

「新編 新しい保健体育」

保健体育の学びが **深まる 広がる**

# QRコンテンツの 内容紹介

1人1台端末が令和の学びのスタンダードになりました。  
「新編 新しい保健体育」では、動画、思考ツール、シミュレーション、  
資料・図鑑など、教科書紙面と一体的に活用できる  
豊富なデジタルコンテンツを用意しました。



ワークシート



資料・図鑑



ウェブ  
Webリンク



動画



思考ツール



シミュレーション



他教科リンク



章末問題



令和7年度「新編 新しい保健体育」  
推しQRコンテンツはこちらから ▶▶



[https://ten.tokyo-shoseki.co.jp/  
text/chu/hotai/oshi-con](https://ten.tokyo-shoseki.co.jp/text/chu/hotai/oshi-con)

# 1年生のコンテンツ

以下の表のほかにも各章末 (p.26、p.54、p.65) に

- キーワードの解説
- 章末問題 (一問一答・章末問題)
- ワークシート のコンテンツを用意しました。

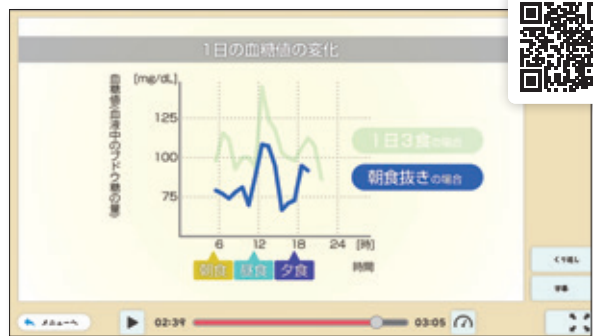
※本文ページと巻末スキルブックページの両方で扱っているコンテンツについては、本誌5ページで紹介しています。

ページ	タイトル	種類
	情報を活用して学習を進めよう 感染症予防のために SDGs 私たちがつくる未来	
13	小学校の振り返り①	NEW
13	保健体育の職業① 大学教員・管理栄養士	NEW
14	健康の成り立ち	
15	主体の要因と環境の要因	NEW
18	1日の血糖値の変化	NEW
18	家庭 食生活と栄養	
19	消費カロリーシミュレーション	
21	睡眠と健康	
23	調和のとれた生活	NEW
25	睡眠は、なぜ大切か	NEW
27	小学校の振り返り②	NEW
27	保健体育の職業② チャイルドライン実施団体代表	NEW
28	家庭 幼児の体の発達	
29	各器官の発育の仕方	NEW
30	呼吸の仕組み	NEW
30	理科2年 呼吸の働き	
31	血液循環の仕組み	
31	理科2年 血液の働き	
32	生殖機能の成熟	
35	受精と妊娠	
35	人の命の始まり	NEW
39	家庭 幼児の心の発達	
43	心と体の関わり	NEW
44	欲求の分類	NEW
45	欲求の分析	NEW
51	性の多様性	NEW
52	人体図	NEW
55	保健体育の職業③ 車いすエンジニア	NEW
57	フットボールの変化	NEW
59	プロスポーツチームの仕事	NEW
61	運動やスポーツの多様な楽しみ方	NEW
62	私とスポーツ	NEW

1年生

(p.18)

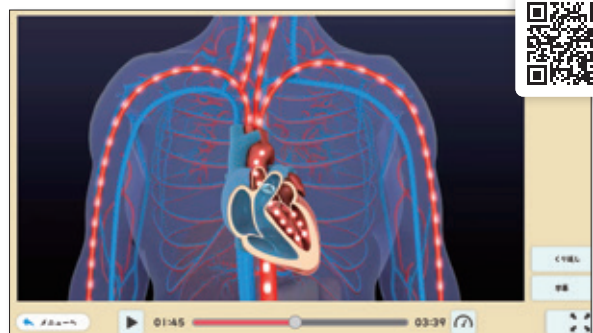
## 1日の血糖値の変化



朝食を食べた日と食べなかった日の、血糖値の変化を比べた実験。実験結果から朝食を食べることの必要性に迫ります。

(p.31)

