

# 新編 新しい保健

## 保健の学びが 深まる 広がる / QRコンテンツを “まるごと” ご紹介!

1人1台端末は令和の学びのスタンダードです。  
「新編 新しい保健」は、動画、シミュレーション、  
図鑑、思考ツールなど、教科書紙面と一体的に活用できる  
無料の豊富なデジタルコンテンツを用意しました。



図鑑



ウェブページ



シミュレーション



動画



ワークシート



思考ツール



令和6年度  
「新編 新しい保健」  
教科書の魅力まる分かり！  
特設サイトはこちらから



「いつでもQ&A」は  
随時更新!

<https://ten.tokyo-shoseki.co.jp/text/shou/hoken/>



# 自分ごと化につながる アニメーション

ケーススタディの多い保健学習において、紙面で伝えきれない情報をアニメーションで補うことにより、児童が事例や現象をよりリアルに感じ取ることができます。

## 「交通事故の原因と対策を考えよう」

5年「2章けがの防止『2交通事故の防止』」 ▼5・6年p.28

**ステップ**

**2 調べる・解決する** 交通事故の原因を調べ、対策を考えましょう。

**1** 下の資料から、交通事故の原因を調べましょう。

● 交通事故の原因 (小学生) 交通事故総合分析センター『交通統計』より (2020年調査)

● 歩いているとき (計169件)				● 自転車に乗っているとき (計953件)			
横断歩道以外の横断	信号無視	道で遊ぶ	その他	前方に注意しない	優先道路のルールを守らない	ハンドル操作のあまり	交差点の進行ルールを守らない
(件)	(件)	(件)	(件)	(件)	(件)	(件)	(件)
飛び出し	26	22	10	24	一時停止しない	安全を確かめない	88
							74
							59
							53
							242

**2** 下の絵の場面にひそむ危険とそれを回避するための対策について、人の行動と環境から考えましょう。

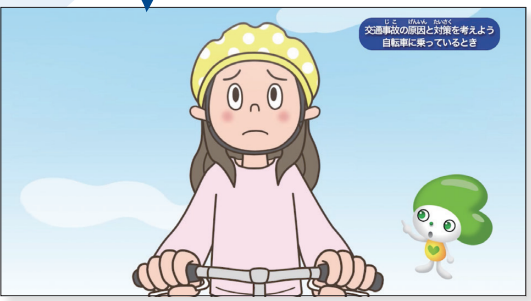
**例1** あ、もうみんないる！  
友達と公園で遊ぶために、車でじゅうたいした道路をわたろうとしています。

**例2** 早く！ 待ってよ！  
友達と自転車で移動しています。友達が交差点の先から、あなたをよんでいます。



### ●コンテンツの内容

例1、例2のイラストの前後の状況をアニメーションで視聴できます。



### ●教科書での活用例

- 展開**
- 下の絵の場面では、どのような危険とそれを回避するための対策が考えられるでしょうか。例1か例2いずれかを選んで、動画を視聴してから考えてみましょう。  
★ QRコンテンツ (例1、例2) を電子黒板などで一斉に視聴する。
  - グループで事故の危険性と対策について確認する。  
・グループ内で例1担当、例2担当に分かれる。  
★ QRコンテンツ (例1、例2) を時間内で各自自由に視聴する。  
・例1に取り組んだ児童が自分の考えを発表する。  
・例2に取り組んだ児童が自分の考えを発表する。  
・お互いの考えを聞き、感じたことや考えたことを共有する。
  - 学級全体で、グループでの協議内容を確認する。

コンテンツ活用のメリット

- 教科書の文字やイラストよりも、児童の興味関心をひきつけることができる。
- 教科書の文字やイラストで伝えきれなかった情報(状況把握など)を補完して伝えることができる。
- 途中で止めて考えることができる。
- 見逃した部分を何度も視聴できる。
- 視聴できる環境であれば、いつでもどこでも学習可能となる。
- 反転学習として事前に視聴することもできる。

