

## 第1学年 保健体育（保健）指導案

日 時：令和7年11月11日（火）6校時

場 所：体育館

対 象：第1学年全クラス52名（男子27名，女子25名）

指導者：教諭 前田 崇将

講 師：小池 賀津江（富士吉田市立病院

がん相談支援センター がん看護専門看護師）

1 単元名 1年次 （1）現代社会と健康 （ウ）生活習慣病などの予防と回復

2 単元の目標

（1）健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見、及び社会的な対策が必要であることが理解できるようにする。

【知識及び技能】

（2）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するとともに、それらを表現することができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

（3）現代社会と健康について、健康の考え方について課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

3 単元について

教材観： 疾病構造の変化や社会の変化に対応して、健康課題や健康の考え方が変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方が求められる。したがって健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識を持ち、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必要がある。また、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ヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康課題に関して理解するとともに、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにする必要がある。

指導観： 生活習慣病の一つである「がん（悪性新生物）」についての学習を通して、自他の健康を適切に保持増進することができる知識を身に付け、適切に実践していくことができるように指導を図る。「がん（悪性新生物）」は2人に1人が罹患する可能性があるとされ、極めて身近な病気と位置付けられている。加えて、約40年以上に渡り日本人の死因第1位であることから、恐れられている病気の一つである。一方で、早期がんに関しては9割近くの方が治るというデータもある。「がん」に対してただ恐怖心だけを持つのではなく、がんの予防や治療、がん患者への理解や支援、がんへの向き合い方等、多面的多角的な視点から考えさせることで、生涯を通じて明るく豊かな生活を営む態度や能力を養いたい。

生徒観： 普通科と商業科の生徒が在籍しているが、総勢52名と少ない人数の学年である。落ち着いた生徒が多く、一部の生徒のみが興味のあることに関して積極的に発言する場面が多い。しかし、ペアワークやグループワークになると活発的に学習を進める姿勢が見られる。生徒主体の活動の時間を増やし、考えを深めることができるよう工夫をしていきたい。

#### 4 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	学びに向かう力，人間性等
<p>①がん，脳血管疾患，虚血性心疾患，高血圧症，脂質異常症，糖尿病など，これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには，適切な運動，食事，休養及び睡眠など，調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること，定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要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がんには，肺がん，大腸がん，胃がんなど様々な種類があり，生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③生活習慣病などの予防と回復には，個人の取組とともに，健康診断やがん検診の普及，正しい情報の発信など社会的な対策が必要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>①生活習慣病などの予防と回復について，それに関わる事象や情報などについて，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けしたりして，自他や社会の課題を発見するとともに，習得した知識を基に，自他の生活習慣や社会環境を分析し，リスクの軽減と生活の質向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。</p> <p>②生活習慣病などの予防と回復について，自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。</p>	<p>①生活習慣病などの予防と回復について課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。</p>

5 指導と評価の計画（5時間）

時	題材	主な学習内容・学習活動	知	思	態	評価方法
1	がんの原因と予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がんに対してどのような印象をもっているか、Forms を使用し共有する。</li> <li>○がんの種類や原因について理解する。</li> <li>○がんの予防について、基本的な生活習慣や検診の重要性について考える。</li> <li>○文部科学省選定，がん教育アニメ教材「よくわかる！がんの授業」を基に作成したクイズを中心に授業を進める。</li> <li>○授業の中で興味関心があることや深めたい内容をまとめる。</li> </ul>	③	①		観察 ワークシート
2	がんの治療と回復	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がんの治療法や緩和ケアについて理解し説明できるようにする。</li> <li>○がんと共生していくための取り組みや支援について理解する。</li> <li>○文部科学省選定，がん教育アニメ教材「よくわかる！がんの授業」を基に作成したクイズを中心に授業を進める。</li> <li>○授業の中で興味関心があることや深めたい内容をまとめる。</li> </ul>	②			観察 ワークシート
3	探究活動Ⅰ (講演，助言を含む)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がんに関する授業の中で，特に深めたい内容を1つ決め，理解を深める。</li> <li>○共通のテーマごとに少人数グループを作成し，意見交換を行いまとめる。</li> <li>○外部講師（小池さん）の公演，助言を聞き新たに生じた疑問をまとめる。</li> </ul>	①			観察 ワークシート
4 本時	探究活動Ⅱ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学習した内容を広く知ってもらうためにBYODを用いてポスター作成を行う。</li> <li>○これまでの授業を通しての疑問や新たな疑問を外部講師（小池さん）や他グループと情報交換をし，まとめていく。</li> <li>○がんに関する現状や課題を理解し，高校生の視点から改善策を考える。</li> </ul>		②		観察 ワークシート
5	ポスターセッション	<ul style="list-style-type: none"> <li>○共通のテーマに関する発表と他テーマの発表をそれぞれのブースに聞きに行き，理解を深める。</li> </ul>			①	観察 ワークシート

