

IV 学習指導計画実践事例

1 実践事例1 <保健学習> (三郷市立早稲田中学校)

保健体育科(保健分野)学習指導案

平成28年11月17日(木) 第5校時 体育館
第3学年4組 男子20名 女子17名
指導者 (T1) 教諭 菅野 恒典
(T2) 養護教諭 古里 瞭果

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

わが国では、「がん」が重要な健康課題となっている。このことから、「がん対策基本法」が施行され、これに基づき「がん対策推進基本計画」が決定された。その中では、「がん患者を含む国民が、がんを知り、がん向き合い、がんを負けることのない社会」を目指すこととしている。これまで学校では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不十分であった。

がんは身近な病気であるということを理解させ、がんの予防や早期発見・検診についての関心をもたせ、正しい知識を身に付けさせた上で適切な対処ができるようになることを目指す。

「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合って成り立つこと、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ならない。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かかわっており、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、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。

本単元で扱う生活習慣病には、肥満や糖尿病、高血圧、脳卒中、心臓病などを取り上げて扱い、それぞれの疾病について、原因や予防について理解させる。また、特に近年重要な健康課題となっているがんについては特別に取り上げて扱うこととする。

3 生徒の実態

本学級は、明るく和やかな雰囲気であり、積極的に自分の意見を伝えながら良好な人間関係を構築できる生徒が多い。保健学習の授業に対する関心はおおむね高く、特に学習課題に対して生徒それぞれの考えを収束させたり、発表し合ったりするような活動を好む生徒が多い。他教科の授業において、知識構成型ジグソー法を取り入れた授業を何度か経験しており、「エキスパート活動」や「ジグソー活動」を通して、グループ内でプレゼンをしたり、考えをまとめたりすることに慣れている。しかし、一部の生徒は人前での発言を苦手としており、班での話し合い活動になかなか貢献できない場面が見られる。また、学力差が大きく、特に知識の定着度に大きな差が見られる。

事前アンケートの結果から見られる、がんに対する生徒の実態は以下の通りである。

Q1 あなたは「がん」についてどのような印象をもっていますか？(複数回答可)

・死亡率が高い(12人)・怖い(10人)・重い(9人)・治りづらい(8人)・抗がん剤治療が苦しい、髪が抜ける、吐き気をとまぬ(5人)・早期発見が大切(4人)・治らない(3人)・種類がある(3人)・見つかるのが遅い(3人)・再発する(2人)・苦しい(2人)・2人に1人がかかる(1人)・転移する(1人)・日本における死因の割合が高い(1人)・かかりたくない(1人)・黒くて大きい(1人)

Q2 「がん」は、治る病気だと思いますか？

・思う(26人)・思わない(5人)・治るものと治らないものがある(6人)

Q3 将来、「がん」を見つけるために「がん検診」を受けてみようと思いますか？

・思う(33人)・思わない(3人)・ある程度の年齢になったら(1人)

Q4 家族、親戚など身近な人ががんにかかった人がいますか？

・いる(15人)・いない(22人)

Q5 がんの学習は、健康な生活を送るために重要だ。

・そう思う(29人)・どちらかといえばそう思う(7人)・どちらかといえばそう思わない(1人)

Q6 がんの学習は、健康な生活を送るために役に立つ。

・そう思う(21人)・どちらかといえばそう思う(15人)・どちらかといえばそう思わない(1人)

Q7 がんは誰もがかかる可能性のある病気である。

・正しい(35人)・誤り(2人)

Q8 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。

・正しい(37人)・誤り(0人)

Q9 がんは日本人の死因の第2位である。

・正しい(22人)・誤り(14人)・無回答(1人)

Q10 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。

・正しい(34人)・誤り(3人)

Q11 早期発見すれば、がんは治りやすい。

・正しい(37人)・誤り(0人)

Q12 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。

・正しい(0人)・誤り(37人)

Q13 がんの治療法には手術治療しかない。

・正しい (6人) ・誤り (31人)

Q14 がんの痛みは我慢するしかない。

・正しい (6人) ・誤り (31人)

Q15 自分はがんにならないと思う。

・そう思う (1人) ・どちらかといえばそう思う (6人) ・どちらかといえばそう思わない (13人) ・そう思わない (17人)

Q16 将来、たばこは吸わないでいようと思う。

・そう思う (33人) ・どちらかといえばそう思う (2人) ・どちらかといえばそう思わない (1人) ・そう思わない (1人)

Q17 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。

・そう思う (21人) ・どちらかといえばそう思う (14人) ・どちらかといえばそう思わない (1人) ・そう思わない (1人)

Q18 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。

・そう思う (22人) ・どちらかといえばそう思う (12人) ・どちらかといえばそう思わない (2人) ・そう思わない (1人)

Q19 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。

・そう思う (6人) ・どちらかといえばそう思う (15人) ・どちらかといえばそう思わない (11人) ・そう思わない (5人)