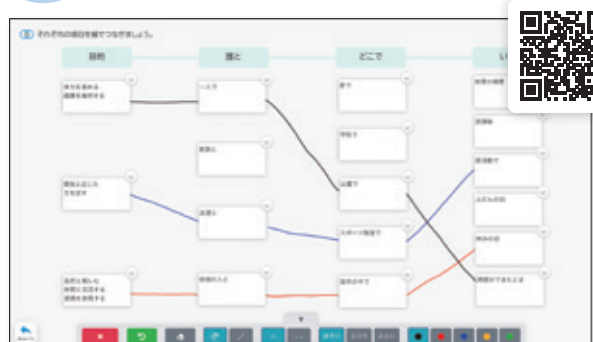
## 血液循環の仕組み



血液循環の仕組みと、血液が果たす役割を動画で解説。イラストだけでは分かりにくい血液の流れや、肺でのガス交換についてイメージできる点が、現行本でも好評です。

(p.61)

## 運動やスポーツの多様な楽しみ方



運動やスポーツをどのように楽しむかを考える思考ツール。線を引いたり、自分だけのカードを追加したりすることもできます。考えた結果は画像で保存できるので、クラスメイトとの共有や、授業が終わった後の提出も簡単です。

# 2年生のコンテンツ

2年生

ページ	タイトル	種類
67	小学校の振り返り③	▶ NEW
67	保健体育の職業④ アイメイト協会歩行指導員	▶ NEW
69	傷害の発生要因	📄 NEW
71	自動車の停止距離	▶ NEW
71	自動車の死角	▶ NEW
71	自動車の内輪差	▶ NEW
71	交通事故の発生要因	▶ NEW
72	自転車の運転者も加害者になる	📖 NEW
73	交通事故の危険予測と回避	▶ NEW
73	危険予測シミュレーション (交通事故)	👆
75	人的要因とその対策	▶ NEW
75	犯罪被害の防止	▶
75	危険予測シミュレーション (防犯)	👆
75	危険回避の方法	👆 NEW
76	自然災害	▶
78	地震防災	▶
79	理科1年 地震に備えるために	🔗
79	家庭 災害への対策	🔗
79	正しい情報の入手と避難行動	▶ NEW
79	防災シミュレーション	👆 NEW
79	防災タイムライン	🕒 NEW
81	自主防災組織の活動	▶ NEW
86	自然災害	▶ NEW
89	小学校の振り返り④	▶ NEW
89	保健体育の職業⑤ 歯科衛生士	▶ NEW
91	血管の変化	▶ NEW
91	主な生活習慣病	📖 NEW
94	がんの発生の仕組み	▶ NEW
97	喫煙の害 (実験)	▶ NEW
101	薬物乱用の悪循環	▶ NEW
102	薬物乱用体験者インタビュー	▶
109	保健体育の職業⑥ スポーツアナリスト	▶ NEW
111	理科2年 骨と筋肉の働き	🔗
113	運動やスポーツの学び方	📄 NEW
115	運動やスポーツを行うときの注意	📄 NEW
117	運動やスポーツと食事	🕒 NEW
118	スポーツ障害	▶ NEW
119	スポーツも脳が行う	▶

以下の表のほかにも各章末 (p.88、p.108、p.119) に

- キーワードの解説
- 章末問題 (一問一答・章末問題)
- ワークシート のコンテンツを用意しました。

(p.75)

## 危険予測シミュレーション (防犯)



危険が潜んでいる場所についての解説動画と、公園内の危険な場所を探すシミュレーション。シミュレーションでは、画面内のカメラを操作することで、公園の中を360度見渡すことができます。

(p.97)

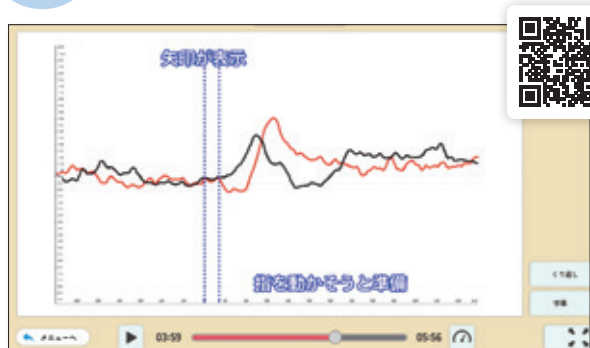
## 喫煙の害 (実験)



