

前橋市立大胡小学校における 「がん教育」の実践

前橋市立大胡小学校 教諭 齋藤 誠

1

本校の取組①

【「がん」を含めた「命の大切さ」を主軸に】

- 個々の継続的な生活様式＝生活習慣が大きく影響するもの。
- 生活習慣の改善を図ることで、がんの罹患率や死亡率を減らすことができる。



「がん」について正しい知識を身につけることで、今後における自己の生活習慣の改善や生命を尊重する態度を高めていく。

2

本校の取組②

【学校教育目標と本研究との関連】

本校の教育目標と目指す児童像

心ときめく 笑顔はじける 命かがやく 児童の育成

＊上記教育目標を具現化するための児童像

- (徳) 自他の意見や行動を尊重し、ちがいを認め合い、優しく温かな心情をもつ児童
- (知) 主体的、協働的な学びの楽しさを知る児童
- (体) 体を鍛え、心を鍛え、最後まであきらめしないで努力する児童

3

本校の取組③

【命をどのように捉えるか】

命（生命）

①道徳的、社会的な意味

②医療的な意味

○対象

小学6年生（最高学年）

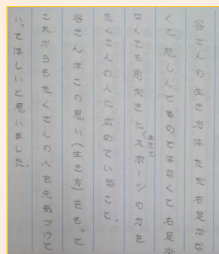
4

○教科との関連づけ（特別の教科 道徳の実践）

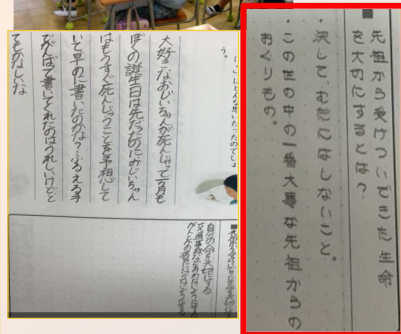
*題材 白血病（4月）



*題材 骨肉腫（5月）



*題材 余命3か月（11月）



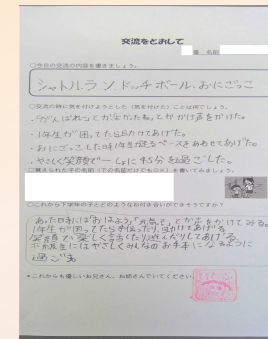
9

○教科担任制 異学年交流（他者理解をとおした自己理解）

*新体力テスト（1年生）実施補助（4月）



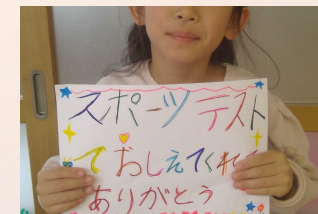
*1年生と学級活動（5月）



*休み時間の一幕



*お礼のメッセージ（3月）



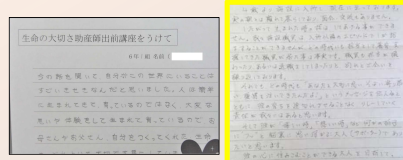
10

○養護教諭・保健主事との連携

☆学校保健計画の見直し（研究の焦点化）

2022 令和4年度		学校保健計画				前橋市立大
月	保健目標	保健関連行事	組織活動		保健教育	保健管理
			児童	保護者	特別活動 学級活動	
4	体の恵と ちるを合 そう	定期健康診断 身体測定、視力、聴 力検査、歯科検診 眼科検診、尿検査 ・視力トントン撮影	健康診断 委員会組織づく り	PTA保健部 ・年間計画に つづいた話し 合い	うまれたいのち(1期) ・大きくなったね(2期) ・赤ちゃん木ごはみ食べるとい (3期) ・こんごの育ち方(3期) ・あなごの料理いもちをまめ ば(4期) ・われらエコ隊(総) ・命!(5期) ・家族の生活再発見(6期) ・命のアサガオ(6期) ・私の生活時間(6期)	健康診断の計画 実施 健康診断の事後 措置 ・保健員常務者の把 握
5	健康診断の 結果を知 健康への意 識を高めよ	定期健康診断 内科・歯科・耳鼻科 検診 心臓検診(1年) プール開格式	アレルギー 対応研修会	PTA保健部 ・年間活動(年 間)	そこのなかをきえよ(1年) たのしい夏見しよ(1年) ・楽しい給食しよ(2年) ・給食の運び方(2年) ・給食の安全な食べ方(3年) ・夏休みたのしみ(3年) ・夏休みたのしみ(3年) ・こんごの育ち方(3期) われらエコ隊(総) ・小さなまめとちいさなこ(4期) ・お次博士のひまわり(5期) ・生命のつなぐ(5期) ・病気の予知(6期) ・体のつくりはた(6期) ・アップ(6期)(6期)	健康診断の実施 結果からの ・旅行前の 健康診断の事後 措置 ・無症状 検

☆学校保健委員会の実施
(命の講座)



11

○安全主任や国語主任・校内司書との連携

☆避難訓練（目的意識の明確化）



(安全主任より)

〇ふり返りは、多くの児童が自己を高く評価しており、恩恵も意欲的に振り返り用紙に記入して
いた。地震発生時の危険回避の方法を理解し、安全な避難行動を主体的に身につけようと取り組
んでいたと考えられる。

【資料】

〈振り返りシート：自己評価〉例 6年1組 (参加人数 22名)

- 〇放送を聞き、自分の身を守れたか？ よくできた (21人 95%) できた (1人 5%)
- 〇避難経路はわかったか？ よくできた (19人 86%) できた (3人 14%)
- 〇「お・は・し・も」はできた？ よくできた (18人 82%) できた (4人 18%)

☆学級図書室の充実（興味の継続）



避難訓練 振り返りカード

6年1組 名前

〇放送をよく聞き、自分の身を守ることができたか？

よくできた できた もう少し

〇避難経路が分かったか？

よくできた できた もう少し

〇「お・は・し・も」を守って避難することができましたか？

よくできた できた もう少し

〇感想を書きましよう。(できたこと、もっとできると思ったこと、分かったことなど)

よしんばいつ、どこで居るのかわからない(1) 多目です
こぼれちゃり覚えて、もししんば、どこで、避難に気遣
しようと思いたす

12

本校の取組⑥【授業実践（体育科）】10月27日

○本時のねらい

がんという病気は主に自己の生活習慣が大きな要因としたものであることを理解し、がんにならない望ましい健康な体を作るために既習事項と関連付けながら、今後、自分の生活で必要となる具体的な取組が考えられる。

○単元計画（9/9時間目）

まどめる	【地域の保健活動】 ◎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する。 ◎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。 ◎教科書を通して、地域の保健活動について調べてまとめる。	宮城県で自分たちの健康を守るように働いている人がいること。検査の意味ややり方がわかった。	・感染症の流行のような事態になった時には、自分自身ができること。保健活動を活用することの場面から考える。【①】（シート・発言）	・自分や家族の生活を具体的に考え、振り返る。【②】（発言）
あげるとつなげる	【がん教育】 ◎身近な病気、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療の可能性が高いこと」等を理解する。 ◎自分のためにできることを主体的に考え、命の大切さについて理解する。	宮がんは自分たちの身近な病気なんだな。 ◎自分の生活習慣を見直せば、がんになる可能性が低くなる。 ◎自分の体を大切にして、健康でいられるように考えよう。	・がんについての正しい知識を理解する。【③】（シート） ◎自分の生活習慣を振り返って、今後の生活について具体的に考えたり、振り返る。【④】（シート）	・がんの要因やがんのリスクを低くする生活行動について、自分の生活を振り返って、今後の生活について具体的に考えたり、振り返る。【⑤】（発言）

○指導方針

- ・病気の予防の学習に対しての興味を高めつつ理解を深められるようにするため、クイズやキーワードを使って、身近な課題であることを意識させ、感心を高めさせる。
- ・病気への罹患は誰にも起こることではあるが、近親者の罹患経験からくる児童の不安やストレスへの配慮をするため、不安やストレスを感じている児童に工夫して声をかける。
- ・自己の生活習慣と望ましい生活習慣を容易に比較、検討できるようにするため、「生活調べ」や健康チェックカードなどを活用する。
- ・意見を発表し合うことや話し合うことで、個々の考えを深められるようにするために、できるだけ単位時間の中で、ICT機器の活用も含めた意見交換の場を設ける。
- ・疾病の罹患率など、自他の身体に起こるものとして病気が理解できるようにするために、パネルやICTを使って説明する。
- ・自分の生活の仕方の良いところや改善するところを気付けられるようにするため、学習で得た知識をもとに自分の生活を振り返れるように声をかける。
- ・がんに対する医般的知識への関心を継続的なものにするため、積極的にがんに関する図書資料の紹介をしていく。