Q20 がんになっても生活の質を高めることができる。

・そう思う (5人) ・どちらかといえばそう思う (6人) ・どちらかといえばそう思わない (15人) ・そう思わない (11人)

Q21 がんになっている人も過ごしやすい世の中になりたい。

・そう思う (26人) ・どちらかといえばそう思う (11人) ・どちらかといえばそう思わない (0人) ・そう思わない (0人)

Q22 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。

・そう思う (13人) ・どちらかといえばそう思う (17人) ・どちらかといえばそう思わない (4人) ・そう思わない (3人)

Q23 家族や身近な人が健康であってほしいと思う。

・そう思う (33人) ・どちらかといえばそう思う (3人) ・どちらかといえばそう思わない (1人) ・そう思わない (0人)

Q24 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。

・そう思う (31人) ・どちらかといえばそう思う (5人) ・どちらかといえばそう思わない (0人) ・そう思わない (1人)

4 教師の指導観

本単元の特性と生徒の実態から、以下のような授業を展開したい。

○生徒が主体的に学習活動に取り組む授業

○よりよい生活行動・生活習慣について、知識を活用した学習活動などにより、思考を促す授業

○生活習慣病とその予防について正しい知識が身に付き、理解が深まる授業

これらの授業を実現するための具体策を以下に示す。

道徳・特別活動の授業との連携

がん教育は、保健体育の授業のみならず、他教科等との連携を強めながら、生徒の生活改善・実践意欲の向上につなげることが重要である。

本単元においては、**事前指導として**、道徳「余命ゼロ 命のメッセージ」の授業を通して「命の大切さ」について触れる。また、**事後指導として**、学級活動における「公共マナーと周囲の人々の気持ち (がん患者を例に)」の授業を通して「がん患者への理解と共生」について触れるようにする。

この手立てによって、学習内容が深まり、生徒のよりよい生活行動・生活習慣につながる授業となるようにしたい。

知識構成型ジグソー法を取り入れた授業展開

本単元における指導内容は多く、これまでも教師主導の講義型の学習活動が中心となっていた。そこで、がん教育の授業においては「知識構成型ジグソー法」を活用し、生徒が主体的に学習活動に取り組む授業を展開する。以下は、本授業のためのジグソー法のステップ (授業展開の手順) である。※4人グループ×9をあらかじめ編成しておく

ステップ0 本時の課題の設定

(4つの知識を組み合わせることで解ける内容を設定し、その課題を解決するのに必要な資料を、テーマごとに準備しておく。)

ステップ1 学習前の自分を知る

(課題に対する答えを、現時点の自分の力だけでワークシートに記入させる。)

ステップ2 エキスパート活動

(各グループから1人ずつ、4つのテーマそれぞれの担当を決定し、他のグループの同じテーマ担当と集まって話し合いながら理解を深めさせる。話し合いが円滑に進むように、ブレインストーミングを取り入れる。このエキスパート活動を経て、自分が担当するテーマについて詳しくなるようにする。)

ステップ3 ジグソー活動

(各テーマについて詳しくなった生徒が元のグループに戻り、身に付けた内容を説明し合う。それらの内容を組み合わせ、課題に対する答えをつくらせる。)

ステップ4 クロストーク

(グループごとに、課題に対する答えを発表させる。また、他のグループの答えや、答えに到達するまでの筋道の違いを確認させる。)

ステップ5 学習後の自分を知る

(ここまでのステップを参考に、あらためて課題に対する答えをワークシートに記入させ、本時で学び成長した自分を確認し、ふりかえらせる。)

以上のように授業を進める上で、生徒に学ばせるべき内容に落ちがないように、エキスパート活動やジグソー活動の際に、教師が机間指導を行いながら支援にあたる。また、クロストークや教師からの話の際に、話し合いに出なかった話題に触れながら全体指導を行う。

話し合いや説明・発表が苦手な生徒に対しては、班編成や同じテーマで学習するメンバーに配慮したり、教師が個別に支援に入ったりする。

これらの手立てによって、生徒が主体的に学習活動に取り組み、学習内容の理解が深まるような授業をめざす。

養護教諭との連携（ティームティーチング）

がん教育を進める上での留意点として、「外部講師など関係諸機関との連携」が挙げられているが、他の単元等においても、恒常的に指導に入ることができる指導者として考えられるのが養護教諭である。本時の授業においては、導入で「がんとは？（要因等）」について説明をする場を設定し、生徒の授業に対する意欲を喚起する。

この手立てによって、自らの生活行動・生活習慣をよりよくしようとする態度を育てる授業をめざす。

がん教育の指導内容の焦点化

がん教育について指導すべき具体的な内容は非常に多い。そのため、本単元では「がんとは（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つに絞って指導することとする。