## 「5年生ならどうするかな」

5年「1章心の健康『1心の発達』」



日常生活で起こりがちな友達とのトラブル事例をアニメーションで再現しています。状況をリアルに捉え、「自分ならどうするか」を考えることができます。

## 「ロールプレイング」

6年「3章病気の予防『5飲酒の害と健康』」



アニメーションに登場する人物が最後に喫煙や飲酒を誘います。自分がどのように断るかを考え練習することで、誘いを断るスキルを身につけることができます。



# 無理なく使える 思考ツール

保健学習では、健康や病気、けがなどの原因をいくつかの要因に分類していく過程があります。思考ツールは、それらを主体的に行うことができるコンテンツです。

## 「けんこうでいるためにひつようなこと」

3年「1章けんこうな生活『1けんこうというたからもの』」

**ステップ**  
2-2 **調べる・解決する**

けんこうにはどんなことが関係しているでしょうか。けんこうでいるためにはどうしたらよいか、話し合みましょう。

ほかにあるかな。

▲3・4年p.10

### ●教科書での活用例

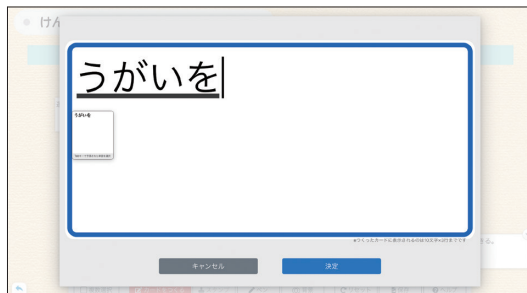
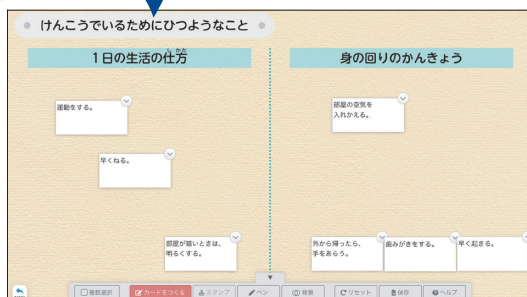
- 展開**
- 健康でいるためにはどうしたらよいでしょうか。ふだん自分がやっていることや家の人から言われていることなどを挙げてみましょう。  
・教科書の例以外のことがあれば、ノート欄に書く。
  - 1を学級全体で共有し、それらは大きく二つに分類できることを伝える。  
★QRコンテンツの使い方を簡単に説明する。
  - 「それぞれ、『1日の生活の仕方』か『身の回りのかんきょう』か、どちらに関係しているのかな？ 考えてカードを動かしてみよう」と投げかける。  
★各自自由に操作する。
  - 学級全体で確認する。

- 実践の活用**
- 自分で操作できるので、主体的に取り組める。
  - 教科書のカードはすでに用意されているので、すぐに分類作業に入れる。
  - 自分の考えを新しいカードに書き込むことができる。
  - リセットできるので、何度も試行できる。

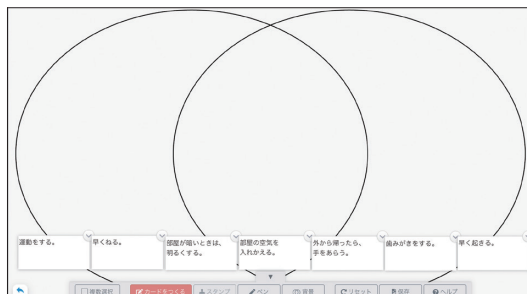


### ●コンテンツの内容

画面上のカードを「1日の生活の仕方」と「身の回りのかんきょう」に分類することができます。



自分でカードに書き込むことができます。



背景を選択して変更することができます。

ほかにも .....