6 本時の学習

(1) 本時の目標 (4 / 5 時)

最も深めたいと思ったがんの内容について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明することができるようにする。

(思考力、判断力、表現力等)

(2) 準備

- ・教科書
- ・保健体育ノート
- ・ワークシート
- ・モニター
- ・パソコン (BYOD)

(3) 本時の展開

段階	学習内容・活動	指導内容及び指導上の留意点	評価
導入 5分	<p>1 あいさつ</p> <p>2 本時の流れを確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒が前を向き落ち着いてから、号令をかけさせる。</li> <li>・欠席者の確認を行う。</li> <li>・パソコンの接続確認を行う。</li> <li>・これまでの学習や進捗状況等を確認し、本時の目標について確認を行う。</li> </ul>	
<p>目標「各グループのテーマについて活動の中で理解を深め、他者に伝えたいことをまとめる。」</p>			
展開 35分	<p>3 各グループのテーマと理由を確認し、今後の展望について再整理をする。</p>	<p style="text-align: center;">発問1「自分たちの設定したテーマとその理由を確認しよう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマが抽象的すぎないか、明確な理由とテーマ設定になっているか確認する。</li> <li>・前回までの活動を振り返りつつ、グループの中で方向性が一致できるようにする。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>○予想される好ましくない抽象的な例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマ「がんの治療」</li> <li>・理由：がんをどうやって治療するのか気になったから</li> </ul> <p>○予想される具体的なテーマ設定の例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマ「がんを予防するためにできる6つの生活習慣」</li> <li>・理由：がんのリスクを高める生活習慣を避けることで、がんを予防できることを知ってもらいたいから</li> </ul> </div>	

	<p style="text-align: center;"><b>発問2 「これまでの疑問を小池さんと共有し、理解を深めよう。」</b></p>	<p>4 各グループの状況に合わせてがんの治療法や予防方法、緩和ケア、患者への支援などを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでの学習の中で疑問に思ったことや興味を持った内容をワークシートにまとめておく。</li> <li>・生徒が円滑に進められるように話し合うべき視点は示す。</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>【思・判・表②】</b></p> <p>観察 ワークシート</p>
	<p style="text-align: center;"><b>発問3 「これまでの学習を通して、得た知識を広く知ってもらうためにはどのように発信すれば良いか考えよう。」</b></p>	<p>5 各グループで校内掲示用のポスターを作成する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各グループで話し合った内容をまとめ、BYODを活用しポスター作成をする。</li> <li>・机間巡視しながら協力して活動が進められるように指導を行う。</li> <li>・得た知識をどのように他者に伝えるかを話し合う。</li> <li>・新たな疑問は小池さんに質問をするように促す。</li> </ul> <p>6 各グループの活動について、小池さんに講評をもらう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・代表の数グループに現段階の掲示ポスターを発表してもらう。</li> <li>・各グループが作成しているポスターを画面共有で見られるようにする。</li> <li>・発表者が自分たちの意見を分かりやすく簡潔に説明できるように指導する。</li> </ul>	
<p>まとめ 10分</p>	<p>7 本時の振り返りと今後の展望についてワークシートにまとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の目標を再提示し、授業を振り返ることで生徒が本時の内容を整理できる時間にできるようにする。</li> <li>・掲示ポスター完成に向けて、次回の授業までの準備や次回の授業で行う活動について考える。</li> </ul>	



# がんになったら？



がんとは？

細胞の遺伝子が傷つき、コントロールを失って際限なく増殖すること

がん患者の15%が鬱になってしまう傾向がある

そのためのにできる支援とは？

- ・がん診療連携拠点のがん相談支援センターに行く
- ・お住いの地域で開催している患者会やサロンの活用
- ・カウンセリングやリラクゼーションを行う

あなたらしく  
生きよう!!