そのうち「がんとは（要因等）」については、養護教諭からの一斉指導とする。また、「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」については、エキスパート活動のテーマとして設定し、生徒同士で話し合わせながら理解を深めさせる。

この手立てによって、正しい知識を身に付けさせる授業をめざす。

ICTの活用

教師がタブレットを活用し、グループで話し合いの際に記入したワークシートをその場で投影したり、板書の手間を省いてプレゼンをしたり、机間指導をしながら授業の進行をしたり、授業で示した資料をすぐに振り返ることができるようにしたりすることで、効率的に正しい知識を身に付けさせる授業をめざす。

視聴覚にうったえる資料

実際にインタビューをした映像を流したり、タバコの箱を手にとって記載文を読んだりするなど、視聴覚にうったえる資料を準備し、学習意欲を喚起する授業をめざす。

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) 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、科学的に考え、判断できるようにする。【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関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、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、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活との関わりを理解している。
学習活動に即した評価規準	①健康に関する資料を進んで見つけたり、自分たちの生活を振り返ったりして学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 ②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資料等で調べたことをもとに課題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。	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。 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。 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。 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。 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。

(2) 単元の指導と評価の計画【全5時間+2時間（道徳・学級指導）】 本時は○印

【道徳「余命ゼロ 命のメッセージ」】

時	学習のねらい・活動	留意点・評価
事前指導	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・かけがえない自他の生命の大切さを自覚し、前向きに生きていこうとする心情を育てる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 世界や日本の平均寿命はどのくらいか。また、それはすべての人にあてはまるか。 2 「余命ゼロ 命のメッセージ」を読み、話し合いの話題を確認する。 <ol style="list-style-type: none"> (1)「がん」で余命1年半と宣告された「わたし」が、高速道路に突っ込んで死のうと思ったときの気持ち (2)妻の考えを聞いても何も言えなかった時、「わたし」の心の中 (3)学校の講演活動に積極的になった「わたし」の考え (4)「そんな軽い命ならわたしにください」の言葉の意味 3 ワークシートに、本時の振り返りを記入し、発表する。 	<p>一人一人の命の長さは違うことを理解させる。</p> <p>死の宣告を受け、投げやりになる気持ちに共感させる。周囲に支えられている命に気づき、人のために尽くそうと決心した「わたし」の気持ちに迫るようにする。</p>

【保健学習】		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"> 生活行動・生活習慣と健康について、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、関係を見つめたりするなどして、筋道を立てて説明できる。 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。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 健康を保持増進するための食生活について考える。 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。 自分の食生活について考える。 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>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 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こと。 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。 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。 			②	①	<p>〈思・判②〉 (学習活動3)</p> <p>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、関係を見つめたりするなどして、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> <p>〈知・理①〉 (学習活動4)</p> <p>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状況を【観察・ワークシート】でとらえる。</p>
2	運動と健康	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 生活行動・生活習慣と健康について、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。 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。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 運動不足が体に及ぼす影響について考える。 運動が心に及ぼす影響について考える。 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。 自分の生活(運動量など)について考える。 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>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 運動には、身体の各器官の機能を刺激し、その発達を促すとともに、気分転換が図られるなど、精神的にもよい効果があること。 健康な生活や疾病の予防には、日常生活において適切な運動を継続することが必要であること。 			①	②	<p>〈関・意・態①〉 (学習活動1)</p> <p>健康に関する資料を進んで見つけたり、自分たちの生活を振り返ったりして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②〉 (学習活動5)</p> <p>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状況を【観察・ワークシート】でとらえる。</p>
3	休養及び睡眠と健康	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 生活行動・生活習慣と健康について、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、関係を見つめたりするなどして、筋道を立てて説明できる。 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。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 疲労が心身に及ぼす影響について考える。 心身の疲労を回復する方法について考える。 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。 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。 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>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 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す、心身の不調や病気を引き起こすこと。 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。 			②	③	<p>〈思・判②〉 (学習活動2)</p> <p>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、関係を見つめたりするなどして、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> <p>〈知・理③〉 (学習活動5)</p> <p>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状況を【観察・ワークシート】でとらえる。</p>
4	調和のとれた生活	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 生活行動・生活習慣と健康について、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めたり、選んだりするなどして、それらを説明できる。 調和のとれた生活と生活習慣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。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 望ましい生活習慣について考える。 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。 今後実践できる生活習慣の改善について考え、発表する。 			①		<p>〈思・判①〉 (学習活動1)</p> <p>資料等で調べたことをもとに課題解決の方法を見つめたり、選んだりするなどして、それらを説明している状況を【観察】でとらえる。</p>

