明をする。 ○エキスパート別に色分けされたエキスパート資料を配付する。 ○エキスパート資料について仲間と話し合いながら理解を進めさせる。 ○他者にエキスパート資料について、1分くらいで説明できるよう準備させる。 ○活動内容とねらいをパワーポイントで提示したまま活動させる。 【指導すべき内容】 ・がんや生活習慣病は人生設計に大きく影響するリスクがあること。 ・がんや生活習慣病に関する正しい知識と正しい認識をもち、適切に判断・行動することが必要であること。 ・がんや生活習慣病の予防には社会的な対策や支援が必要なこと。 ・健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること。 努力を要すると判断できる状況(C)の生徒への手立て(支援) ・学習方法を再確認させる。 ・仲間と関わることをうながす。 ・箇条書きで書いて良いことを伝える。 ・視点、視野、視座を変えてみることをうながす。 ・書けなくても話せるように準備させる。 ○ジグソー班で着席させる。 3人組 (11グループ) / 4人組 (2グループ) ○ジグソー活動の仕方と目的について説明する。 ○自分のエキスパート資料の内容をジグソー班の班員に説明させる。 ○要点をしぼって説明させる。 ○様々な視点・視野・視座から課題に対する答えを考えさせる。 ○発表の準備をさせる。 ○活動内容とねらいをパワーポイントで提示したまま活動させる。

	<p><b>活動② シグソー活動</b></p> <p>情報のシェア   テーマへの挑戦   発表準備</p> <p>・1人ずつ、エキスパート資料の内容や活動でわかったことなどを班内で発表します。</p> <p>・シグソー活動の「問」について班内で議論し、班の答えや考えを出します。</p> <p>・全体に発表できるよう準備をします。</p> <p>6 クラス全体に発表する。(クロストーク)</p> <p><b>活動③ クロストーク</b></p> <p>発表   考えをまとめる</p> <p>・班の答えや考えを全体で発表します。</p> <p>・他の班の発表を聴きながら、自分の考えをまとめます。</p>	<p>努力を要すると判断できる状況(C)の生徒への手立て(支援)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習方法を再確認させる。</li> <li>・仲間と関わることをうながす。</li> <li>・視点、視野、視座を変えてみることをうながす。</li> <li>・自分が分からないことを仲間に伝えるようにアドバイスする。</li> </ul> <p>○クロストークの仕方と目的について説明する。  ○発表用紙に発表内容を記入させ黒板に掲示させる。  ○要点を整理して発表させる。  ○各班の発表を聞きながら、自分の考えをまとめさせる。  ○活動内容とねらいをパワーポイントで提示したまま活動させる。  ◆健康の保持増進と疾病の予防について、資料等で調べたことを基に、課題を見付けたり、整理したりするなどして、それらを説明できる。【思】</p>
<p>まとめ 10分</p>	<p>7 がんと他の病気の違いについて考える。</p> <p>8 がんの社会環境への対策について考える。</p> <p>9 課題「がんって何？」について考えをまとめる。</p>	<p>○本時の活動の様子について評価する。  ○がんと他の病気の違いについて投げかけ、考えを深めさせる。  ○がんの社会環境への対策について投げかけ、考えを広めさせる。  ○がんについて正しい知識と正しい理解をすることが大切であることを伝える。  ○課題に対する答えと理由を、本時の学習内容と既有知識をもとに考えさせ、ワークシートに記入させる。  ◆健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があることについて理解したことを発言したり、記述したりできる。【知】  ○本時の感想を記入させる。</p>

8 ワークシート  
別紙

■ エキスパートA 「一次予防」

■ ポイントとなりそうなおとまりながら読む、間に答えよう。

★28歳 女性

結婚が決まった。結婚式まであと1年。「幸せだ。」

がんの闘病中である87歳の祖母から「結婚前に健康診断を受けておきなさい。」と言われた。57歳でがんを発症し克服した人物でもある。祖母はがんを克服してから、誰よりも健康に気がついていて、「病気はいつなるかわからないけど、ならないように努力することはできる。」大好きなおばあちゃんのおぐせ。

正直、健康診断なんて面倒くさい。でも、幸せな家庭を築きたい。子供も欲しい。結婚が決まった今、嬉しさよりも夫や子供のためにも健康であり続けたいと強く願うのも事実。受けてみよう。

結婚式の半年前、夫と一緒に初めて人間ドックを受けた。不安な気持ちもあったが、検査は半日で終了。後日、検査結果が送られてきた。結果は「ヘリコバクター・ピロリ菌感染あり。」

それ以外は良好であった。「ピロリ菌」ってなに？

ピロリ菌という名前は初めて知った。インターネットで検索。胃がんのリスクを高めることもあるようだ。不安に思った私は、夫のすすめもあり胃腸科を受診。医師に詳しい説明をもとめた。