喫煙が体に与える影響を調べる実験と、専門家による解説動画。喫煙によって起こる体の変化を数値で確認することで、喫煙の害への理解に実感が伴います。

(p.119)

## スポーツも脳が行う



体を動かす際の、脳と体の関係を調べる実験と、専門家の解説動画。脳からの指令と筋肉の動きを実験によって可視化し、体のメカニズムに迫ります。

# 3年生のコンテンツ

以下の表のほかにも各章末 (p.140、p.160、p.170) に

- キーワードの解説
- 章末問題 (一問一答・章末問題)
- ワークシート のコンテンツを用意しました。

(p.130)

## 室内の空気の衛生的管理



換気の仕組みを調べる実験と、専門家による解説動画。目で見ることでできない空気の流れを実験によって可視化します。効率の良い換気の方法や換気の効果学びます。

(p.151)

## 医薬品の利用



医薬品の正しい利用方法についての解説動画。医薬品の使用量と時間による薬の血中濃度の変化から、医薬品の作用や副作用について学びます。昨今問題になっている市販の医薬品の過剰摂取 (オーバードーズ) の危険性の理解につながります。

(p.161)

## 保健体育の職業⑨ プロ車いす陸上競技選手



東京2020パラリンピックで金メダルを獲得した車いす陸上競技の佐藤友祈選手のインタビュー動画。ご自身の経験やアスリートとしての気概が、飾らない言葉で語られています。

3年生

ページ	タイトル	種類
121	小学校の振り返り⑤	NEW
121	保健体育の職業⑦ 気象予報士	NEW
123	熱中症警戒アラート	NEW
130	室内の空気の衛生的管理	NEW
130	家庭 健康で快適な室内環境	
134	生活排水の処理	NEW
135	社会 (公民) 公害の防止と環境の保全	
135	社会 (公民) 地球環境問題	
135	理科3年 自然環境の調査と保全	
135	家庭 持続可能な社会	
135	生活に伴う廃棄物の衛生的管理	
136	放射線の利用	NEW
141	小学校の振り返り⑥	NEW
141	保健体育の職業⑧ 薬剤師	NEW
142	感染症の種類	NEW
143	飛まつ飛び方	NEW
143	手や物を通した感染	NEW
143	病原体の感染と発病	
144	感染症の予防	
144	家庭 食品の保存と食中毒の防止	
147	性感染症の予防	
151	医薬品の利用	
153	地域の保健活動	NEW
154	社会 (公民) 社会保障の仕組み	
155	WHO	NEW
155	ユニセフ	NEW
158	海外旅行と感染	NEW
160	免疫と予防接種	NEW
161	保健体育の職業⑨ プロ車いす陸上競技選手	NEW
166	パラスポーツ 夢への挑戦	NEW
167	コーフボール	NEW

# 巻末スキルブックのコンテンツ

ページ	タイトル	種類	
178	リラクゼーションの方法		
179	直接圧迫止血法		
179	包帯法		
180	心肺蘇生法の手順		NEW
181	心肺蘇生の方法（胸骨圧迫）		
182	心肺蘇生の方法 （気道の確保、人工呼吸）		
183	AED（自動体外式除細動器）		
185	チャイルドライン相談員		NEW
187	情報社会のモラル&リテラシー		NEW
188	自転車安全利用五則		NEW
188	安全に自転車に乗ろう		NEW
188	自転車の点検方法		NEW
190	防災情報の入手先		NEW
190	防災気象情報と警戒レベル		NEW
191	喫煙・飲酒のロールプレイング		NEW
192	熱中症の応急手当		NEW
193	川の危険		NEW
193	着衣泳		NEW
194	手洗いの方法		NEW
194	マスクのつけ方		NEW

(p.180)