生活習慣病	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。 指導すべき内容 ・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。 ・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、また、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。			④ 〈知・理④〉 (学習活動4) 調和のとれた生活と生活習慣病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状況を【観察・ワークシート】でとらえる。
⑤ がんの発生要因とその予防	I ねらい ・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。 ・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。 II 学習活動 1 がんについて知っていることをワークシートに記入する。 2 がんの要因について養護教諭からの話を聞く。 3 知識構成型ジグソー法のステップで、「がん」についての学習を進める。 エキスパート活動 → ジグソー活動 → クロストーク 4 本時の学習を振り返り、「がん予防を呼びかける手紙」を書き、発表する。 指導すべき内容 ・細胞の遺伝子に傷がついてできる異常な細胞のかたまりの中でも悪性のものをがんという。 ・免疫力が低下するなどにより、がん細胞が死滅しにくくなり、細胞が増加する。 ・喫煙や大量の飲酒、不適切な食事、運動不足などの生活習慣や、細菌・ウイルスなど感染が要因。 ・望ましい生活習慣を送ることにより、危険性を減らすことができる。 ・生活習慣が原因でないがん(小児がん等)もある。 ・日本の死因の第1位であり、3割はがんのために亡くなっている。また、2人に1人は、一生のうちに何らかのがんにかかるかと推計できる。 ・罹患(がんにかかる)率は、年齢が上がるにつれ増加し、男性が多い。その理由は、喫煙や過度の飲酒など、危険性を高める生活習慣が男性に多いため。また、20～50代では女性の方が多く、乳がん・子宮頸がんがこの世代に多いため。 ・がん予防のための望ましい生活習慣は「喫煙をしない」「過度の飲酒をしない」「バランスのよい食事」「適度な運動」「適正体重の維持」「感染対策」 ・早期発見により約9割が治る。そのために、市町村や職場の検診においてがん検診を受けることができる。しかし、受診率は50%に達していないという現状がある。	①	⑤ 〈関・意・態②〉 (学習活動3) 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。 〈知・理⑤〉 (学習活動4) 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状況を【観察・ワークシート(手紙)】でとらえる。	

【学級活動「公共マナーと周囲の人々の気持ち」】

時	学習のねらい・活動	留意点・評価
事後指導	I ねらい ・高等学校の見学や出願など、公共交通機関を使う機会が増える時期に、進路学習の一環として、公共マナーと周囲の人々の気持ちについて考えさせ、互いに気持ちよく生活を送る態度を育てる。 II 学習活動 1 「昨年度の学校への苦情」と「修学旅行において電車内のマナーを校長先生から褒められたこと」について考え、考えを伝え合う。 2 校外に出た際、中学生である自分たちが犯してしまいそうなマナー違反と、周囲への影響を考える。 →ふざけて発する「死ね」などの言葉と、既習の「がんについての学習」の結びつき 3 周囲の方々と気持ちよく過ごすことができるふるまい方を考える。 4 本時のふりかえりを行う。	電車内での悪いマナーへの苦情と、良いマナーへの称賛を比較させる。 既習事項の「がんについての学習」を振り返ったり、その他様々な状況にある周囲の人々の気持ちを考えさせたりする。 望ましい行動・ふるまい方を全体で確認し、気持ちよく生活できるようにする。

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。【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、書き出したりすることができる。【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、タブレット、ワークシート、資料(エキスパート活動用)、付箋

(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	1 がんについて知っていることをワークシートに記入する。 STEP 1 学習前の自分を知る	○現時点で知っていることを、できるだけたくさん書かせる。 ○活動が停滞している生徒には、「がんに対するイメージ」や「どんな病気だと思うか」など、個人の考えを書いてよいことを伝える。 ○数人に発表させ、クラス全体の理解度を確認する。