「ピロリ菌は除去できる。」後日、ピロリ菌の除去のために数日薬を飲んだ。再検査の結果、ピロリ菌の除去に成功。ひと安心である。おばあちゃん、ありがとう。

祖母に言われ、人間ドックを受けて良かった。ピロリ菌の感染が分かったときは不安に思ったが、もし10年後や20年後に胃がんを発症していたらと思うと夫や子供の姿が思い浮かんだ。

病気になってから何とかしようとするのでは遅い。いくら気をつけていても病気になるってしまふことはある。でも、生活習慣を正したり定期的に検査を受けたりすることは「がん」だけでなく全ての病気のリスクを下げることになる。ならない努力をすることはできる。自分や家族の体調の変化にも敏感になり、早めに対処することも必要そうだった。

妻として母として、自分の健康だけでなく、家族の健康を守りたい。まずは夫の喫煙について夫と話をしてみよう。

祖母の愛を強く感じた。おばあちゃん、結婚式に来てくれるかな。

【key word】

□ ライフプラン

将来どのような人生や生活を送るか(進学・結婚・出産・仕事 etc)について計画を立てること。また、その計画。人生設計。

□ 一次予防

「がん」などの生活習慣病を完全に防ぐのは難しい。しかし、望ましい生活習慣(食事・運動・休養など)を継続することで、病気になるリスクを下げるができる。病気になるから対処するのではなく、病気をならない努力をすることが大切である。

一次予防	健康増進 疾病予防 特殊予防	生活習慣の改善、生活環境の改善、健康教育による健康増進を図り、予防接種による疾病の発生予防、事故防止による傷害の発生を予防すること
------	----------------------	---

□ 生活習慣病の発症と生活行動

生活習慣病は、望ましくない生活習慣によってすぐに発病するのではなく、長年に渡る望ましくない生活習慣の積み重ねにより発病するリスクが高まる。健康に自信があるときからの望ましい生活習慣の確立や自他の体調に気を配り管理すること、定期的に健康診断を受けるなどの生活行動が生活習慣病のリスクを下げることに有効である。

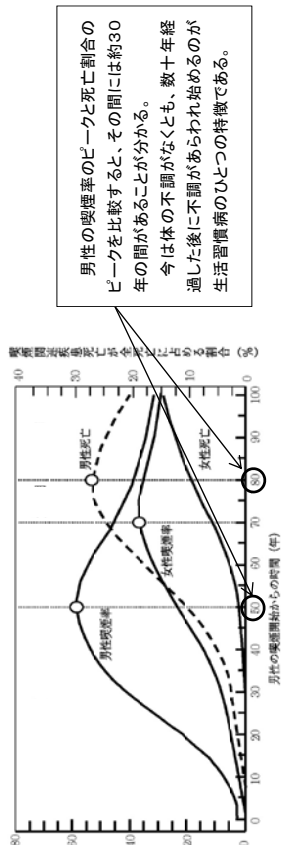


図1. 喫煙と関連する疾患の流行モデル  
出典: Ramstrom LM. Prevalence and other dimensions of smoking in the world. In: Bulliger CT and Fagerstrom KO (eds). The Tobacco Epidemic. Karger, Basel, 1997

問：「がん」などの生活習慣病を予防する行動をとることは、本人や家族のライフプランにどのような影響を与えるのでしょうか？

## エキスパートB 「二次予防 三次予防」

### ■ポイントとなりそうなところにマーカーをしながら読み、間に答えよう。

#### ★43歳 男性

仕事におわれる日々。2ヶ月前から続く微熱とセキはまだ治らない。

「悪い風邪でもひいたかな。」

家族は同じ年の妻と小学5年生と小学1年生の息子2人。まだまだ休んではいけない。ストレスから5年前からタバコの本数も増えた。付き合いで酒を飲む機会も多い。「太ったね。」妻からよく言われる。最近、運動もしていない。階段をのぼるとすぐに息切れ。なさけない。役所から健康診断とがん検診の案内が来ていたようである。

仕事は忙しいし、病気が見つかったも嫌なので行かなくていいか。「まだ若い大丈夫だろう。」

2年前から続く微熱とセキは良くなり悪くなり繰り返す。体もダルい。「疲れかな。」

長引くセキを心配した妻から受診を強くすすめられる。「子供が心配している。」この一言で目が覚めた。仕事の休みがとれた。

「精密検査をしてください。」久々の病院で言われた衝撃的なことば。不安が頭をよぎる。

後日精密検査を受けた。検査の結果は「肺がん」。しばらく頭が真っ白になったあと、家族と仕事のことが思い浮かんだ。「転移はしていませんが、もっと早く見つけられれば、もっと楽に治療できたかもしれません。」この医師からの言葉に後悔を感じた。