## 心肺蘇生法の手順



心肺蘇生法の手順を確認する思考ツール。空欄にカードを動かしたりしながら、心肺蘇生の手順全体の確認ができます。心肺蘇生の正しい方法は別のQRコンテンツ（動画）で確認できます。

(p.188)



## 自転車の点検方法



自転車の点検項目と点検の方法の解説動画。点検すべきポイントと実際の手順を丁寧に解説しているため、すぐに実践することができます。

(p.193)



## 着衣泳



水難、水害が起きたときに自分の身を守る着衣泳の方法を解説する実習動画。水に体が浮く仕組みと、浮きやすい体勢をとるためのコツが理解できます。

# 今日的課題に対応したコンテンツ

## 防災

(p.78)



### 地震防災

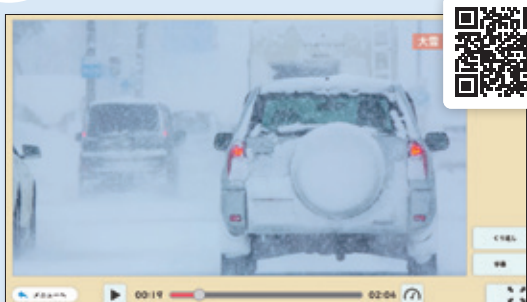


地震などの災害への備えを解説する動画。非常用持ち出し袋だけでなく、日常備蓄品についても学びます。家族に乳幼児や高齢者がいる場合の注意点も説明しています。

(p.76,86)



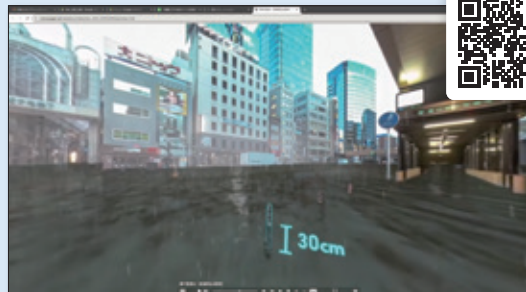
### 自然災害



台風・大雨、竜巻、落雷、大雪、火山噴火など幅広い災害についての解説動画。それぞれの災害によってどのような被害が発生し、何が危険なのかを知ることができます。



### 防災シミュレーション

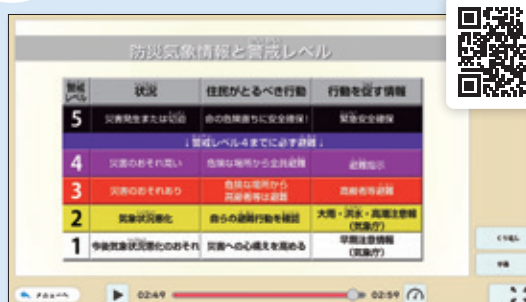


大雨や川の氾濫による被害の様子をCGで再現。上下左右、自由に視点を動かせるため、災害が起こったときの状況を疑似体験することができます。

(p.190)



### 防災気象情報と警戒レベル



災害の防災気象情報と警戒レベルについて解説しています。警戒レベル別に、状況と取るべき行動を知ることができます。

## 心の健康

(p.43)



### 心と体の関わり



心身関連の仕組みについて解説するアニメーション。心が体を与える影響、体が心を与える影響を具体的な例を用いて説明しているため、生徒自身の経験と結び付けながら理解することができます。



### チャイルドライン相談員



電話やチャットで子どもたちの声を聴く、チャイルドライン相談員のインタビュー動画。安心して相談できるようにするための4つの約束、「秘密は守る」「名前は言わなくてよい」「一緒に考える」「切りたいときはいつでも切ってよい」などを紹介しています。

## ネットリテラシー

(p.75)