## 「かぜをひく要因」

6年「3章病気の予防『1病気の起こり方』」

かぜをひく要因

かぜをひく原因を、四つの要因に分類することができます。

# 技能の手本となる 実習動画

動画



保健領域の「技能」の内容は、専門家の監修のもとに作成した質の高い動画を用意しています。



## 「実習の方法 (こきゅう法・軽い運動)」

5年 「1章心の健康『3不安やなやみがあるとき』」



## 「実習の方法 (けがの手当)」

5年 「2章けがの防止『4けがの手当』」



## 「AEDの使い方」(発展)

5年 「2章けがの防止『4けがの手当』」



「総合的な学習の時間」  
などで視聴することも  
できるね。



# 見れば分かる 実験動画

動画



思考・判断するとき役に立つ実験や、知識の科学的裏付けとなる実験の動画を、数多く用意しています。



## 「手のよごれを調べよう」

3年 「1章けんこうな生活『3体のせいけつとけんこう』」



見た目では分かりにくい手の汚れを、寒天培地での菌の培養によって「見える化」した実験動画です。



## 「下着やくつ下のよごれを調べよう」

3年 「1章けんこうな生活『3体のせいけつとけんこう』」



見た目では分かりにくい衣服の汚れを、薬品（ニンヒドリン）によって「見える化」した実験動画です。



## 「空気入れかえについて調べよう」

3年 「1章けんこうな生活『4けんこうによいかんきょう』」



見た目では分かりにくい換気の効果、煙によって「見える化」した実験動画です。後半には、専門家の解説も入っています。



## 「心ばく数の変化」

5年 「1章心の健康『2心と体のつながり』」



人前で発表する前後の心拍数を比較し、緊張（心）によって心拍数（体）が変化することを調べた実験動画です。



## 「喫煙の害」

6年 「3章病気の予防『4喫煙の害と健康』」

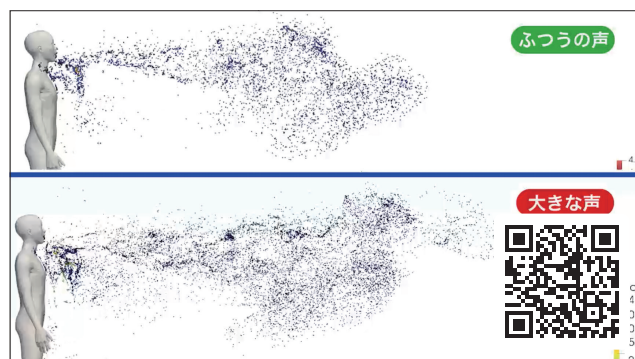


喫煙の前後の脈拍、血圧、呼気中の一酸化炭素濃度を測定し、喫煙の急性影響を調べた動画です。



## 「ひまつの飛び方」

6年 「3章病気の予防『2感染症の予防』」



スーパーコンピューター「富岳」のシミュレーション動画です。飛沫が拡散していく様子を確認することができます。



時間や安全面などの理由から、実際に調査したり観察したりすることが難しい内容について、シミュレーションを使って楽しみながら学ぶことができます。



## 「のびの計算」

4年 「2章体の成長とわたし『1 育ちゆくわたしたちの体』」

**わたしのしんちょうのび**

入学してから4年生までの自分の身長をのびをたしかめましょう。  
健康カードなどを調べて、1年生から4年生までの身長を表の①～④に入力しましょう。

1年生の身長	2年生の身長	3年生の身長	4年生の身長
① 115.9 cm	② 121.7 cm	③	④
のび $2 - 1 =$		のび $3 - 2 =$	
5.8 cm		cm	

1年ごとの身長をのび      3年間の身長をのび

1年ごとの身長をのびのグラフ (cm):

- 1～2年生: 5.8 cm
- 2～3年生: 5 cm
- 3～4年生: 5 cm

1年ごとの身長をのびのグラフ (cm):

- 1～2年生: 1.0 cm
- 2～3年生: 10 cm
- 3～4年生: 10 cm

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0 .

右下の数字をクリック（タップ）して身長を入力するだけで、自動的に「のび」を計算し、右のグラフに表示することができます。計算にかかる時間を省略することができます。



## 「男女の体つきの変化」

4年 「2章体の成長とわたし『2 思春期にあらわれる変化』」

**男女の体つきのへんか**

男女の体つきの変化やちがいについて、調べてみましょう。ボタンをおすと6年生と大人、男女を切り替えることができます。また、矢印をおすと体を回転させることができます。

男女の体つきの変化やちがいについて、調べてみましょう。ボタンをおすと6年生と大人、男女を切り替えることができます。また、矢印をおすと体を回転させることができます。

大人      男

6年生      女

◀ ▶ を押すと体を回転させることができます。また、「男・女」「6年生・大人」を切り替えることができます。実際に比較しづらい男女の体つきの変化を確認することができます。