5分	<p>2 本時の学習内容を確認する。</p> <p>「がん」とはどのような病気で、どのように予防したらよいだろうか？</p>	<p>○本時の学習が、がんに対する不安を和らげ、明るく生活することにつながることを伝える。</p>
展開Ⅰ 10分	<p>3 「がんとは？（要因等）」について養護教諭からの話を聞く。</p>	<p>○養護教諭は、パワーポイントの画面で説明を行う。 ○ワークシートに記入をさせながら、養護教諭の説明を聞かせる。</p> <p>【指導する内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がんとは、細胞の遺伝子に傷がついてできる異常なかたまりの中でも悪性のものをいう。 ・免疫力が低下するなどにより、がん細胞が死滅しにくくなり、細胞が増加する。 ・よくない生活習慣が、がんにかかる危険性を高める。 ・日本における死因の第1位であり、今も増え続けている。 <p>○説明を受け、穴埋め式のワークシートに記入した内容を簡単に振り返り、学習内容を再確認させる。</p>
展開Ⅱ 25分	<p>4 同じテーマの資料を読み合う新たなグループをつくり、話し合い、理解を深める。</p> <p>STEP 2 エキスパート活動</p> <p>話し合いのテーマ</p> <p>ア がんの罹患（がんにかかること） イ 生活習慣とがん オ がん検診 カ 三郷市におけるがん検診</p> <p>話し合いの進めかた</p> <ol style="list-style-type: none"> ①資料を見る・読む ②資料から気づいたこと・考えたことを付箋に記入し、グループの中央にどんどん貼る（ブレインストーミング） ③内容をまとめ、元のグループに戻った時の報告内容を整理する。 <p>5 各テーマを学んだ生徒が元のグループに戻り、身に付けた内容を説明し合う。それらの内容を組み合わせ、本時の課題「「がん」とはどのような病気で、どのように予防したらよいだろうか？」に対する答えを作り上げる。</p> <p>STEP 3 ジグソー活動</p> <p>6 グループごとに、課題に対する答えを発表する。</p> <p>STEP 4 クロストーク</p>	<p>○あらかじめ、元のグループ内で、テーマの割り振りを教師側で決めておき、生徒がスムーズに移動し、各テーマの話し合いが円滑に進むようにする。 ○各テーマの話し合いの場には、テーマに合った資料を準備しておき、元のグループに戻ってから報告しやすくなるよう支援する。</p> <p>【理解させるべき内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・罹患（がんにかかる）率は、年齢が上がるにつれ増加し、男性が多い。その理由は、喫煙や過度の飲酒など、危険性を高める生活習慣が男性に多いため。また、20～50代では女性の方が多く、乳がん・子宮頸がんがこの世代に多いため。 ・がん予防のための望ましい生活習慣は「喫煙をしない」「過度の飲酒をしない」「バランスのよい食事」「適度な運動による適正体重の維持」 ・早期発見により治すことも可能であり、市町村や職場の検診においてがん検診を受けることができる。しかし、受診率は50%に達していないという現状がある。 ・自分たちにできることは、①望ましい生活習慣を送ること②できるだけ早期の発見に努めることの2つであること。 <p>○元のグループでの話し合い用シートを準備しておき、記録をさせながら話し合いをさせる。 ○それぞれのテーマについて1人ずつ発表をさせる。その際、調べたこと全てを伝えるのではなく、大切だと思われる内容を絞って発表するように伝える。 ◆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。【関】</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） △話し合いが上手く進んだグループを全体に広め、なかなか発表ができない生徒や話し合いが進まないグループに良い例を示す。</p> <p>○各グループから発表者を1人決めさせ、全体の前で発表させる。 ○後で発表する生徒は、他グループの発表との違いについて触れるように伝える。 ○エキスパート活動やジグソー活動、クロストークにおいて、理解させるべき内容が不十分だった部分に対して、教師から補足説明を入れる。</p>
終末 10分	<p>7 本時の学習内容をふりかえりながら、自分へ向けた「がんの予防を呼びかける手紙」を書かせる。</p> <p>STEP 5 学習後の自分を知る</p> <p>8 手紙の内容を発表する。</p> <p>9 教師の話を聞く。</p>	<p>○これまでに使ったワークシートを見直させ、手紙を書くための材料となるようにする。 ○「がんの予防」だけでなく、「がんがどのような病気で、どのような現状があるか」についても触れるよう、全体に伝える。</p> <p>○導入で記入した内容と、自分にあてた手紙の内容を比較させ、本時の伸び（学んだこと）を実感させる。 ◆がんの発生の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。【知】 ○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の必要性について再確認する。</p>

8 ワークシート

「がん」について

3年()組()番 氏名()

1 「がん」について知っていることを何でも書こう。

2 今日の課題

「がん」とはどのような病気で、どのように予防したらよいだろうか？

3 「がん」とはどんな病気か？古里先生の話聞いて、()にメモしよう。

- ・がんとは、細胞の遺伝子に()できる異常な細胞のかたまり、その中でも()のもの。
- ・健康な場合は、がん細胞をたおす働きがある。()が低下すると、たおす働きが弱まり、がん細胞が増える。
- ・日本における死因()位であり、今も増え続けている。
- ・よくない()により、がんにかかる危険性が高まる。