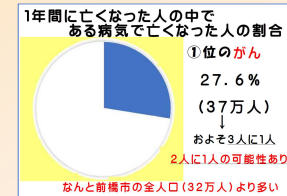
【授業実践（体育科）】10月27日

○児童への初発問

がんについてさらによく知って、大人になっても健康な体でいられるために、どんなことに気をつけて生活するとよいか考えよう。

*授業の工夫

- ・データを活用した導入
- ・提示資料の選定
- ・ICTの活用
- ・関連する資料環境の整理



【授業実践（体育科）】10月27日

○ワークシート作成のポイント

- ①確かな知識
- ②自己の振り返り
- ③継続性の強化
- ④家庭と連携



キャリアパスポートを活用

①がんについてもっとよく知ろう○「わたしとあなたの大切な命」

6年組 番名前

質問 「がん」とはどのような病気だと思いますか？～あなたのがんに対するイメージです～

*あてはまるものに○をつけましょう。（複数でもOK）

・こわい ・痛そう ・苦しそう ・治らない ・不安
 ・なんとか治せる ・わけがわからない
 （その他）

学習 がんについて、もっと正しく学んでいこう！！

☆話を聞きながら、あてはまる言葉を書こう。

*どうしてがんになるのかな？ *がんにならないためには？

（ ） 細胞が増える 健康によい
 正しい細胞は動かなくなる がんになる 習慣が大切だ！

誰でもがんになる可能性がある。 *がんにならないようにしたり、早く見つけたらいいかな？

*がんは治せるの？ *がんは健康によい生活習慣を続ける

見発見が大切だ！ 早期発見には 検診が必要だ！

考えよう これからも自分が「がん」にならないようにするために、どんな生活習慣を意識するとよいでしょうか？～あなたのがんに対するイメージです～

【書き方】 ○○だから（なので）、△△する（しない）。
 （例）夜遅くまで、おかしな食生活をしているので、夕飯後には、おかしな食べ物を食べないようにする。
 *あまり動くことが好きではないので、毎日、階段を歩いたり、散歩したりすることを意識する。

○私の考え○

（だから）

（する・しない）

（反対の意見で参考にしたいこと！）

☆さて、上の考えをもとに行動し続けられるでしょうか？もしかしたらくじけたりするかもしれません。そこで来年も自分の命を大切にしたいので、がんは怖い（がんは怖い）自分に応援メッセージを作りましょう。

○自分への応援メッセージ○

例、忘れていませんか？もし、おかしな食生活を続けていたら、健康を失ってしまいます。頑張ってください。

（家の人のサイン・または一言）

先生 サイン

【授業実践（体育科）】10月27日

○ワークシートへの回答

①がんについてもっとよく知ろう○「わたしとあなたの大切な命」

6年組 番名前

質問 「がん」とはどのような病気だと思いますか？～あなたのがんに対するイメージです～

*あてはまるものに○をつけましょう。（複数でもOK）

・こわい ・痛そう ・苦しそう ・治らない ・不安
 ・なんとか治せる ・わけがわからない
 （その他）

学習 がんについて、もっと正しく学んでいこう！！

☆話を聞きながら、あてはまる言葉を書こう。

*どうしてがんになるのかな？ *がんにならないためには？

（ ） 細胞が増える 健康によい
 正しい細胞は動かなくなる がんになる 習慣が大切だ！

誰でもがんになる可能性がある。 *がんにならないようにしたり、早く見つけたらいいかな？

*がんは治せるの？ *がんは健康によい生活習慣を続ける

見発見が大切だ！ 早期発見には 検診が必要だ！

考えよう これからも自分が「がん」にならないようにするために、どんな生活習慣を意識するとよいでしょうか？～あなたのがんに対するイメージです～

【書き方】 ○○だから（なので）、△△する（しない）。
 （例）夜遅くまで、おかしな食生活をしているので、夕飯後には、おかしな食べ物を食べないようにする。
 *あまり動くことが好きではないので、毎日、階段を歩いたり、散歩したりすることを意識する。

○私の考え○

（だから）

（する・しない）

（反対の意見で参考にしたいこと！）

☆さて、上の考えをもとに行動し続けられるでしょうか？もしかしたらくじけたりするかもしれません。そこで来年も自分の命を大切にしたいので、がんは怖い（がんは怖い）自分に応援メッセージを作りましょう。

○自分への応援メッセージ○

例、忘れていませんか？もし、おかしな食生活を続けていたら、健康を失ってしまいます。頑張ってください。

（家の人のサイン・または一言）

先生 サイン

○私の考えをかきでいるので、10歳までにはお母さん。野菜があまり好きではないので、おまわり食べるので野菜も食べるようにする。

（家の人のサイン・または一言）
 野菜があまり好きではないので、おまわり食べるので野菜も食べるようにする。

（家の人のサイン・または一言）
 病気が多い世の中、がんは特に多く気を付けたい病気です。

（家の人のサイン・または一言）
 自分を大切にしたいので、楽しんで長生きしてね。

（家の人のサイン・または一言）
 よい生活習慣を続けるように、お母さん頑張ろう。

お母さんがもっとよく働いて、栄養バランスのよいごはんを作ろうよ！。宿題もちゃんとやるよ！。

大じょうぶ？女子きらいしてない？バランスを考えたら、お母さんと食べてね。（きらいなものでも）

【授業実践後の取組】

○講話「がんとは」 群馬中央病院 内藤先生



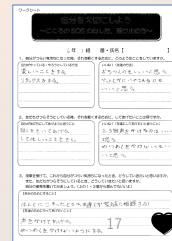
○保健室から発信



○テーマ読書



○学級活動 「SOSの出し方」



成果

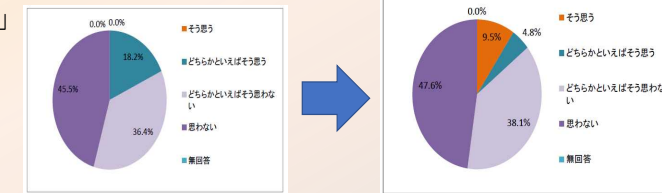
【授業実践効果】

がんについての授業をととして、自己の生活習慣と連携させた思考を高めることができた。

○自分事として実践した効果：がんを含めた命の大切さを自覚

○授業を経た意識の高まりによる価値観の変化（児童アンケートより）

問「自分はがんにならないと思うか」



【外部講師を招聘した効果】

○児童への医療的な知識の補填とがんや病気に対するさらなる関心の向上

課題

【継続的な取組】

次年度への検証をし、よりよい実践につなげていくための取組を丁寧にする。

【他校や他校種との連携】

○隣接校との情報交換などを経て、さらに検討・改善ができる可能性を探る。

○中学校との指導の継続性を意識した情報交換をする。

体育科（保健）学習指導案

令和4年10月27日 5校時
6年1組 指導者 齋藤 誠
場所 6年1組 教室

【授業の視点】

がんに対する基本的な知識を理解し、自らの実生活に合わせた生活習慣を見直す考えが持てるようにするために、仲間との意見交換を取り入れたことは有効であったか。

I 単元名 病気の予防

II 考察

1 学習指導要領上の位置づけ

G 保健

【知識及び技能】

(3) ウ 生活行動が主な要因となって起る病気の予防。

【思考力、判断力、表現力等】

(2) イ 病気の予防について、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などの要因から課題を見付けること。

2 単元について

本単元では、「病気の予防」を扱い、身近な病気であるがんへの正しい理解を通して自己の望む健全な体を求めるために、自己の生活習慣を改善するための目標を考える学習を設定した。その価値は以下の通りである。

《単元（題材）を通して資質・能力を育成する上で大切にすること（価値）》

ア（知識及び技能）

病気の起こり方とその予防の方法について、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。

イ（思考力、判断力、表現力等）

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、それらを説明することができるようにする。

ウ（学びに向かう力、人間性等）

病気の起こり方とその予防の方法について、課題の解決に向けて話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組む事ができる。

この学習は、今後、中学校1年の保健「健康な生活と疾病の防止」の学習へ発展する。

3 がん教育の目標

がん教育の目標は「①がんについて正しく理解することができるようにする。がんが身近な病気である事や、がんの予防、早期発見・検診等について関心を持ち、正しい知識を身に付け、適切に対処できる実践力を育成する。また、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。②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。がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と触れ合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気づき、自己のあり方や生き方を考え、共に生きる社会づくりを目指す態度を育成する。」とあり、生涯国民の二人に一人がかかると推測されるがんは、児童にとって現在または将来直面するであろう課題として、適切な思考・判断で自らの健康管理や健康的な生活行動の選択ができるようにするものである。

4 本単元に関わる児童の実態

(1) これまでの学習

児童は、第3学年で「毎日の生活と健康」の単元を通して、健康な生活の仕方や身の回りの清潔、生活環境を整えることの必要性を学習し、健康によい生活のあり方について学習をしてきた。そして、健康な状態とは主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること、健康を保持増進するには一日の

生活の仕方が深く関わっていることや清潔を保ったり、生活環境を整えたりすることが必要であることについて学習してきている。それにより、自己の健康を維持するためには、実際の生活の中で継続的で健全な身体の状態とはどのようなものか、を考えて実践しようとする発言ができるようになってきている。

(2) 本単元に関わる実態

(知識及び技能)

事前アンケートによる調査や単元に関わるテストから、全ての児童がバランスのよい食事や適度な運動をする事などにより、健全な体を継続的に維持できることを理解していることがわかった。また、健康を意識した生活習慣に取り組む必要性についても考えられている。しかし、がんという病気に関しては20%弱の児童について、がんは誰にでもかかる可能性のある病気ではないと考えている。また、がんは日本人の死因の第2位であると答えた児童が45%であった。このことから、がんという病気について漠然とした知識のみの理解であり、それゆえに自己の生活に結び付くような知識として、知識を反映させる生活実践までには至っていないと考えられる。

(思考力、判断力、表現力等)