## 「危険な場面をさがそう」

5年 「2章けがの防止『1 事故やけがの原因と防止』」

**危険な場面をさがそう**

事故やけがにつながるような場面を、絵の中からさがしてみよう。

地域      学校

3 / 15

章の導入で学校や町のイラストから危険な場面を見つけてチェックすると○が表示されます。交通事故や犯罪被害など、身の回りのさまざまな危険に対する関心を高めます。

章の導入で学校や町のイラストから危険な場面を見つけてチェックすると○が表示されます。交通事故や犯罪被害など、身の回りのさまざまな危険に対する関心を高めます。



## 「犯罪被害が起こりやすい場所」

5年 「2章けがの防止『3 犯罪被害の防止』」

**公園の危険なところや工夫されているところをさがしてタップしましょう。**

カメラ操作

公園の危険なところや工夫されているところをさがしてタップしましょう。

悪い人がひそんでいるかもしれない。周りから見えにくい。



動画（前半）とシミュレーション（後半）から構成されています。後半のシミュレーションでは、画面内のカメラ操作をすることで、公園の中を360度見渡すことができます。危険と思う場所をクリック（タップ）すると、右のような画面が表示されます。

# そのほかのおすすめコンテンツ



## 「性と自分らしさ」

4年 「2章体の成長とわたし」「2思春期にあらわれる変化」

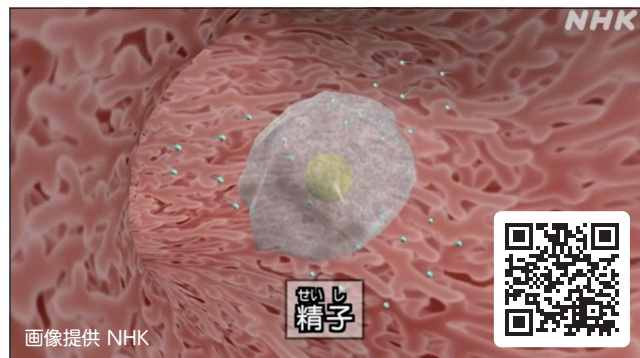


好きな色や好きなことが男性、女性を問わず多様であるように、人を好きになる気持ちも多様であることを優しく伝えるアニメーションです。



## 「新しい命の始まり」

4年 「2章体の成長とわたし」「2思春期にあらわれる変化」



NHK for School 提供の動画を掲載しています。卵子と精子が結合し、新しい命が始まる様子をアニメーションと顕微鏡動画で見ることができます。



## 「自動車の特性 (停止きり、内輪差、死角)」

5年 「2章けがの防止」「2交通事故の防止」



さまざまな角度から撮影した臨場感のある動画により、イラストでは伝わりにくい自動車の停止距離、内輪差、死角と、その危険性を理解することができます。



## 「感染症の種類」

6年 「3章病気の予防」「2感染症の予防」

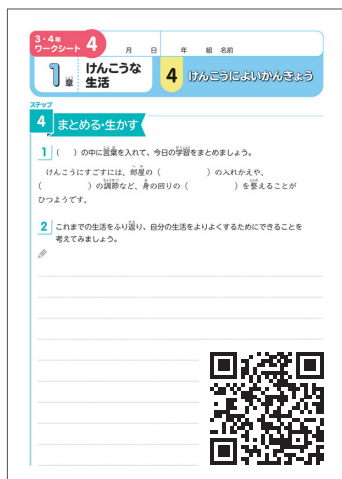


ウイルス	インフルエンザ	要注意時期
		12～3月
主な感染経路	飛まつ感染 (接触感染もある)	
潜伏期間	1～3日	
主な症状	発熱 (38度以上の高熱)、頭痛、だるさ、筋肉痛・関節痛、せき、鼻水など	
ワクチン	インフルエンザワクチン	
治療方法	発症後、できるだけ早く抗インフルエンザウイルス薬を使用する。	
注意する年齢	全ての年齢の人	
毎年のように冬を中心に大流行するウイルス。ワクチンはあるが、毎年少しずつ形を変えるため、新しい種類が現れることもある。		

調べたい感染症をクリックすると、感染経路や症状、治療方法などが表示されます。「生活習慣病」についても、同様のコンテンツを用意しています。



## 「ワークシート」



全てのステップ4と全ての章末のふり返り場面には、ワークシート (PDF) のコンテンツを用意しています。お使いの端末や授業支援ソフトを活用し、書き込んで共有したり提出したりすることができます。評価にもつながります。