## がんと告げられた「告知」患者さんの気持ちとは

患者さんはどんな思いをしているんだろう？

自分を責める患者さんや不安に思う、悲しむ、怒るなど多くの気持ちを思った患者さんがいるよ

がんと告げられきの心の反応はどうなんだろう？

ショック期、落ち込み期、最適応期、の三つが特にあるよ

このことから、がんにかかった患者さんの気持ちが分かったと思います。その支援の仕方は・・・

- ・患者さんの気持ちを受け止める
- ・「がんばれ」と励ましすぎない
- ・これまで通り接する

## がんの種類によっての治療法

～ がんは主に2つに分かれている ～

### 固形がん

血液を漂うがん細胞。主に胃、肺、乳房、大腸、肝臓、前立腺にできやすい。

### 血液がん

血液がんは血液細胞ががん化して増殖する。主に白血病（急性白血病、慢性白血病）、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫なりやすい。

### ～ 治療法 ～

### 固形がん

放射線療法、手術療法、化学療法。

### 血液がん

放射線療法、化学療法、造血幹細胞移植。

### ～ 早期で見つけた時の治療法 ～

手術療法（内視鏡手術等）、放射線療法  
化学療法（抗がん剤）、ホルモン療法



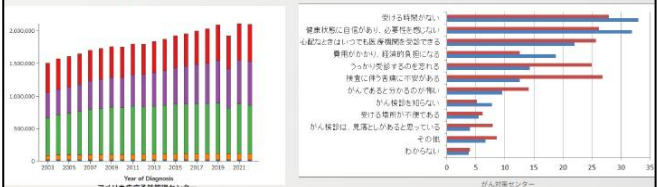
## アメリカと日本の受診率

### アメリカ

医療費の高いアメリカでは、雇用主提供医療保険や公的医療保険の多くでカバーできる予防医療をかかりつけ医が勧めており、その結果、高い受診率を保っているものと考えられます。

### 日本

日本人の約6割が後悔をしている  
・もっと頻りに検査を受けていれば早期発見ができたかもしれない  
・定期検査を受けていれば、手術も簡単に体への負担も少ない



### 日本に比べてアメリカの受診率が高い理由

アメリカでは、早期発見と予防に対する積極的なアプローチが成功し、がん死亡率の減少につながっている。一方日本は高齢化や生活習慣の変化に対する対応の遅れや、個人の意識や生活習慣、職場環境など、多様な要因が複合的に作用したその結果がん死亡率が高い。国は現在、受診率向上キャンペーンやクーポン券の配布、職域検診のマニュアル策定など、様々な取り組みを進めています。

【生徒に対する事前・事後アンケート結果について】

質問 1 がんの学習の重要性について	実施前	実施後	増減
がんの学習は、健康な生活を送るために重要だ（そう思う）	88.5%	98.1%	+9.6%
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）	88%	92.3%	+4.3%
質問 2 がんという病気について	実施前	実施後	増減
がんは誰もがかかる可能性のある病気である（正しい）	100%	100%	±0%
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）	100%	98.1%	-1.9%
がんは日本人の死因の第2位である（誤り）	55.8%	73.1%	+17.3%
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（正しい）	94.2%	100%	+5.8%
早期発見すれば、がんは治りやすい（正しい）	100%	100%	±0%
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（誤り）	90.4%	90.4%	±0%
がんの治療法には手術治療しかない（誤り）	82.7%	90.4%	+7.7%
がんの痛みは我慢するしかない（誤り）	88.5%	92.3%	+3.8%
質問 3 がんへの考えと共生社会について	実施前	実施後	増減
自分はがんにならないと思う（そう思わない）	51.9%	51.9%	±0%
将来、たばこは吸わないでいようと思う（そう思う）	71.2%	75%	+3.8%
日頃から、バランスのよ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）	65.4%	69.2%	+3.8%
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）	65.4%	76.9%	+11.5%
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（そう思わない）	21.2%	44.2%	+23%
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）	17.3%	40.4%	+23.1%
がん患者を支える仕事に興味がある（そう思う）	7.7%	21.2%	+13.5%
がんになっている人も過ごしやすい世の中にしたい（そう思う）	50%	65.4%	+15.4%
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）	40.4%	63.5%	+23.1%
家族や身近な人が健康であって欲しいと思う（そう思う）	92.3%	94.2%	+1.9%
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）	84.6%	86.5%	+1.9%

### 【生徒に対するアンケート結果の考察】

事前アンケートを行った時点で、小・中学校での学習に加え、高校でも「がん」について授業で取り組んでいたため、質問1「学習の重要性」や質問2「がんという病気について」は、高い水準で正しい理解や望ましい価値観をもちていることが見受けられた。