近年の新型コロナウイルス感染症の流行に伴う感染症予防を、学校や家庭、地域など、様々な場所や場面で実践していることから児童の感染症予防に対する意識は高く、日頃から手指消毒やマスク着用が確実に実践されている。しかし、年度当初の学級活動において、保健内容の概要（特にがん）について児童に伝えたところ、伝達内容から恐怖を感じ、授業終了後すぐに担任へ不安をもとに質問をした児童が複数名いた。がんについて、近親者に罹患経験のある家庭等からの指導も含め、死を意識した重要な情報が多いことと捉えられている児童は多い。(近親者に罹患経験のある児童37%)

(学びに向かう力、人間性等)

教科書(P45)に紹介されている病気の研究に関する日本の有名な研究者について、レポートの課題を与えたところ、多くの児童が2ページ以上の情報を整理しながら提出することができた。また、感染症対策の一つとして取り組んでいる健康チェックカード(1日の体温や体の調子を確認する表)の提出が毎日できることから、家庭を含め継続的に病気の予防について意識が高められているものと考えられる。しかし、事前アンケートの結果より、18%の児童が自分にはがんにはならないと回答していることから、がんという病気に対する関心を高めたいうえで、確かな知識を持たせる必要があると考えられる。

III 目 標

- | |
|--|
| (1) 病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐこと、病原体に対する体の抵抗力を高めることおよび望ましい生活習慣を身につけることが必要であることについて理解することができるようにする。(知識・技能等) |
| (2) 病気の予防や回復に関わることから課題を見付け、病気を予防する視点から解決の方法を考え、適切な方法を選び、それらを表現することができるようにする。(思考力、判断力、表現力等) |
| (3) 学習活動に粘り強く取り組む中で、健康の大切さに気づき、病気の発生要因や予防についての学習活動に進んで取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等) |

IV 単元の評価規準

評価規準		
知識・技能	思考・判断・表現等	学びに向かう力、人間性等
①病気の起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。	①病気の予防について、教科書や調べた事をもとに、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。	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、学習活動に進んで取り組もうとしている。
②病原体がもとになって起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	②病気の予防について、学習し	② 病気の予防について、課題

<p>いる。</p> <p>③生活行動が関わって起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。</p> <p>④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。</p> <p>⑤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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>
--	--	--

V 指導方針

- ・病気の予防の学習に対しての興味を高めつつ理解を深められるようにするため、クイズやキーワードを使って、身近な課題であることを意識させ、感心を高めさせる。
- ・病気への罹患は誰にでも起こることではあるが、近親者の罹患経験からくる児童の不安やストレスへの配慮をするため、不安やストレスを感じている児童に工夫して声をかける。
- ・自己の生活習慣と望ましい生活習慣を容易に比較、検討できるようにするため、「生活調べ」や健康チェックカードなどを活用する。
- ・意見を発表し合うことや話し合うことで、個々の考えを深められるようにするために、できるだけ単位時間の中で、ICT機器の活用も含めた意見交換の場を設ける。
- ・疾病の罹患率など、自他の身体に起こるものとして病気が理解できるようにするために、パネルやICTを使って説明する。
- ・自分の生活の仕方の良いところや改善するところに気付けられるようにするため、学習で得た知識をもとに自分の生活を振り返れるように声をかける。
- ・がんに対する医療的な知識への関心を継続的なものにするため、積極的にがんに関する図書資料の紹介をしていく。

VI 指導と評価の計画（全9時間計画 本時9 / 9時間）

過程	時間	◎ねらい めあて ○主な学習内容	・振り返り(意識)	☆評価規準(評価方法)		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
つかむ	第1時	<p>【病気の起り方】</p> <p>◎病気は病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などが関わり合って起こることを理解する。</p> <p>○かぜをひいたときをもちに、体にどんなことが起こるか経験を振り返る。</p> <p>○かぜ以外の病気の原因を、教科書を参考にして調べ、話し合う。</p>	<p>☆病気の原因には、いろいろなものが関係し合っていることがわかった。</p>	<p>・自己の生活を振り返りながら、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。【知①】(観察・カード)</p> <p>・4つの原因がかかり合って病気は起こることを理解する。【知②】(観察・カード)</p>	<p>・病気の原因について、調べてわかったことを進んで発表しようとしている。【思①】(観察)</p>	<p>・自己の生活を振り返って、病気の原因を探ろうとしている。【態①】</p>
		<p>【感染症の予防】</p> <p>◎病原体にはたくさん</p>	<p>☆病気の原因にな</p>	<p>・病原体の種類</p>	<p>・感染症の予</p>	

<p>追究する</p>	<p>第2時</p> <p>の種類があり、感染の仕方や、感染症の症状は様々であることを理解する。</p> <p>◎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する。</p> <p>○病原体にはたくさんの種類があり、その特徴から予防の仕方について、知っていることを発表する。</p>	<p>る病原体にはたくさんの種類があった。驚いた。</p> <p>☆病気を予防するための方法には、いろいろなものがあることがわかった。</p>	<p>や感染の仕方、感染症の症状について、わかったことをまとめている。【知③】（観察・シート）</p>	<p>防には、感染経路を断つことや体の抵抗力を高めること、安静により自己の回復を早める事の必要性に気づき、言ったり書いたりしている。【思②】（シート・活動）</p>	
<p>第3時</p>	<p>【生活習慣の予防①】</p> <p>◎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する。</p> <p>○生活習慣病になりやすい生活（例）を自分なりに分析して、改善点を探して発表する。</p>	<p>☆生活習慣病という名前を知った。</p> <p>☆生活習慣病は、大人の話ではなく、いまの自分の生活にあてはめて考えられることがわかった。</p>	<p>・生活習慣病の予防には、適切な食事、バランスの良い食事といった望ましい生活習慣を身につける必要があることを理解する。</p> <p>（活動・ワークシート）【知④】</p>		
<p>第4時</p>	<p>【生活習慣の予防②】</p> <p>◎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する。</p> <p>○むし歯になった経験を振り返る。</p> <p>○歯周病の進み方や症状を調べまとめる。</p> <p>○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>	<p>☆むし歯や歯周病って自分が思っていたよりこわいな。</p> <p>☆はみがきのやり方やご飯の食べ方やタイミングを考えよう。</p>	<p>・むし歯や歯周病のしくみを理解する。【知⑤】（シート）</p>	<p>・むし歯、歯周病をとおし、その解決に向けて考えたり、伝え合ったりしている。【思③】（シート・活動）</p>	<p>・むし歯、歯周病などの生活習慣病の予防について、自分自身の生活を振り返って課題を見つける。【態②】（活動・シート）</p>
<p>第5時</p>	<p>【喫煙の害】</p> <p>◎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する。</p> <p>○禁煙、分煙の意味を知る。</p> <p>○早い時期からたばこを吸い始めたときの影響について考え、喫煙</p>	<p>☆たばこの害についてわかった。</p> <p>☆たばこには2種類の煙があり、自分が吸わなくても、吸う人の近くにもよくないことに気づいた。</p>	<p>・たばこの煙について、有害な物質が多く含まれている事に気づき、受動喫煙についても、周囲への大きな影響があることを理解する。【知</p>	<p>・喫煙の開始年齢と病気による死亡との関係について、自分の考えをまとめる。【思④】（シート・活動）</p>	

		の害についてまとめる。		⑥】(シート)	
第6時		<p>【飲酒の害】</p> <p>◎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、長期の飲酒は病気の原因となることを理解する。</p> <p>○飲酒の急性影響について理解する。</p> <p>○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>	<p>☆飲酒の害についてわかった。</p> <p>☆周りに誘われても、20歳までは飲酒をしないぞ。</p>	<p>・教科書をもとに、急性影響や慢性影響について理解する【知⑦】(発言・シート)</p>	<p>・飲酒運転が禁止されている理由を、飲酒の影響をもとに自分なりに考える。</p> <p>【態③】(発言)</p> <p>・自分なりの飲酒への断り方を考えている。【態④】(シート)</p>
第7時		<p>【薬物乱用の害】</p> <p>◎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する。</p> <p>◎乱用を続けるとやめられなくなり、心身の健康に大きな影響を及ぼすことを理解する。</p> <p>○教科書をもとに、薬物乱用について調べ、まとめる。</p>	<p>☆身近にあるシンナー製品って、体に悪いものなんだな。</p> <p>☆使い方を守れないと、体の調子が悪くなることがわかった</p>	<p>・シンナーの害をもとに、体への害について教科書で調べる。【知⑧】(シート)</p>	<p>・自分なりに薬物乱用への断り方を考えて伝え合っている。【思⑤】(活動)</p> <p>・薬物乱用について、知っていることや考えていることを発表する。【態⑤】(発言)</p>
まとめ	第8時	<p>【地域の保健活動】</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する。</p> <p>○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>○教科書をもとに、地域の保健活動について調べて、まとめる。</p>	<p>☆地域で自分たちの健康を守ろうと働いている人がいることに気づけた。</p> <p>☆検診の意味ややり方がわかった。</p>		<p>・感染症の流行のような事態になった時に、自分自身ができること、保健活動を活用することの両面から考える。【思⑥】(シート・発言)</p> <p>・自分や家族の生活を具体的に考え、振り返る。【態⑥】(発言)</p>
(ひろげる)	第9時 本時	<p>【がん教育】</p> <p>◎身近な病気、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」等を理解する。</p> <p>◎自分のためにできることを主体的に考え、命の大切さについて理解する。</p>	<p>☆がんは自分たちの身近な病気なんだな。</p> <p>☆日頃の生活習慣を見直せば、がんになる可能性が低くできるな。</p> <p>☆自分の体を大切にして、健康でいられるように考えよう。</p>	<p>・がんについての正しい知識を理解する。【知⑨】(シート)</p>	<p>・がんの要因やがんのリスクを低くする生活行動について、自分の生活を振り返って、今後の生活について具体的に考えたり、伝え合ったりしている。【思⑦】(活動)</p>