妻と子供への告知、仕事の調整、治療法の選択、入院準備、治療費用準備……

まともな心の準備ができていないまま、あわただしく重要なことを次々と決定していかなければならぬ。「知らない」「わからない」って不安。「もし自分がいなくなったら家族はどうなるのか」これが一番つらい。ごく当たり前の普通の生活がいかに幸せだったかとはじめて気がつく。家族や職場の支えが本当にありがたい。

抗がん剤の副作用も軽く済み、手術でなんとか「がん」をとりきった。入院中の治療やリハビリでは病院スタッフの方に本当にお世話になった。

今は、2週に1回の通院で治療を続けている。職場復帰もはたすことができた。今後は、定期的な検診と通院治療がしばらく続く。まだまだ頑張らなければいけない。家族や職場に心配をかけた分、しっかりと生きなくては。

今になって振り返ると、「がん」は私に後悔と同時に多くのことを教えてくれた。

体調の変化をもっと重要視しておけば。生活習慣をもっと考えておけば。そうすれば、がんになるリスクを下げることもできたかもしれない。

定期的な検診を受け、もっと早くがんを見つけれられれば、もっと楽に短時間で治ったかもしれない。もっと早く社会復帰できたかもしれない。

「がん」にもっと関心をもって「がん」に関する知識も勉強しておけばよかった。

まだ「がん」を克服したとは言えない。今後も経過観察が続く。でも、普通の生活が送れることが本当に幸せ。家族に大きな心配をかけた。も私が働けなくなってしまうていれば。万一、死んでしまったら今ごろ妻と息子はとうなっていたのか。病気は人生に大きな影響をおよぼす。避けることのできない病気もある。でも、病気について良く知って、そのリスクを下げることはできるのかも知れない。これは「がん」だけでなく他の病気でも言えること。

息子に何を伝えていこうか。

### 【key word】

#### □ライフプラン

将来どのような人生や生活を送るか(進学・結婚・出産・仕事 etc)について計画を立てること。また、その計画。人生設計。

#### □二次予防

「がん」などの生活習慣病を完全に防ぐのは難しい。しかし、定期的に検診を受けるなど、病気を早期に発見し早期に治療することで、治療の効果や成果を上げることができる。また、患者の負担も少なく済む。生活の質(QOL)を大切にしたい治療が必要である。

#### □三次予防

病気が治療して終わりではない。病気からの回復、社会への復帰、再発の防止まで視野に入れて適切に対処することが必要である。生活の質(QOL)を大切にしたい支援が必要である。

	早期発見	発生した疾病や障害を検診などにより早期に発見し、早期に治療や保健指導などの対策を行ない、疾病や障害の重症化を予防すること
二次予防	早期対処(治療) 適切な医療と合併症対策	
三次予防	リハビリテーション	治療の過程において保健指導やリハビリテーション等による機能回復を図るなど、社会復帰を支援し、再発を予防すること

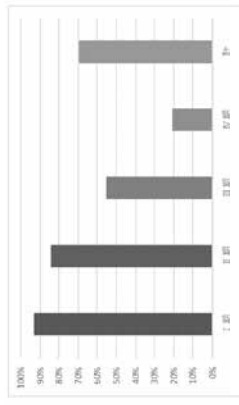
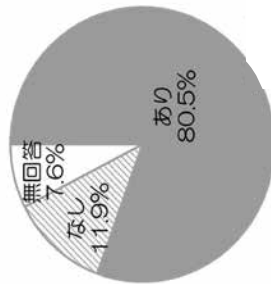


図1. がんの進行度別みた5年生存率  
出典: (国立がん研究センター) がん検診の意義と効果に関する調査(2017年6月)による(国勢調査 2005-2009)  
※がんは大きさやほかの臓器への広がりによって進む進行度に分けて考えます。数字が大きくなるにつれてがんが進行している状態です。

#### 今後の就労(継続)意向



がんをより早期に発見・治療することで生存率があがる。治療も簡単なもので終わることもあり、回復も早い。

東京都福祉保健局  
「がん患者の就労等に関する実態調査」(2014年)

問: 「自他の体調の変化に関心をもち、病を早期発見・早期治療することと「病からの回復・社会復帰」の間にはどのような関係があるのでしょうか？」

また、それを支えるためには、どのような社会的支援が必要でしょうか？



— 保健 がん —

( ) 年 ( ) 組 ( ) 番 氏名 ( )

【授業前】がんにって何？

【1時間目授業後】がんにって何？

【授業後】がんにって何？

【感想】

( ) 年 ( ) 組 ( ) 番 氏名 ( )

【ジグソー活動】

他のエキスパートの情報

■ 「明るく豊かで活力ある健康な生活」を送るために、我々は「がん」をどのように考え、向き合っていけば良いのでしょうか？

— Key Word —