「がんは日本人の死因の第2位である」という質問や「がんの治療法には手術治療しかない」、「がんの痛みは我慢するしかない」、「治療方法の決定」という質問に関しては、授業内での学習を通して、知識が身に付いたため、正答率が上がったことが推測される。

今回の公開授業は、今までの学習の中で身に付けた知識をもとに「各グループのテーマについて活動の中で理解を深め、他者に伝えたいことをまとめる」ことを目標に行った。そのため、質問1（2項目）と質問2（8項目）のほとんどの項目で改善が見られたことは、他者との関わりの中で理解を深め、一定の教育効果を見取ることができたと評価したい。

また、得た知識を探究活動等の活動を通して、アウトプットすることを今回の学習の中で重要にしてきた。質問3の「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」という質問に関して23%増加したことを考えると、学習活動の中だけでなく、家庭や周囲の人たちに得た知識を活用しようという姿勢が表れているのではないかと推測する。加えて「がん検診を受けようと思う」という質問に関して11%増加したことや、「がんになっても生活の質を高めることができる」という質問も23%増加、「がん患者を支える仕事に興味がある」生徒が13%増加、「がんになっている人も過ごしやすい世の中にしたい」と答えた生徒が15%増加したことから、探究活動の中で理解を深め、がんに関して興味関心をもったことで、恐怖心だけでなく、がん検診やがんに関する職業、緩和ケア等の支援等、多角的多面的な見方・考え方ができたのではないかと考察する。

### 【がん教育推進校授業公開アンケート結果（塩山高等学校）】

対象者：推進連絡会委員1名，一般参加者12名（教諭10名，養護教諭1名，その他1名）

	←達成できた		達成できなかった→		
	5	4	3	2	1
本時の目標は達成できたか	4	9	0	0	0
外部講師の活用は効果的だったか	5	6	2	0	0
学校におけるがん教育を進めるうえで、本日の授業はどうだったか	6	6	1	0	0

## ○本時の目標は達成できたか

- ・グループの中で話し合いながら作業を進めていたため（教諭）
- ・前回の授業を踏まえて、それぞれがポスターを作ることができていた。（教諭）
- ・深めて探究している。自他、社会の課題を、明確にしている。（教諭）
- ・いくつかのグループが進んでいなかった。（教諭）
- ・生徒が知識を活用し、しっかりとポスター作成を行うことができていた。（教諭）
- ・目標に沿って学習が行われていたため。（教諭）
- ・アウトプットできていました。（教諭）
- ・生徒が積極的にポスターづくりに取り組んでいたと感じます。（教諭）
- ・4校時終了して、学生によって進み具合にバラツキがあるが、それは5校時目の授業で着地出来れば良いかと思います。（その他）
- ・生徒が自ら課題を見つけ、それに対して自主的に深めていく学習だったので。（委員）
- ・教員だけではなく、学校外の人的支援も受けながら学習することによって刺激を受けることが考えられるため。（教諭）
- ・講演だけではなく講評を話していただいていたところ。（教諭）
- ・何時間かかけてきていただき、生徒への声かけ等も各グループおこなってくださっていたので。（教諭）
- ・より専門的な話を聞くことができたと思う。（教諭）
- ・的確で分かりやすいサポート（教諭）
- ・外部講師を呼ぶ事で生徒も関心を持ち授業に取り組んでいたと思う。（教諭）
- ・それぞれのグループへ直接アドバイスをもらえて良いと思った。全てのグループを見るのはなかなか難しいと感じた。（教諭）
- ・継続した参観をすることで生徒の学びの状況を把握し、さらに深い学びに繋がるのだと感じました。（教諭）
- ・講評から、全体を把握してる様子が伺えました。（教諭）
- ・専門家からの意見は、教員とは違った視点での、貴重な話になると思います。（教諭）
- ・講演会後の指導まで講師にご参加いただけるのは、とてもありがたいことだと感じた。（養護教諭）
- ・公開授業であった本授業に関しては、ポスター作成に重きが置かれていた様に思います。ただ、話を伺うと3校時目で外部講師の話を聞いて、疑問について自ら調べて理解を深める内容だったということなので、5校時で成立する面白い構成だと思いました。（その他）