Ⅶ 本時の学習（本時は9 / 9）

1 ねらい

がんという病気は主に自己の生活習慣が大きな要因としたものであることを理解し、がんにならない望ましい健康な体を作るために既習事項と関連付けながら、今後、自分の生活で必要となる具体的な取組が考えられる。

2 準備・資料

タブレット端末 ワークシート パワーポイント がん検診チケット 県立・校内書籍

○学習活動（児童の反応）	時間	指導の留意点・支援
<p>○前時に関わる学習内容を振り返る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>がんについてさらによく知って、大人になっても健康な体でいられるために、どんなことに気をつけて生活するとよいか考えよう。</p> </div>	<p>導入 5分</p>	<p>・前回までの授業の内容をクイズ形式でデータをもとに紹介する。</p>
<p>○がんに対するイメージを出し合う。</p> <p>[活動 1]</p> <p>○がんについて、正しい知識をもつ</p> <p>1 しくみ</p> <p>2 リスクをたかめるもの</p> <p>①飲酒②喫煙③偏った食事④運動不足⑤その他</p> <p>3 早期発見・検診の必要性</p> <p>○がんに関する地域の保健活動を知る。 がん検診のお知らせなどを紹介する。</p> <p>○がんの罹患率を下げるためには、適度な運動、バランスのとれた食事、十分な休養及び睡眠が必要であることを知る。</p> <p>[活動 2]</p> <p>◎健康に生活していくために、今からできることは何かを考える。</p> <p>○個々に考えた健康な生活のための方法を、タブレット端末を用いて情報の共有をする。</p> <p>○健康に生活していくために、今からできることを発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事では栄養を考えてバランスよく食べるぞ。 ・メディアの時間を減らして、外でたくさん遊ぶようにしよう。 <p>○継続的な生活目標になるように、自分に向けた応援メッセージをつくる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・あきらめずに、がんばろう ・運動を続けていこう、がんにならないぞ。 	<p>追究 30分</p> <p>活/10</p> <p>活/20</p>	<p>・予想しやすいように、複数回答を可とする設問を設定する。</p> <p>・教科書 P44 を再度、確認する。</p> <p>・文科省の資料を参考に、資料を中心にがんについて医学的知識を確認する。</p> <p>・いま自分の住んでいる地域の保健活動が意識できるように、教科書 P54 を確認しながら、教師の準備した資料（前橋市がん検診）を紹介する。</p> <p>◎がんに対する正しい知識と、自己の生活様式を併せて考え、今の自分に合う方法が考えられるように声をかける。</p> <p>・互いの考えが容易に共有できるようにタブレット端末内のアプリを利用し、友達の考え・意見を確認する。</p> <p>・実践的、継続的な生活目標となるために、自己に対する応援メッセージとなるようにすることを指示する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【評価】</p> <p>自己の生活を振り返り、今後も健康な身体でいるために、応援メッセージと共に、自己の具体的取組が考えられたか。 (ワークシート、観察)</p> </div>
<p>◎がんについての正しい知識を理解して、今後もよりよい生活習慣を継続的に意識することが大切であることを確認する。</p> <p>*図書資料の紹介</p>	<p>まとめ 10分</p>	<p>・がんに関する正しい知識を確認し、健康維持のための具体的かつ、継続的な取組が考えられたかを確認する。</p> <p>・学習内容に関する書籍を紹介する。 【校内図書、県立図書（期間借用）】</p>

前橋市立大胡中学校における がん教育の実践

前橋市立大胡中学校 教諭 澁澤 寛

1 はじめに

- がんは治らない。
- がんは怖いものである。
- がんは防げない。

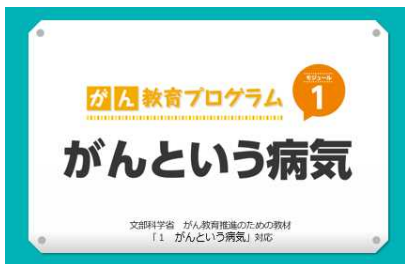
正しい知識を身に付ける

自分事として捉える

正しい知識を身に付ける

- 保健体育の授業
- 文部科学省補助教材「がん教育プログラム」の活用
- 学校保健委員会：講話

「中学生に知ってもらいたいがんのこと」



自分事として捉える

- 生活習慣アンケート
- 保健体育の授業

調査項目		調査結果		調査結果	
項目	内容	調査結果	調査結果	調査結果	調査結果
喫煙	喫煙する	○	○	○	○
飲酒	飲酒する	○	○	○	○
運動	運動する	○	○	○	○
睡眠	睡眠不足	○	○	○	○
食生活	食生活不規則	○	○	○	○
その他					



2 保健体育での実践

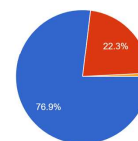
- 実施期間 令和4年11月～12月
- 対象学級 2年1組34名（男子17名 女子17名）
- 授業者 保健体育担当 澁澤
- 配慮事項
 - ・学校からの通知で事前に関教育について保護者に通知
 - ・授業は無理に受けなくてもいいことや途中で退室してしまった人がいても温かく見守ってほしいことを伝えた。

授業実践（追及する）

がんにならないために
今できることを考え、
行動宣言を書き、発表しよう。

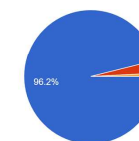
つかむ

がんの学習は、健康な生活を送るために重要だ。
130件の回答

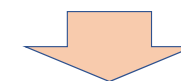


- そう思う
- どちらかといえばそう思う
- どちらかといえばそう思わない
- そう思わない

家族や身近な人が健康であってほしいと思う。
130件の回答



- 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



- がんについての学習に前向きな姿勢が見られ、必要性を感じている生徒が多い。
- 家族や身近な人が健康であってほしいと思っている生徒が多い。
- 自分自身も健康でありたいが、実際に生活習慣が乱れてしまっていると実感している生徒も多い。

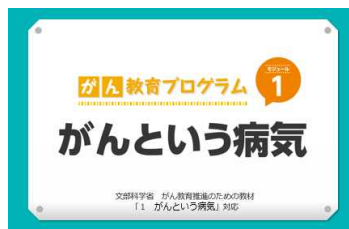
授業実践（追及する）

- 前時の復習
 - ⇒がんは2人に1人がなってしまう病気。
 - ⇒3人に1人ががんが原因で亡くなっている。
 - ⇒がんの原因として、生活習慣があげられる。
- 自分事として考えるために事前に行ったアンケートを配布。
【項目：睡眠、食事、運動】
 - ・自分の生活習慣を振り返りながら授業を進めた。
 - ・班になり、客観的な意見も取り入れながら授業を進めた。

授業実践（追及する）

○文科省のスライド教材を活用し、

- ・がんとは何なのか？
- ・がんの主な要因
- ・予防策
- ・早期発見、早期治療について説明した。



授業実践（追及する）

○自分自身の生活習慣を振り返り、将来がんにならないために今できることを行動宣言の形で考えさせた。

○一人で考えるだけでなく中学生の生活習慣の課題をJambordを活用して、グループで考えさせた。

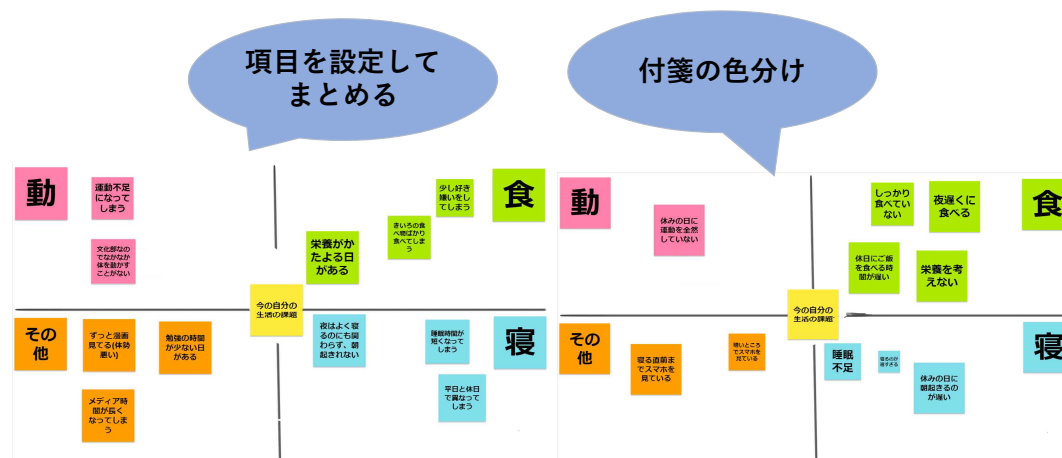
○行動宣言決定の前に今後実践可能なものなのか、グループに意見をもらってからの決定にした。