### 人的要因とその対策 (SNSを使っている)



SNSによる犯罪被害を描いた、ドラマ仕立ての動画。生徒にとって身近なSNSを例に、ネットリテラシーと犯罪被害について学びます。



### 情報社会のモラル&リテラシー



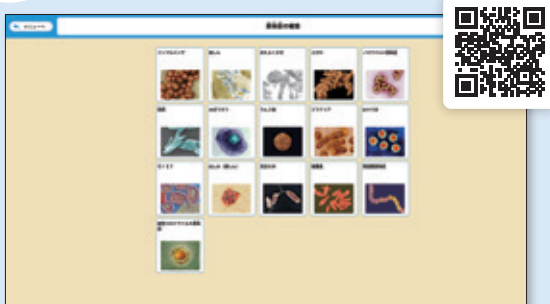
情報モラルに関するアニメーション。チャットメッセージによる誤解や、個人情報の扱いについて学びます。生徒たちにとっても身近でありがちな例なので、自分ごととして捉えることができます。

## 感染症対策

(p.142)



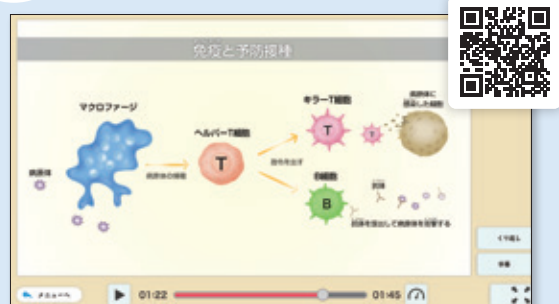
### 感染症の種類



生徒にとって比較的身近な感染症について、原因となる細菌やウイルス、感染経路、症状などをまとめた図鑑。感染症についての興味や知識を広げることができます。



### 免疫と予防接種



免疫の仕組みと予防接種の趣旨についての解説動画。抗体が病原菌に作用する流れをアニメーションで確認します。免疫の仕組みについて理解することができます。

## キャリア教育

(p.67)



### 保健体育の職業④ アイメイト協会歩行指導員



アイメイト(盲導犬)の歩行指導員のインタビュー動画。盲導犬を視覚に障がいのある人を導く犬ではなく、自分が愛する目の仲間(eye mate)として訓練をしている指導員を取り上げています。アイメイトの訓練の過程と大事にしていることなどを知ることができます。



### 保健体育の職業⑤ 歯科衛生士



小児歯科で勤務する歯科衛生士のインタビュー動画。業務上の注意ややりがいに加えて、歯科衛生士を目指したきっかけ、資格取得の過程についても語られています。生徒自身のキャリアについて考えるきっかけにもなります。



# イチオシコンテンツ

イチオシ!

多様なQRコンテンツを約150点ご用意しました。どれも自信作ですが、中でも特にお勧めしたいもの、これだけは必ず見ていただきたいコンテンツをご紹介します。

## 2つのコンテンツの おすすめポイント

- 紙面の情報を補うことで、考えやすくなり、思考がより深まります。
- 先生と生徒、生徒どうしの**イメージの共有**ができるため、議論がレベルアップ!

(p.75)



## 危険回避の方法

「活用する」の絵をCGで再現。  
絵の街の中に自分がいるような感覚で周囲を観察し、身の回りの危険を探します。



▲p.75 「犯罪被害の防止」



街の中のいろいろな場所に移動しながら、周囲を観察できます。

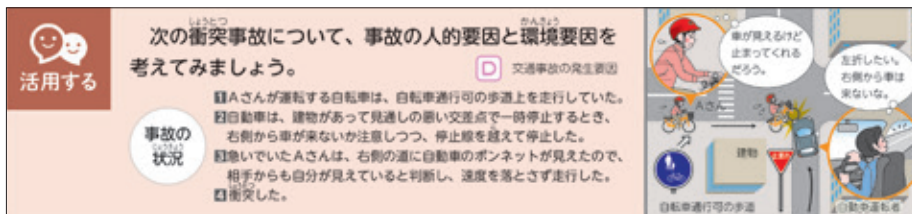
昼と夜の街の様子の違いも観察できます。

(p.71)



## 交通事故の発生要因

「活用する」の場面設定と同じ状況の事故を動画で再現。  
上空・自転車・自動車の三つの視点から事故を観察できます。



◀p.71 「交通事故の発生要因」



上空からの視点



自転車からの視点



自動車からの視点