- ・専門的な知識を持った医療者の立場である外部講師の方だったので、生徒が普段の生活の中では聞けないような知識を得られるよい機会だったと思う。この授業内では、外部講師の方の発言が全体ではなく、生徒のサポートだけだったので、どのような効果につながるのか見て見たいとも思った。(委員)

#### ○学校におけるがん教育を進めるうえで、本日の授業はどうだったか

- ・生徒個人により受け取り方は様々かとおもいますが、授業の一例として良かったと思います。(教諭)
- ・授業の進め方が参考になりました。(教諭)
- ・ポスターを作るということを通して、遠いようで身近ながんについてより考えることができたと思う。(教諭)
- ・参考になりました(教諭)
- ・本校でも参考にしたい(教諭)
- ・ポスターを作成するというなかで、必要な知識を活用し、また他者へ伝えることができる内容になっていたから。(教諭)
- ・ICTの使い方も含め大変勉強になりました。(教諭)
- ・ポスター作りを最終目標にしており、とても良かった(教諭)
- ・生徒が活動するところ、教員の話を書くところのメリハリができていた。(教諭)
- ・小学生で、アウトプットしていく活動のあり方は、日々研究しているが、伝えるという活動から、学びを深めていくことをどんな形でも、取り入れていきたいと感じている。(養護教諭)
- ・他の回答でも触れましたが、指導要領に沿う事も基本ですが、教師、学校側の授業への柔軟な取り組み方も大切な事と思います。その熱意が生徒には印象的に残ると思います。(その他)

#### ○学校におけるがん教育をすすめるうえでの課題について

- ・生活習慣病の1つである、がんについての知識をもとに、それを活用し、予防、治療、回復をどのように捉え、これからの活かしていくのか。(教諭)
- ・家族の罹患者の存在。(教諭)
- ・身近な病気だからこそ、生徒自身、生徒の保護者等で該当者や亡くなった方がいると授業をやる上での事前の配慮等が必要になってくると思う。(教諭)
- ・実際がんで亡くなった家族の方がいる場合にどうすすめていいか、不安がある。(教諭)
- ・家庭環境等の配慮が必要な場合の授業展開が難しいと感じています。(教諭)

- ・当事者意識を持つこと。がん患者が身近にいる生徒への配慮。この2つのバランス。
- ・誤った情報に惑わされないこと。(教諭)
- ・小中高の長期的な指導の継続。(養護教諭)
- ・全ての学校において、同じ授業展開、知識習得を目指すのは無理ということを踏まえて、学年を上げるにつれて、がんについての知識を少しずつ消化して自分の物にしていって欲しい。(その他)

#### ○その他 (気づいたこと・感想)

- ・お忙しい中ありがとうございました。今後の指導にいかしていきたいと思います。
- ・担当教諭の努力、推進校での取り組み、尊敬いたします。公開授業を行うための準備、取り組み等について、検討会で話を聞く機会をいただきまして感謝します。まずは県の音頭取りがあつてのがん教育授業ですが、個々の学校の個性(授業内容)も、難しいかも知れませんが広い視野での評価をしていただきたいと思います。
- ・生徒の作成したポスターを拝見したい。

### **【山梨県立塩山高等学校におけるがん教育について】**

#### ○目標

- ・保健の見方・考え方を働かせ、健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。
- ・自他や地域の課題について、他者との協働的な学びを通して、主体的に考え、生涯を通じて健康で豊かな生活を送るための基礎を養う。

#### ○科目保健の充実

- ・正しい情報収集ができる能力や情報を活用する能力を養うとともに、教員が学習活動の中で、健康についての自他や地域の課題について自分事として捉えることができるよう教材研究や発問の工夫などの授業展開を工夫していくことが大切である。
- ・生徒たちの深い学びを促すための授業改善やICTの使用手法について日々学び続けることが必要である。

## ○学校教育活動の関連付け

- がん教育については、科目保健だけで取り扱っていくのではなく、他教科との教科横断的なカリキュラムマネジメントの視点や地域との連携・協力を行い、教員同士の指導方法や連携方法の工夫等を行いながら取り組んでいく必要がある。
- 外部講師を活用した授業では、専門的な知識や経験がある講師に授業に関わっていただくことで、確かな知識を得るとともに他者との協働的な学びの中で、深い学びへとつなげることができた。今後も本校及び地域社会の健康課題の変化に配慮しつつ、継続的に外部の方と連携を図りながら取り組むことが大切である。
- このような機会をきっかけに、教師自身も学び続ける姿勢を育むことができる。