グループ活動の様子



Jambordの付箋を活用し、課題点を出し合う

Jambord



授業実践（まとめる）

○これまでの活動をもとに、行動宣言を考えた。
 （家族へのアドバイスも考えたが、家庭環境など生徒によってさまざまなため、全体が同じ条件で書くことができると考えた。）

○実現可能な行動宣言になるようにアドバイスをした。

生徒の行動宣言

行動宣言

週に3回は30分程度の運動をする

そのためにどうする？

- ・ 休みの日に散歩をする。
- ・ 携帯を見ながら歩いて運動する。
- ・ 朝少し早く起きてみる。
- ・ 朝早く起きるために夜ふかしせず、早く寝る。

行動宣言

睡眠の質を上げる

そのためにどうする？

寝る前のスマホのやり取りを減らす。
 ↓
 11時以降のLINEやメールを減らす。
 ↓
 寝る前にスマホの電源を切る。
 ↓
 寝る前にスマホを充電する。

朝起きた時に深呼吸を3回。
 ↓
 寝る前に深呼吸を3回。
 ↓
 朝起きた時に深呼吸を3回。
 ↓
 寝る前に深呼吸を3回。

時間によろしくおやすみなさい

・ 行動宣言では、具体的に考えさせるために、そのためにどのようなことをしていく必要があるか考えさせた。

授業を終えての感想

感想①実際に行動宣言を立ててみて感じたことや仲間と交流して感じたこと
 ②がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

① これとがんの関係が、ちゃんと説明してくれて、とても勉強になりました。これを続けたいと思います。

② がんは死という怖いものがあるけども、がんは予防で早期発見によって死という怖くないものにすることができます。がんは予防で早期発見によって死という怖いものから遠ざかることができます。

感想①実際に行動宣言を立ててみて感じたことや仲間と交流して感じたこと
 ②がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

① 行動宣言を立てることで、やらなくてはいけないと思いました。私は運動が嫌いだったので授業がきっかけでやるのはいいけれど、頑張りたいと思います。

② がんは予防で早期発見によって死という怖いものから遠ざかることができます。がんは予防で早期発見によって死という怖いものから遠ざかることができます。

感想①実際に行動宣言を立ててみて感じたことや仲間と交流して感じたこと
 ②がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

① 行動宣言を書く前は「がんは運動で予防できるのかな...」と思っていたけど、書いてみるとそんなに大変でもない気がした。運動でがんを予防するのはいいけど、がんは運動で予防できないものもあるから、がんは予防で早期発見によって死という怖いものから遠ざかることができます。

② がんは怖いけど、がんは死という怖いものから遠ざかることができます。がんは予防で早期発見によって死という怖いものから遠ざかることができます。

感想①実際に行動宣言を立ててみて感じたことや仲間と交流して感じたこと
 ②がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

① 自分ががん予防のためにできることを決めるのは、とてもいいと思います。自分自身でがんを予防することは、自分自身でがんを予防することです。

② がんは怖いけど、がんは死という怖いものから遠ざかることができます。がんは予防で早期発見によって死という怖いものから遠ざかることができます。

令和4年度 学校保健委員会

**あなたが大切
 病気の予防～がんを考える～**

大胡中学校

がんと感染

- 胃がん ヘリコバクターピロリ菌
→除菌、胃炎の治療
- 肝臓がん B型肝炎ウイルス（HBV）
 C型肝炎ウイルス（HCV）
→血液検査で感染確認：注射薬や飲み薬等で治療
- 子宮頸がん ヒトパピローマウイルス（HPV）
→HPVワクチン（予防接種）

定期的にがん検診を受けることが大切

Q がん患者とどのように接すればよいのだろう

事例1

友人という時間は、病気とは何の関係もない自分でいられる時間です。



何でもない話をして、一緒に笑って、共に過ごすことで、「患者」としてではない、これまでどおりの「自分」を取り戻せるような気がします。

（患者手記より）

3

Q がん患者とどのように接すればよいのだろう

事例3

親戚にがんになったことを伝えたとき、「かわいそう」と泣き出されてしまいました。



心配してくれてありがたいという気持ちはあつたものの、親戚の態度に、もうわたしは治らないのではないか、死を待つしかないのではないかという気持ちになり落ち込みました。

（患者手記より）

Q がん患者とどのように接すればよいのだろう

事例2

友人にがんになったことを伝えたとき、「生活習慣が悪いからがんになったんだ」と、あっけらかんと言われました。



わたしは共働きで、妻と交代で食事を作っていました。常にバランスの良い食事を心がけていたつもりです。妻も責められているような気持ちになり、悲しくなりました。がんに対する誤解や決めつけがなくなればと思います。

（患者手記より）

4

家族や友人にこれまでどおり接してほしい。

がんを正しく理解してほしい。

がん患者にはさまざまな願いがある

6

講演会

群馬中央病院 院長 内藤 浩先生

「中学生に知ってもらいたいがんのこと」



成果と課題

【成果】

- 生活習慣アンケートを参考に自分たちの生活を振り返らせることで、生徒たちが「がん」を自分事として考えることができた。
- 群馬中央病院医院長の内藤浩先生による講演「中学生に知ってもらいたいがんのこと」で、専門的な知識を織り交ぜつつ、生徒に分かりやすい言葉でお話をしてくださったことによって、全校生徒ががんに対する正しい知識を身に付けることができた。

【課題】

- 授業内で作成した行動宣言を継続して取り組めるような手立てを考える必要があった。

ご清聴

ありがとうございました

保健体育科学習指導案

令和4年12月2日 5校時
2年1組 指導者 澁澤 寛
場所 大胡中学校 2年1組教室

【授業の視点】

適切な生活習慣を身に付ける行動宣言をするために、生活習慣アンケートをもとにした自分自身の生活を振り返る活動を取り入れたことは有効であったか。

I 単元名 健康な生活と疾病の予防「がんとその予防」

II 考察

1 学習指導要領上の位置付け

(1) 健康な生活と疾病の予防：生活習慣病などの予防

【知識】

- (ウ) ・生活習慣の乱れと生活習慣病などとのつながり
・がんの予防

【思考力、判断力、表現力等】

- ・健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

2 単元（題材）について

本単元では、「生活習慣病などの予防」を、第2学年を対象として扱い、基本的な知識の習得と、それを活用して自分自身の生活を見直し、今の自分にできることを考えさせる学習を設定した。その価値は以下の通りである。

《単元を通して資質・能力を育成する上で大切にすること（価値）》

ア・生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより予防できることを理解すること。

- ・運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足、喫煙、過度の飲酒などの不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、様々な生活習慣病のリスクが高まることを理解すること。
- ・生活習慣病を予防するには、適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えることなどの生活習慣を身に付けることが有効であることを理解すること。
- ・がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることを理解すること。
- ・がん予防には、生活習慣病の予防と同様に、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることを理解すること。

(知識及び技能)

イ・健康な生活と疾病の予防にかかわる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどと関連付けて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにすること。

(思考力、判断力、表現力等)

この学習は今後、第2学年「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」の学習へ発展する。

3 本単元に関わる生徒の実態（男子17人、女子17人、計34人）

(1) これまでの学習

1年次において、生活習慣と健康の単元で、運動・食生活と健康について健康と生活習慣の結びつきについて学習した。

(2) 本単元に関わる実態

本単元の学習にあたり実施したアンケート調査では、「たばこを吸わないこと、バランスよく食事すること、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」の問いに対し、「正しい」と回答する生徒は95.4%と既習事項が身に付いている生徒が多いことが見受けられる。そのため、より詳しく、より実生活で考えていき、今後の自分の生活習慣を考えさせていく。

事前に行った生活習慣調査において、朝食については、ほとんどの生徒が食べているが、パンだけなど肉、魚、野菜、果物を取っていない生徒が多くいた。運動においては、運動部に所属している生徒は、1日30分以上の運動ができているの

に対して、運動部以外の生徒は、週 2，3 日の運動といったところであった。体育の授業があった日とも関連があり、学生でなくなったときの心配がある。最も結果が悪かったのは、睡眠時間である。目標時間よりも短くなってしまっている。余暇の時間が長引いてしまう、勉強で遅くなってしまふ。といった理由であるが、時間の使い方についても伝えていきたい。

III 目 標

(1) 生活習慣病やがんの原因、リスク、予防法などを知るとともに、自分の生活習慣を振り返ることができるようにする。 (知識及び技能)
(2) 生活習慣病やがんにかかるリスクを軽減する方法を考えるとともに、予防するための方法を選択できるようにする。 (思考・判断・表現)
(3) 課題の解決のために積極的に学習に取り組むとともに、自分の生活を振り返って改善しようとすることができるようにする。 (主体態)

IV 単元の評価規準

評価規準		
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>① 生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより心臓病、脳血管疾患、歯周病などを予防できることについて理解したことや、生活習慣病を予防するには、適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えること、喫煙や過度の飲酒をしないこと、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>② がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①生活習慣病の予防における事柄や情報などについて、原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見するとともに、習得した知識を活用し、生活習慣病を予防するための方法を選択している。</p> <p>②生活習慣病などの予防について、疾病等にかかるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を考え、選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。</p>	<p>① 生活習慣病などの予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>