4 エキスパート活動 ～テーマの達人になろう～

①エキスパートの場所に移動したら、自分のテーマを下の()に記入する。

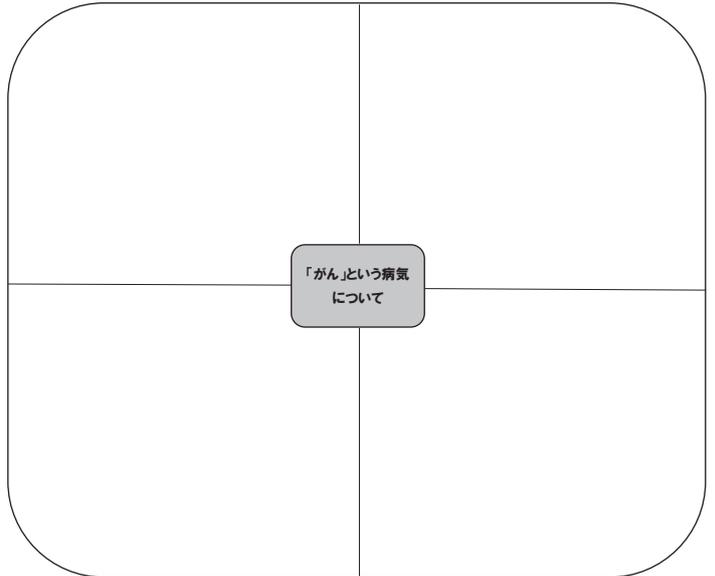
テーマ

②資料を見て「気づいたこと」「考えたこと」を付箋(ふせん)に記入して、中央のシートにどんどん貼る。

③中央のシートから、テーマについてまとめる。

まとめ

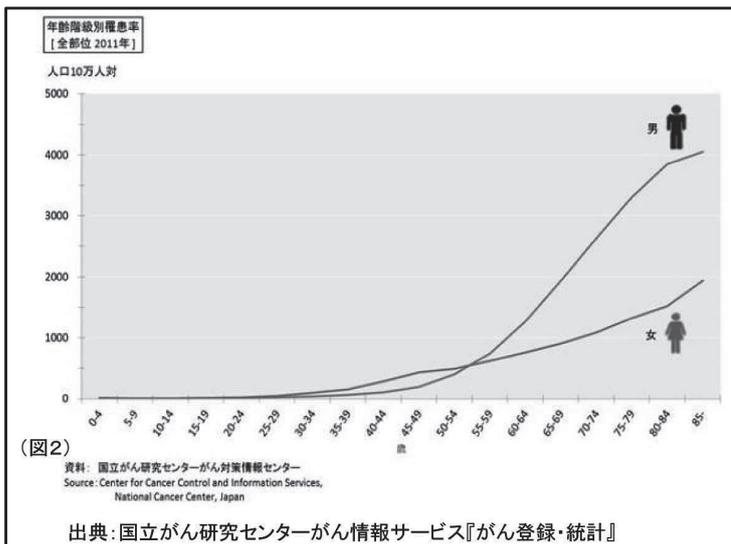
5 ジグソー活動 ～各エキスパートからの報告会～
 ・各エキスパートからの報告をメモしよう



6 上のメモから、今日の課題「がん」とはどのような病気で、どのように予防したらよいだろうか？に対する答えを、グループでまとめよう。

7 未来の自分にあてた、「がんの予防を呼びかける手紙」を書こう。(罫線紙を準備し記入)
 ※今日の学習内容を盛り込む→「がんってこんな病気らしいよ」「こんな生活を送ろう」など

テーマ：がんの「り患」 ※りかん…病気にかかること

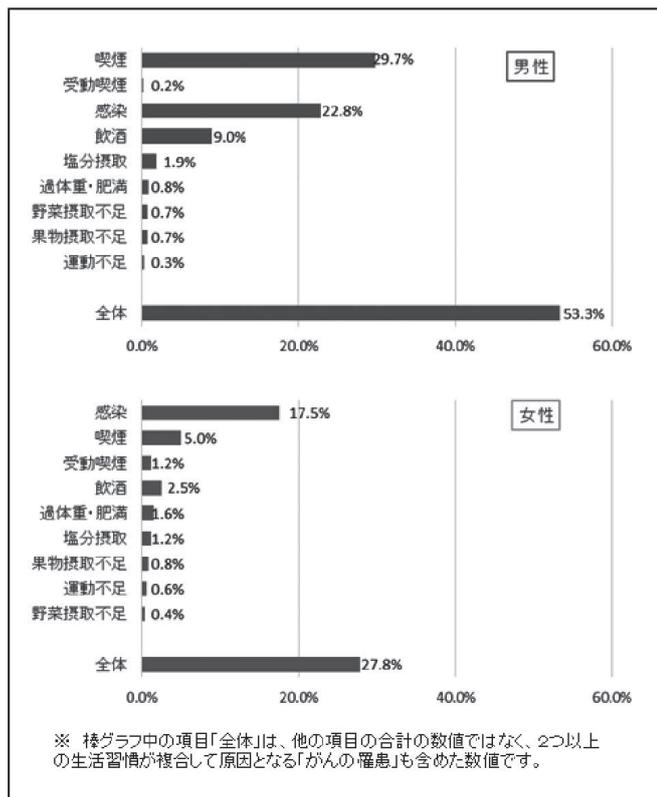


● 部位別のガン患者数

部位別患者数		年齢調整罹患率(人口10万対)	
部位	患者数	男性	女性
胃	21.3万人	胃 (78.9)	乳房 (67.1)
前立腺	18.3万人	大腸 (63.4)	大腸 (35.9)
乳房	17.9万人	肺 (61.6)	胃 (28.6)
結腸	15.7万人	前立腺 (43.5)	子宮 (22.8)
肺・気管	13.1万人	肝・胆管 (29.8)	肺 (21.1)
直腸	7.8万人	食道 (17.1)	肝・胆管 (10.6)
肝	6.6万人	膵臓 (15.1)	甲状腺 (10.1)
膀胱	6.4万人	膀胱 (12.5)	卵巣 (10.0)
子宮	5.7万人	腎・尿路 (12.2)	膵臓 (9.3)
悪性リンパ腫	5.3万人		
膵	3.0万人		

