

# 生涯の健康に関する理解促進事業 学習指導略案

対象学年：第1学年

## 1 研究主題

もっと早く知っておきたかった！身も心も生涯健康でいる秘訣（食事・スポーツ・健康・性教育）

～産婦人科医と連携した保健の授業研究～ ～体育・家庭・保健室の連携を通して～

## 2 主題設定の理由

日本人の死因の過半数を生活習慣病が占めている現在において、①高校生が日々の生活習慣を見直すこと、②若い時期に身についた生活習慣が生涯にかけて継続されることを理解することが大切である。そこで本校では、生徒が自らの生涯の健康について考え、どのように実践すべきかを学べるようにしていきたいと考える。保健体育科、家庭科、養護教員が連携し、生徒が主体的に健康について考えられるような授業を実践するため、上記の主題を設定した。

## 3 生徒の実態

昨年度は「エンジョイスポーツプロジェクトモデル校」として指定を受け、運動・スポーツの楽しさを味わうとともに、多様な関わり方を身に付け、卒業後も継続して実践していくことができる生徒の育成を目指し、ヨガやズンバなど様々な種目を生徒は体験した。その結果、「運動を継続していきたい」と答えた生徒は71%から78%に増加した。体力合計点平均値も0.62増加したが、いまだ東京都の平均値を下回っている。そのため日頃の運動習慣を身に付け、生涯の健康につなげる必要がある。

## 4 単元計画

時	保健体育科	家庭科
1	現代における感染症の問題	
2	感染症の予防	
3	性感染症・エイズとその予防	自分らしい人生をつくる
4	がんの予防とその回復	これからの家庭生活と社会
本時	保健体育科 (1) 性感染症の特徴と正しい予防方法について理解し考える活動を通して、適切な意思決定を行い、生涯にわたり実践し続けていくために必要な知識や行動の仕方を身に付けることができる。 (2) 子宮頸がんの予防について、得た知識を活用し自分にできるがんの予防方法を考え、自分の考えをまとめることができる。	
6	喫煙と健康	子どもと共に育つ
7	飲酒と健康	ライフステージと食生活

### 1 本時の目標

- (1) 性感染症の特徴と正しい予防方法について理解し、考える活動を通して適切な意思決定を行い、生涯にわたり実践し続けていくために必要な知識や行動の仕方を身に付けることができる。

(2) 子宮頸がんの予防について、得た知識を活用し自分にできるがんの予防方法を考え、自分の考えをまとめることができる。

## 2 本時の展開

	学習活動	○ 指導上の留意点・配慮事項 ▶ 評価
導入 5分	1 出欠の確認・挨拶 (T1)  2 これまでの学習内容を確認する。(T1) <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 性感染症が 20 代～30 代で急増していることを確認する。</li> <li>・ 日本人の死因について確認をする。</li> <li>・ 20 代から子宮頸がんの罹患率が急増していることを理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 授業を受ける態度・環境を整えたうえで、挨拶をする。</li> <li>○ 授業で使用するプリントを配布しておく。</li> <li>○ 性器クラミジアが近年 20 代で急増していることについて、グラフを用いて説明する。</li> <li>○ がんは日本の死因で一番多いこと、そして子宮頸がんは、20～30 歳代に急増していることについてグラフを用いて説明する。</li> <li>○ 性感染症や子宮頸がんが、自分たちにとって関わりのあることを理解し、ライフプランを考える上で日々の生活や健康と向き合うことの大切さ、早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることの大切さを知るために本時が設定されていることを説明する。</li> <li>○ T1 より、T2 の紹介をする。</li> </ul>

<p>3 月経困難症と避妊について (T2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 月経困難症の原因とその対処法について理解する。</li> <li>・ 妊娠の仕組みと避妊法について理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 簡単な自己紹介をする。</li> <li>○ 月経困難症の症状と、月経困難症が将来体に与える影響についてプレゼンテーションソフトを用いて説明する。</li> <li>○ 月経困難症の原因を説明した上で、月経困難症への対処法として低用量ピルがあることを説明する。</li> <li>○ 妊娠の仕組みについて説明する。</li> <li>○ 避妊法について、低用量ピルの作用について説明し、避妊法として効果的であることを説明する。</li> <li>○ 低用量ピルやコンドームを使用せずに性交した場合に、緊急避妊法があることを説明する。</li> </ul>
<p>4 性感染症とその予防法について (T2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 性感染症の種類と体への影響について確認をする。</li> <li>・ 性感染症の予防法について理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 性感染症の種類や体への影響や、妊娠中の胎児への影響について、プレゼンテーションソフトを用いて説明をする。</li> <li>○ 性感染症の予防のためには、コンドームの適切な使用、ワクチン接種などの方法があることを説明する。</li> <li>○ 性感染症に感染した際の初期症状について説明し、女性は婦人科を、男性は泌尿器科を受診する必要があることを説明する。</li> </ul>
<p>5 子宮頸がんとHPVワクチンについて(T2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 子宮頸がんとは何かについて理解する。</li> <li>・ 子宮頸がんの危険性について理解する。</li> <li>・ 子宮頸がんの適切な予防法とその効果について学習をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 子宮頸がんはヒトパピローマウイルスが子宮頸部に感染することが原因であることを説明する。</li> <li>○ 子宮頸がんは死亡リスクがあることや、治療の際に子宮全摘の可能性のあることについて説明する。</li> <li>○ 子宮頸がんは HPV ワクチンによって予防が可能であることを説明する。また、定期的な検診を受けることの重要性についても説明をする。</li> <li>○ 思春期は人生の基礎であり、今後の人生へ大きな影響を与えることから、本時で</li> </ul>

	<p>6 まとめと本校生徒へのメッセージ (T2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 3、4の内容について要点を確認する。</li> <li>・ 今後健康に過ごしていくために心がけるべき内容について理解する。</li> </ul>	<p>学んだことを大切にしたいと伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 本校の生活信条にあてはめ、相手を尊重し、自分の心と体を大切にするように伝える。</li> </ul>
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">まとめ 15分</p>	<p>7 本時のまとめ (T1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 本日の学習を振り返り、ワークシートへ記入をする。</li> <li>・ 記述した内容について、周囲の生徒と意見交換をしたのち、数名の生徒が発表をする。</li> </ul> <p>・ T2 へ質疑応答とお礼の挨拶をする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 性感染症を予防し、広めないために必要なことや、子宮頸がんの予防に必要なことを考え、ワークシートへ記入させる。</li> <li>○ 机間指導し、質問があれば回答する。</li> <li>○ 数名の生徒を指名して、記入した内容について発表を促す。</li> <li>○ 思春期は性への興味が出る時期であるが、適切な意思決定・行動が必要である。そのためにも、正しい知識を得て、両性・パートナーの協力が必要であることについて説明する。そして、ライフプランを考える上で日々の生活や健康と向き合い、生涯をかけて健康的な生活を送ることの大切さについて説明する。</li> <li>○ T1 から生徒へ、T2 へ質問がないか聞いたうえで、T2 へ生徒からお礼を伝える。</li> <li>▶ 性感染症や子宮頸がんの予防法について、習得した知識を基に、生涯にわたり健康に過ごすために必要な個人の取り組みを考え、説明している。【ワークシート】(授業後)</li> </ul>

(授業者…T1：保健体育科教員等、T2：産婦人科医等)