V 指導方針

- ・学習意欲を引き出し興味を持たせたりするために、導入で ICT を活用し、写真や画像の教材を使う。
- ・3 時間目に自分は、今後どうしていきたいか考えやすいように、1，2 時間目は内容理解の時間にする。
- ・今からできるがんの予防は何なのか考えさせるために、生活アンケートを取り、自分の生活の課題が明らかになるようにする。
- ・がんになった人は、必ずしも生活習慣が悪かった人ではないことをおさえる。
- ・一人一人に発表の機会を持てるようにするために班形式で発表を行う。
- ・学習を深めるために、ワークや学習プリントに記述する時間を丁寧に設ける。
- ・がんについて特別な事情がある生徒への配慮をする。

VI 指導と評価の計画 (全3時間計画、本時は3/3)

過程	時間	◎ねらい めあて ○主な学習活動	☆振り返り (意識)	◇評価規準 (評価方法)		
				知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
つかむ	1	<p>◎病気の多くが生活習慣との関係が深いことについて関心を高め、引き起こす要因と予防の仕方について理解する。</p> <p>生活習慣病を引き起こす要因とその予防の仕方について理解しよう。</p> <p>○健康と生活上の様々な習慣や行動の関連、調和のとれた生活の継続の必要性、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。</p> <p>○生活習慣病を予防するために具体的な事例について考え、不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、生活習慣病のリスクが高まることについて記述する。</p> <p>○学習を踏まえ、自分なりの今後の行動様式を含め、授業の感想を書く。</p>	<p>☆将来生活習慣病にならないようにもう少し生活習慣を見直したい。</p> <p>☆自分の体のことを考えた生活をしていきたい。</p>	<p>◇生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより心臓病、脳血管疾患、歯周病などを予防できることについて理解したことや、生活習慣病を予防するには適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えること、喫煙や過度の飲酒をしないこと、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>知① (発言・学習カード)</p>		<p>◇自分の日常生活を振り返り、学習したことについて課題を発見したことを書き出し、伝えようとしている。</p> <p>態① (観察・学習プリント)</p>
追及する	2	<p>◎がんと生活習慣病との関連について考え、予防の仕方について理解する。</p> <p>がんを引き起こす要因と予防の仕方について理解しよう。</p> <p>○前時の生活習慣病の学習を振り返る。</p> <p>○生活習慣病とがんの予防に共通している要因についてまとめる。</p> <p>○学習を踏まえ、自分なりの今後の行動様式を含め、授業の感想を書く。</p>	<p>☆生活習慣病とがんの主な要因はほとんど同じだ。</p>	<p>◇がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>知② (発言・学習カード)</p>		

ま と め る	3 が ん と そ の 予 防 本 時	◎本単元を振り返り、生活習慣病やがんの予防について個人でまとめ、発表し、自分自身の行動について考えさせる。			◇生活習慣病の予防における事柄や情報などについて、原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見するとともに習得した知識を活用し、生活習慣病を予防するための方法を選択している。 思①（観察・学習プリント）	◇生活習慣病などの予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている態①（観察・学習プリント）
		がんにならないために今できることを考え、行動宣言を書き、発表しよう。				
		○前時の振り返りを行い、がんの主な要因、予防について復習する。 ○生活習慣アンケートより、良い点を班で出し合う。 ○行動宣言を作成する。 ○自分の作成した行動宣言を発表する。 ○本時・単元のまとめを行う。	☆今まであまり気にしていなかったが生活習慣を改善していきたい。			

Ⅶ 本時の学習（本時は3/3）

1 ねらい

- ① 自分自身の生活を振り返り、どのようにしたら今後の生活をより良くすることができるか考える。
- ② 友達と生活の問題点を確認し、改善点を行動宣言という形で発表できる。

2 準備・資料

- ・学習プリント ・パソコン ・パワーポイント ・生活習慣アンケート

3 本時の展開

学 習 活 動	時間	指導上の留意点・支援	評価規準
1 挨拶・出欠確認			
2 前時までの学習を振り返る。 ・がんとは ・がんの主な要因 ・予防策 ・早期発見、早期治療	5分	<ul style="list-style-type: none"> ○欠席や体調不良の生徒がいないかを確認する。 ○忘れ物チェックの場を設定する。 ○学習内容を説明する。 ○授業中に心が苦しくなったら、無理して続けなくてよいことを伝える。 ○授業を通して、辛さを抱えている生徒がいないか机間指導を行う。 ○前時までのスライドを活用しクイズ形式で振り返る。 ○がん＝生活習慣が悪かったことだけが原因ではないことを改めて説明する。 	
3 本時の学習内容を知る。 本時の学習について確認する。	5分		
がんの予防の観点から、自分の生活を振り返り、今後の生活について行動宣言しよう			
4 【活動1】 現在の自分の生活習慣を考える。 ・9月に取った生活習慣アンケートから課題を班で出し合い、自分自身の生活を振り返る。	10分	<ul style="list-style-type: none"> ○本単元の学習から改めて振り返らせる。 ○ジャムボードに項目ごとの枠を作成し、出し合わせる。 ○班で話し合うことで生活習慣アンケートの実施時に、出てこなかった問題点についても考えさせる。 	
5 【活動2】 今後、がんになるリスクを少しでも減らせるよう に行動宣言を記入する。	10分	<ul style="list-style-type: none"> ○具体的に考えさせる。（睡眠時間が足りないからもう少し寝たいではなく睡眠時間を取るためにゲームの時間を減らす。など書き方を例示する。） ○机間指導を行い具体的に考えている生徒を賞賛していく。 ○どのようにしたらより良い生活になるのか考えられない生徒には声をかけ、支援する。 	
6 発表	10分	<ul style="list-style-type: none"> ○一人一人が発表の機会を得られるように班で発表会を行わせる。 ○気づいたことを聞いている側にも発表させる。 ○感想についても具体的に書かせる。 （例：朝食にバナナなど果物だったら、手間なくできそうと思いました。） （例：お風呂の時間を短くするのはちょっと難しいのではないのでしょうか） 	
7 学習を踏まえ、自分なりの今後の行動様式を含め、授業の感想を書く。	10分	<ul style="list-style-type: none"> ○本単元の授業を通して、より良い生活になることを踏まえて、感想を書くように助言をする。 	
8 挨拶をする。			<p>◇学習したことを生かして自分自身の生活を振り返り、改善点や継続していかなければならないことを具体的に考え、行動宣言という形で表現している。</p> <p style="text-align: right;">思（観察、発言・学習プリント）</p>

行動宣言

睡眠の質を上げる。

そのためにどうする？

寝る前のギリギリまでゲームしない。

↓
いいナイトルーティンを決めてやる。

↓
時間によゆうが出るからOK

部活に帰ってめし 6:50まで

↓ ニートゲーム開始
心る 7:30
ゲームの課題
↓ ゲームは 9:30で締め切り
ねる 10:30 睡眠
↓
きぼう 7:00

感想①実際に行動宣言を立ててみて感じたことや仲間と交流してみて感じたこと

②がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

① これをきちんと続けてみてチャットとかいかができるかなと交流してみたらわかった。
これを続ける努力をしてみたいとも思った。

② がんは死と言うことの特徴があってもなりつて、予防や早期発見によって
死というのを避けられるというのを知って自分も予防などを生活にとりい
れてがんにならないようにしたいと思った。あとは、がんはどっやっでできて発生するの
を知ることができたのでよかったと思った。

感想①実際に行動宣言を立ててみて感じたことや仲間と交流してみて感じたこと

②がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

① 行動宣言を書く前は「うわ...達成できるのかな...」と思ったが書いてみると案外出来るかもという気持ちが出てきた。友達との交流でも自分が少し出来そうだなと思
たそのは取引組んでいきたい。(野菜を食べないので野菜ジュースを飲むのは良いなと思
った。)
それぞれ自分が今何が足りていないのかを知れたと思う。

② がんと聞くと必ず死んでしまうというイメージがあったが、学習をしてみると
誤った情報だということが分かった。2人に1人になってしま
い、3人に1人が死んでしまうという。確かに恐ろしいものだが、早期発見、早期治療などで
多くの方が助かるということを知った。自分もいつなるか分からないので
早期発見+健康に努めていきたい。

行動宣言

週に3回は30分程度の運動をする

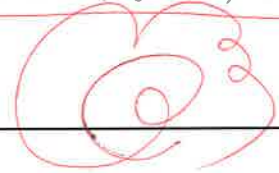
そのためにどうする？

- ・ だらだらしている時間を有効に使う。
- ・ 携帯を見る時間を減らして運動する。
- ・ 朝少し早く起きてみる。
- ・ 朝早く起きるために夜ふかしをせず、早く寝る。

感想①実際に行動宣言を立ててみて感じたことや仲間と交流してみて感じたこと

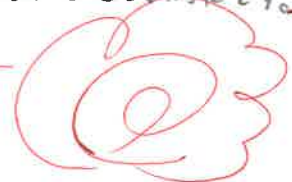
②がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

- ① 行動宣言を立てることでやらなくてはいけないと思いました。私は運動が嫌いだけど将来がんになるのはいやなので頑張ろうと思いました。
人それぞれ全然ちがって、おもしろかったです。
- ② がんは予防できないと思っていたけれど、生活習慣を見直すことで少し予防
できると知ることができました。 どうせなるからいいやではなくて、しっかりと予防
や検査をしてならないようにしていきたいです。