※厚生労働省「平成20年 患者調査」
 ※国立がん研究センター「平成19年 部位別年齢調整別がん罹患率」

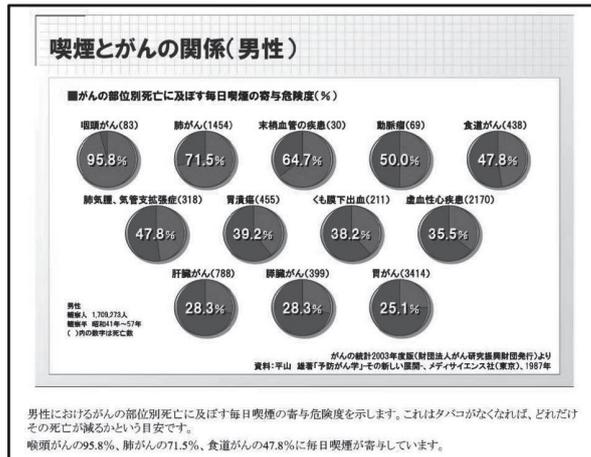
テーマ：生活習慣とがん



日本人におけるがんの主な要因

(出典: 国立がん研究センターがん情報サービス)

※ Inoue, M. et al.: Ann Oncol, 2012; 23(5): 1362-9 を基に国立がん研究センターがん情報サービスが作成



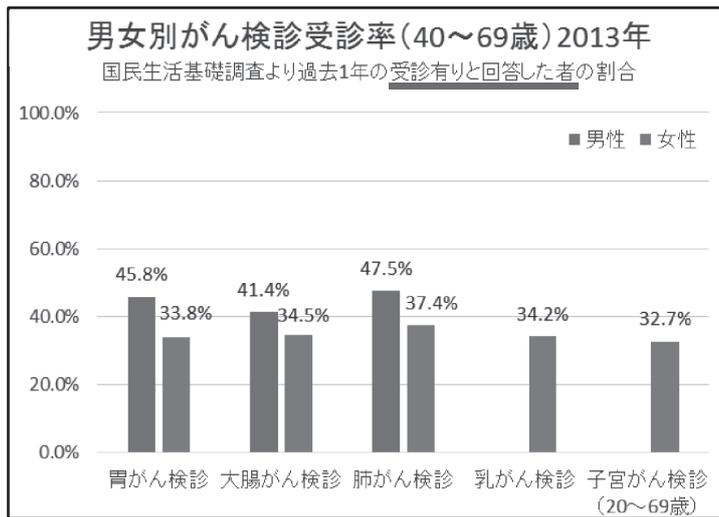
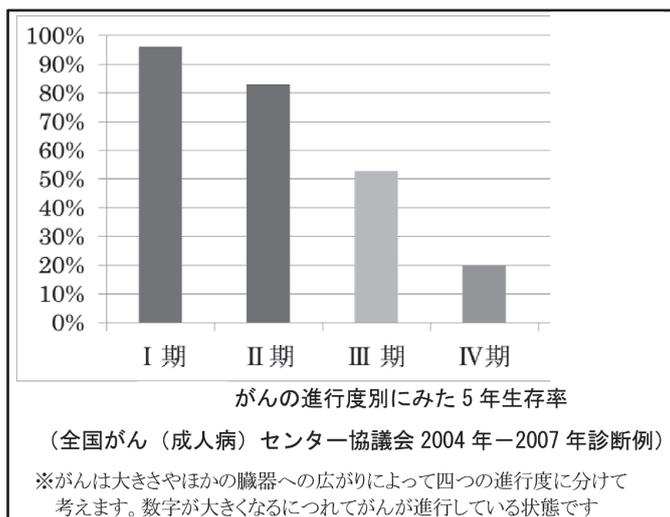
主要部位のがんと食物・栄養素との関連についての疫学研究のまとめ*

↑(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

	食道	胃	大腸	肝臓	肺	乳房	前立腺
食習慣							
野菜	↓		↓				
果物	↓	↓			↓		
獣肉類			↑ (保存・加工肉)				
塩分		↑					
アルコール	↑↑			↑↑		↑↑	
熱い飲食物	↑						
栄養関連要因							
肥満	↑↑ (腺がん)		↑↑			↑↑ (閉経後)	
運動			↓↓ (結腸)				

*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。

テーマ：がん検診



2 実践事例 2 <食に関する指導> (久喜市立栗橋小学校)