# QRコンテンツ一覧

自社制作の  
コンテンツを  
中心に

総数  
約100点



コンテンツ数は、約5<sup>\*</sup>倍に！

※令和2年度「新しい保健」との比較

## 3・4年

内容	教科書 ページ
<b>巻頭</b>	
● 動画ほか うつらない うつさない ために	3
● ウェブページ タブレットやコンピュータの使い方(使い方・注意点)	4
● 動画 タブレットやコンピュータの使い方(情報の探し方)	4
<b>1章 けんこうな生活</b>	
● ウェブページ SDGs わたしたちがつくる未来	6
● 思考ツール けんこうであるためにひつようなこと	10
● シミュレーション たくみさんの1日とあやかさんの1日	15
● ワークシート 生活リズムチェックシート	16
● 動画 手のよごれを調べよう(実験の様子)	18
● 動画 下着やくつ下のよごれを調べよう(実験の様子)	19
● 動画 手のあらい方	20
● 動画 空気の入れかえについて調べよう(実験の様子)	22
<b>2章 体の成長とわたし</b>	
● ウェブページ SDGs わたしたちがつくる未来	26
● 図鑑 赤ちゃんの身長と体重	27
● シミュレーション のびの計算	28
● シミュレーション 男女の体つきの変化	34
● アニメーション プライベートゾーン	34
● シミュレーション 男女の体にあらわれるそのほかの変化	34
● アニメーション 月経・射精の仕組み	35
● 動画 新しい命の始まり	38
● 動画 赤ちゃんのたん生	38
● アニメーション 性と自分らしさ	38
● 動画 スポーツ選手にインタビュー	41
<b>巻末</b>	
● 動画 体づくり運動	43
● 動画 5・6年生で学ぶこと	45

## 5・6年

内容	教科書 ページ
<b>巻頭</b>	
● 動画ほか うつらない うつさない ために	1
● ウェブページ タブレットやコンピュータの使い方(使い方・注意点)	2
● 動画 タブレットやコンピュータの使い方(情報の探し方)	2
<b>1章 心の健康</b>	
● ウェブページ SDGs わたしたちがつくる未来	4
● アニメーション 5年生ならどうするか	6
● 動画 心ばく数の変化	9
● 動画 実習の方法(こきゅう法・軽い運動)	16
● 実習シート(こきゅう法・軽い運動)	16
● アニメーション こんなとき、どう答える？	17

● 動画 チャイルドラインの人の話	18
● ウェブページ #stand by you プロジェクト	19
<b>2章 けがの防止</b>	
● ウェブページ SDGs わたしたちがつくる未来	20
● シミュレーション 危険な場面をさがそう	21
● アニメーション 事故の原因を考えよう	23
● シミュレーション 学校内の危険をさがそう	25
● アニメーション 交通事故の原因と対策を考えよう	28
● 動画 環境整備の例	29
● 動画 自転車安全利用五則	30
● 動画 自動車の特性(停止きより、内輪差、死角)	30
● 動画・シミュレーション 犯罪被害が起こりやすい場所	32
● アニメーション インターネットトラブル事例	34
● 動画 地震による災害	36
● 動画 さまざまな自然災害と備え	38
● 動画 大雨のけいかいレベル	38
● 動画 実習の方法(けがの手当)	41
● 実習シート(けがの手当)	41
● 動画 もう暑と熱中症	42
● ウェブページ 熱中症けいかいアラート	42
● 動画 AEDの使い方	43
<b>3章 病気の予防</b>	
● ウェブページ SDGs わたしたちがつくる未来	44
● 思考ツール かぜをひく要因	46
● 動画 ひまつの飛び方	50
● 動画 手を通した感染	50
● 図鑑 感染症の種類	50
● 動画 マスクのつけ方	52
● 動画 手の洗い方	52
● 動画 新しい感染症	53
● 動画 エイズ	54
● 図鑑 主な生活習慣病	56
● アニメーション 血管の変化	57
● 動画 歯のみがき方	58
● アニメーション がんの発生の仕組み	60
● 動画 喫煙の害(実験)	62
● 動画 受動喫煙(実験)	63
● メッセージカード	67
● アニメーション 喫煙・飲酒のロールプレイング	68
● アニメーション 薬物乱用の悪じゅんかん	71
● 署名用紙	71
● 動画 医薬品の使い方	72
● 動画 地域の保健活動	74
● 動画 小学校の保健の学習を終えたみなさんへ	77

そのほか、全ての「ステップ4」、全ての章末の「学習をふり返ろう」のワークシートを、QRコンテンツとして用意しています。

## QRコンテンツへのアクセス方法

全てのコンテンツは、  
教科書上の二次元コードから  
直接アクセスすることができます。

二次元コード