③がんの予防の授業を受けてみて感じたこと

- ① 自分が立てた行動宣言は、当たり前だと思ってるけどできていないものだから、自分の小さな行動からがんを予防できるのだ
と思いました。 また、他の人の宣言と比べてみると睡眠に関しての宣言が多いように感じた。
- ② 自分は病気になることが本当にいやなので、今回がんについての知識をくわい得ることができてよかったです。防ぐことが
できるのであればこれから健康な生活を続けていこうと強く思いました。



がん教育推進事業 報告

群馬県立前橋東高等学校
体育科 佐藤貴浩

1 指導計画

- 第1時 講演「最期まで目一杯生きる」
(講師: 萬田緑平先生)
- 第2時 「がんの原因と予防」
- 第3時 「がんの治療と回復」
- 第4時(本時) 「がん患者の想いに寄り添う」
(グループワーク)

2 萬田緑平先生のご紹介

- 群馬大学医学部卒業後、群馬大学附属病院第一外科に勤務。
- 手術、抗がん剤治療、胃ろう造設などを行なう中で、医療のあり方に疑問を持つ。
- 2008年から9年にわたり緩和ケア診療所に勤務し、在宅緩和ケア医として2000人の看取りに関わる。
- 現在は、自ら開設した「緩和ケア 萬田診療所」の院長を務めながら、「最期まで精一杯生きる」と題した講演活動を日本全国で年間50回以上行なっている。



3 萬田緑平先生のご講演

○患者さんと周囲のひとの思いのズレ
例) 家族「もっと頑張って！」



患者さん「もう頑張れない・・・」

○当人の意思が何より尊重されるべきなのでは？

萬田の伝えたい事 1

- 本人の意思を徹底的に支援する
- 家族の望みや、医師の勧めで人生の最終章が決まられているのでは？
- 本来、医療は本人のためのものでは？
- 人生の最終章のシナリオは自分で書いてもらいましょうよ。

<生徒の感想>

生徒A 今回の映像や写真を見てとても不愉快な気持ちになった。なぜなら、死というものから目をそらしたい自分がいるからだ。今の自分には死ぬことが嫌なことになっている。でも人間は必ず死ぬ。これを受け入れなければいけない時が来る。でもやっぱり今の自分には受け入れることができない。この複雑な気持ちも自分を不快な気持ちにさせている。今回の講義で一つ決めたことがある。それは親に好きな生き方をしてもらおうことだ。自分は親が好きだからこの講義を聞いていなければ親を無理矢理でも長生きさせていた。なぜなら少しでも長く一緒にいたいから。でも、親がそれを望んでいないなら、僕は親の気持ちを尊重したい。なぜなら、死に方を選ばせて、その生き方に寄り添うことも一つの親孝行だと思っから。

生徒B

人が亡くなってしまうこと、死生観について考えました。自分の身内や友達が亡くなってしまうことなんて考えたこともなかったし考えることにも目を背けたい気持ちになりました。しかし出会いと別れがあるようにいつか必ず別れのときがきてしまうと先生も言っていたので毎日後悔のないように生活していきたいとします。また、先生の言っていたように人生の最後は自分のやりたいこと、したいことをさせる、するということは家族にとっても本人にとってもいいことなのかなと思いました。

4 「寄り添う」ということの重要性と難しさ

○「がん」治療では、当事者の思いに対して周囲のひとが「寄り添う」ということが重要。

○一方で、それは頭で分かっている、いざ大切なひとの一大事になると見失われがち・・・。

→このことを体験的に学ぶことに一定の意味があるのでは。

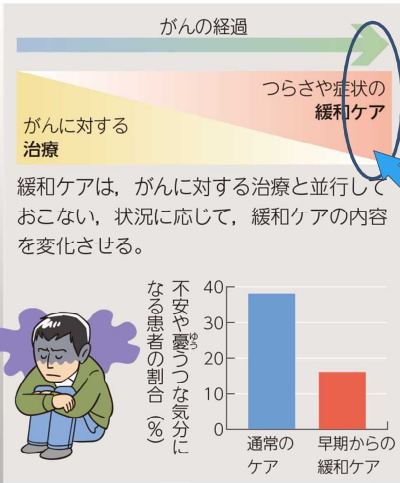
5 研究授業

○テーマ

「がんに罹患したひとの『大切にしたいこと』に『寄り添う』ということについて、グループワークを通して考えてみよう」

- ・患者さん自身の気持ちとそれに「寄り添う」周囲のひと(今回は親と設定)の気持ちに考えを巡らせる。
- ・正解の行為や発言は設定できないが、「患者さんの思いにより接近しようと試みること」自体に意味があるのでは。

「がん」になったら・・・



○「治療」+「緩和ケア」

→2つはセットで、同時に行われる。

※配分比は、状況によって異なる。

<萬田先生の講演会>

- ・かなり進んだ症状の事例
- ・「患者さんの想い」を大切にすることの重要性

↓

「生活の質」をより良くしよう

他者にどのような「まなざし」を向けるか

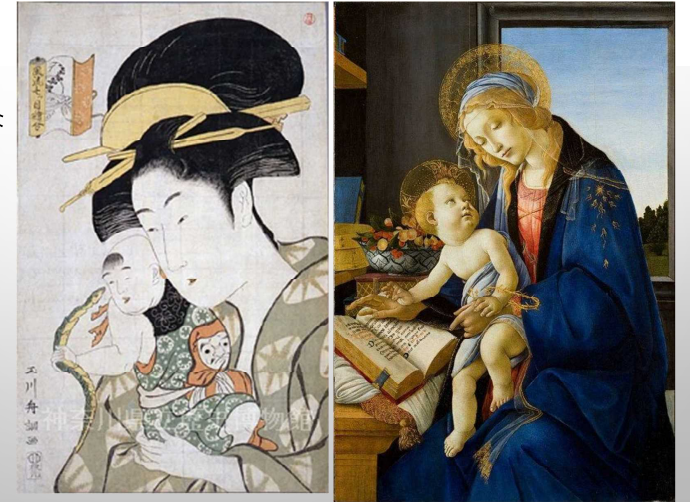
浮世絵と西洋画にみられる母の「まなざし」の違い

西洋画＝「対向的」

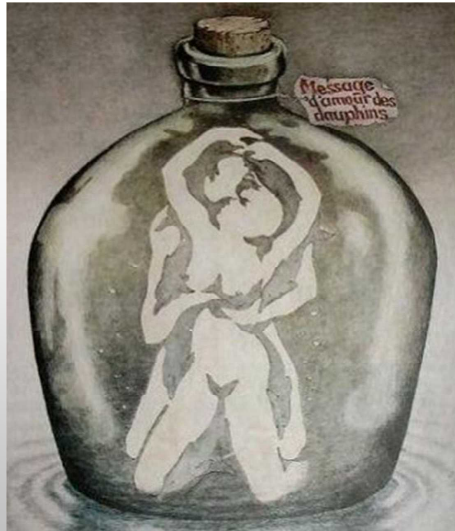
浮世絵＝「共視的」

→並んで見つめるような視点

CF北山修(2005)「共視論」講談社



まなざしが違うと見えることも違う！



「急性リンパ性白血病」

急性リンパ性白血病(ACUTE LYMPHOBLASTIC LEUKEMIA: ALL)は、血液がんの一つ。

小児に多く、成人では稀で1年間の発症率は10万人に1人程度といわれている。

EX: 競泳選手の池江璃花子選手

- ・2000年生まれ
- ・アジア大会金メダル 他多数
- ・2019年 発病
- ・2021年 東京オリンピック
メドレーリレー代表になるまで回復



本時の活動(グループワーク)

<活動1>

自分たちが「白血病」になったとき、「大切にしたいこと」を考えよう。(患者さんの気持ちで・・・)

<活動1>

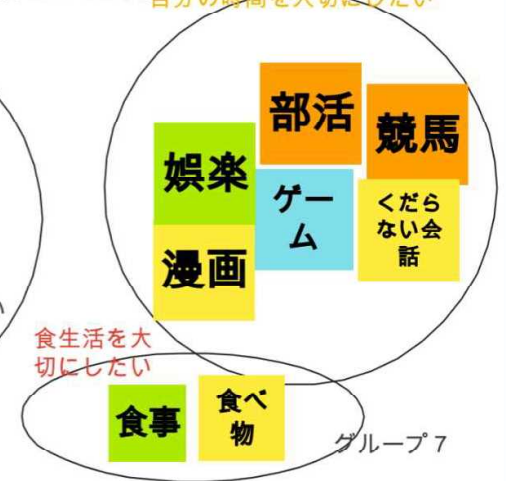
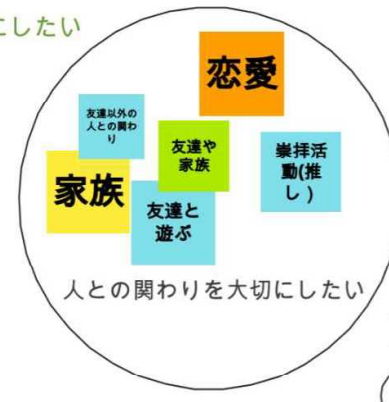
今「白血病」になったとしたら、「生活のなかで大切にしたいこと」はなんですか。各自の考えをもとに、「〇〇を大切にしたい」という文をつくろう。**自分の時間を大切にしたい**

生き方を大切にしたい

平常心

生きることを大切にしたい

いきる



本時の活動(グループワーク)