平成28年度 埼玉県小・中学校食育指導力向上授業研究協議会

研究テーマ 健やかな心と体を持ち、
健康な食生活を自ら実践できる児童の育成

久喜市教育委員会【実践中心校 久喜市立栗橋小学校】

1 はじめに

食は子どもたちにとって、生活や学習の基礎となるものである。同時に食を通して人や物とかわり、社会性を養い、生命に対する畏敬の念や家族、友人に対する感謝や思いやりの心を育てるという重要な役割を果たしている。

そこで、食のあり方について、児童が自分の問題としてとらえ、思考と実践を繰り返しながらよりよい食習慣を身に付けられるよう上記主題を設定し、以下の研究に取り組んできた。

2 取組

(1) 授業実践 等

ア 第1学年 学級活動「のこさず食べよう」

食事の中でも給食に着目し、調理員さんをゲストティーチャーとして招聘し、給食に関わる人への感謝の気持ちを感じさせ、一人ひとりが給食の残菜ゼロに向けて努力する意欲をもたせる授業を展開した。



第1学年 学級活動

イ 第4学年 体育科「育ちゆく体とわたし」

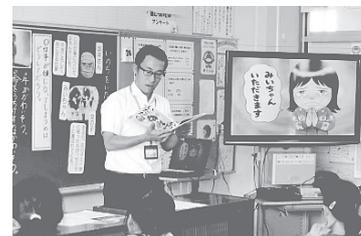
養護教諭とのTT指導で、体をよりよく発育・発達させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であり、健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事が体の成長に関係していることを理解させる授業を展開した。



第4学年 体育科

ウ 第5学年 道徳「命を大切にするとはい」

食べることは動植物の大切な命をいただくことであると同時に、多くの人々の支えがあって食べられることを理解し、食に対する感謝の気持ちをもたせる授業を展開した。



第5学年 道徳

エ 食育教材の活用

食に関する指導の充実を図るため、文部科学省作成の小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」を活用した。社会・理科・生活・家庭・体育（保健領域）・道徳・学級活動・総合的な学習の時間等の授業の中で、ワークシートや参考資料、部分拡大をするなどの教室掲示資料、食育だより等への引用などの活用を図った。



食育教材



授業の中で活用



生活科の掲示資料



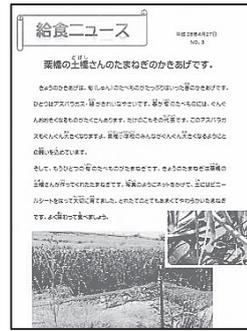
食育だより引用

(2) 給食指導・環境整備 等

ア 地場産物の活用や郷土食の導入

トウモロコシの皮むき等、食材（旬の野菜）と児童が関わり、その日の給食に提供している。また、久喜市及び埼玉県産食材を多く活用し、年間計画に基づき毎月1回郷土料理を実施している。

この内容は、「給食ニュース」として、その日の給食の時間に知らせている。



給食ニュース（地場産物の活用・食材の皮むき）

イ 掲示の工夫（食育コーナー）

食育だより、「朝食欠食ゼロキャンペーン」の取組、チャレンジクッキング「学校給食おすすめレシピ」（人気給食献立）、郷土料理マップ（保護者からの情報提供）等の食育コーナーを設置し啓発している。



食育コーナー



郷土料理マップ

(3) 家庭・地域との連携 等

ア 食農体験

食農ボランティアや地域の方の協力を得ながら学校ファームを活用し、田植え・稲刈り体験、そして、収穫した餅米を使って餅つき体験をした。また、七輪を使ってのもち焼き体験をした。



もちつき体験



七輪でのもちやき体験

イ 親子クッキング

食生活改善推進員協議会の皆様の指導をいただき、親子クッキングを実施した。



親子クッキング



わくわくモーモースクール

ウ わくわくモーモースクール

埼玉県酪農教育ファーム推進委員会主催の「わくわくモーモースクール」を実施し、牛乳や乳製品の生産方法、酪農への理解を深め、牛の温かさを感じながら、「食と命」について学習した。

エ 食育だより・ホームページ等の作成

食育だよりを毎月発行し、給食の様子は、毎日ホームページに公開するなど、保護者や地域に情報を発信している。



食育だより（人気の献立・食育の日について）

3 おわりに

学校全体での計画的・継続的な食育の取組、課題の明確化、食育教材の活用により、校内や家庭に食育の重要性についての浸透が図られた。また、自校給食のよさを活かしたことで、残さず食べようとする態度が身に付き、年間を通して低い残食率を維持することができた。

すべての児童がよりよい食習慣を身に付けられるようにするためには、食に関する指導を今後も継続するとともに、家庭の理解と協力が不可欠である。今後も家庭・地域への積極的な情報提供や啓発活動を継続していきたい。