<活動2>

その「大切にしたいこと」に「もし親だったら」どのように寄り添いますか？(親の気持ちで・・・)

<活動2> 「親になったつもり」で、「〇〇を大切にしたい」という思いを持つ我が子に対して、どう寄り添えるか考え、各自記載しよう。

・ 生き方を大切にしたい

子供が望む生き方を尊重したい(平井)
考えを聞いて、受け止める(清水)

・ 生きることを大切にしたい

子供が希望を持って過ごせるよう支えてあげたい(木島)
治療法などを子供にしっかり伝える(清水)

・ 人との関わりを大切にしたい

ライン通話などを使ってコミュニケーションを取る時間を作る(清水)

友達とzoomさせる(市村)

・ 自分の時間を大切にしたい

好きなことをさせてあげたい(市村)
過干渉しない(清水)

子供が望むことを叶えてあげたい(木島)

出来る範囲で好きなことをさせたい(平井)

・ 食生活を大切にしたい

美味しいものを作る(市村)

「健康がー」と言わないで一緒に食べたいものを食べてあげる(清水)

食べれるものを医者聞いておいてその範囲で子供が望むものを作る。(木島)

「がん」患者に寄り添うとは・・・

○「がん」という病気への正しい知識

○萬田緑平先生「最期まで目一杯生きる」(緩和ケア)

→「患者さんの想い」を大切にすることの重要性

→「となりに並んで見つめる」(共視的)まなざし＝「寄り添う」

○今日話し合った「患者」としての視点、「家族」としての視点

→みんなにとって大切なひとの一大事が訪れる前に・・・

**＜自分以外の他者の横に立ち、共にできごとを眺める視点＞を
日常のさまざまな場面で持って生きることが必要ではないか。**

生徒の振り返り

- もしも自分ががんになったらやりたいことはすぐに見つけられたが、親になつたらと思うとただ言うことを聞くだけになってしまう気がした。でも、萬田先生の講演では、それをしっかり行うことががんになったひとを元気づけることだと教わった。本当にその場面になったとき、自分の思いを押しつけそうな気もした。
- みんなの発表を聞いて、大切にしたいことは大体同じことになると思いました。今回は、自分の考えた大切にしたいことだったので考えを尊重しやすかったが、これが自分の家族であっても違う人の大切にしたいことだと分からないことが多いと思うので、コミュニケーションをたくさんとるのが大切だと思いました。

第1学年保健体育科（保健）学習指導案

指導者 体育科教諭 佐藤貴浩

1 日時 令和4年12月15日（木）第6校時（14:25~15:15）

2 学年・組 第1学年4組40名

3 場所 視聴覚室

4 単元名 生活習慣病などの予防と回復「がんの原因と予防・がんの治療と回復」

5 単元目標

- ・健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復について理解することができるようにする。（知識・技能）
- ・現代社会と健康について、課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現することができるようにする。（思考・判断・表現）
- ・現代社会と健康についての学習に主体的に取り組むことができるようにする。（主体的に取り組む態度）

6 内容及び指導方針

（1）教材観

「がん」は、現代の日本社会において、生涯のうち国民の二人に一人がかかると推測される重要な健康課題であり、健康に関する基礎的教養として身に付けておくべきものとなってきた。この身近になりつつある「がん」は、学校教育において他の疾病と区別した「特別なもの」としてではなく、ほかのさまざまな疾病と同じように取り扱い、生活習慣との関連の中で「健康や生命をまなぐす窓口」として生徒の学びの機会となることが期待される。

また、生徒は小学校・中学校からの体系的な学習により、学校教育を通じて継続的な学びの場面を経験してきた。したがって、高等学校においてはそれらの学びを踏まえて、さらに発展的な内容と深い考察の機会を設けることが求められる。

（2）生徒観

1年4組は、授業者が担任する男女20名ずつ計40名のクラスである。明るく活発な生徒が多く、生徒間の関係は良好で欠席・遅刻・早退も少ない。日常生活でのコミュニケーションが活発なのはもちろんのこと、球技大会生等の学校行事でも全員で応援するといった姿が見受けられる。

その一方で、生活習慣における「現在自分の課題となっていること」こととして、事前のアンケートで「運動」「食事」「休養」のうち「休養」を半数が答えており、生活に疲労感を感じている生徒が多いクラスでもある。その理由としては、主に学習や部活動とプライベートの「時間のバランスとマネジメント」がうまくいかないといったことが多い。したがって、自らの健康について考える視点として、「人生における時間」との関わりのなかから考えることが生活に根ざした保健学習の切り口になると考えられる。

（3）指導観

本校の保健学習では、学習内容を日常との連なりをもって実感的に生徒が理解することを目指し、卒業後の生活「より良く生きる」ため学びの機会となることを目指している。そのために、映像教材や1

人一台端末の活用をはじめとする ICT を用いることや社会や身近な出来事をテーマとしたグループ活動や学習課題を必要に応じて用いている。

本单元においても、「がん」に関わる基本的な知識の習得に加えて、地元の群馬県の緩和ケアで活躍される萬田緑平先生の講演を受けることを通して、「がん」の教科書の知識と生徒の日常との接近を試みる。特に、当該クラスでは「人生における時間」について健康課題を感じる生徒が多いため、講演で語られる緩和ケアの看取りの場面の出来事は、「最期が見据えられた人生の時間を窺い知る」という意味で、婉曲に自らの現在の生活の課題とも繋がりを持つ契機になるのではないかと思われる。その上で、グループワークを通して「高校生としてのわたしたち」で「がん」との共生について考えることで、実感を持った知識として「どう生きるか」という生活との関わりのなかでの等身大の「生きた知識」となることを目指したい。

7 指導計画（全4時間）

第1時 講演「最期まで目一杯生きる」（講師：萬田緑平先生）

第2時 「がんの原因と予防」

第3時 「がんの治療と回復」

第4時 グループワーク 「『がんと共に生きる』について考える」

8 本時の学習

（1）本時の目標

- ・自分が「がん」に罹患したとき、「大切にしたいこと」について考えることができる。
- ・「がん」に罹患したひとにどのように寄り添うか話し合うことを通して、「がん」と共生することについて考えることができる。

（2）本時の展開

	・学習活動と内容	○指導上の留意点・支援・評価（教師の活動）	準備・資料等
導入 10分	1 挨拶、出席確認。 2 前時の振り返り。 3 本時のテーマを知る。	○欠席者の確認を行う。 ○「がん」に罹患したら「治療」と「緩和ケア」を進行度によって配分比を変えながら同時に行うことを確認する。 ○萬田先生の講演会では、「治療＜緩和ケア」の事例をもとに、「患者の想いを尊重する」ことの重要性を伺ったことを確認する。 ○本時のテーマ「自分たちが『がんと共に生きる』に罹患したときに『大切にしたいこと』を発見し、『もし親だったら』どのように寄り添うか考えよう。」を提示する。	Chromebook プロジェクター スクリーン

	<p>4 「急性リンパ性白血病」を患った池江璃花子選手の映像を見る。(5分)</p> <p>6 4人ずつのグループになり机を向かい合わせる。</p>	<p>○池江選手は「また水泳をすること」を大切にし、治療に取り組んだことを説明する。</p> <p>○近くの席で4人組のグループを作り机を向かい合わせるよう指示する。</p>	
<p>展 開 35 分</p>	<p>7 自分たちが「がん」を患ったとき、「大切にしたいこと」を考えよう。</p> <p><活動1>もし自分が、今「急性リンパ性白血病」になったら、「生活のなかで大切にしたいこと」について、思い浮かぶだけJamboardに付箋で記入する。</p> <p><活動2> みんなの「大切にしたいこと」を小グループに分け、「見出し」をつける。</p> <p>8 「がん」患者の家族として、どのような寄り添い方ができるか考えよう。</p> <p><活動3> 活動2であがった「大切にしたいこと」に「あなたたちが親だったら」どのようなことができるか考える。</p> <p>9 他のグループの発表を聴こう。</p> <p><発表> 各グループの代表者が、班で話し合った内容について説明を行い、共有する。</p>	<p>○classroomにJamboardのリンクを貼り、アクセスさせる。</p> <p>○答えがあることではないので、考えたことを率直に記入するよう促す。</p> <p>○机間巡視しながら、分類に手間取るグループにアドバイスをを行う。</p> <p>○「見出し」は、単語でも文でもよいことを伝える。</p> <p>○「大切にしたいこと」の「見出し」になった内容について、自分たちがどのような寄り添い方をできるのか、できる範囲で具体的に記載するよう伝える。</p> <p>○机間巡視し、発表してもらおう班を決める。</p> <p>○プロジェクターに発表するグループの図を表示し、説明させる。</p> <p>○説明に詰まるようであれば、教師から質問をして促す。</p>	<p>Jamboard</p>
<p>ま と め</p>	<p>10 教師のまとめを聴く。</p>	<p>○グループの発表をふまえ、端的にまとめる。</p>	

5 分	1 1 次時の予定を聞く。 1 2 終わりの挨拶を行う。		
--------	---------------------------------	--	--

(3) 評価（観点と方法）

- ・自分が「がん」に罹患したとき、「大切にしたいこと」について考えている。（思考・判断・表現）
- ・「がん」に罹患したひとにどのように寄り添うか話し合うことを通して、「がん」と共生することについて考えている。（思考・判断・表現）