

# 健康な生活と病気の予防 (平成31年度)

## ■学習内容■

### 学習指導要領の内容のまとめり

**ア. 健康の成り立ちと疾病の発生要因 (31年度より1年)**  
健康は、主体と環境の相互作用のもとに成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること。

**イ. 生活習慣と健康 (31年度より1年)**  
健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること。

**ウ. 生活習慣病などの予防 (32年度より2年)**  
生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主要因となって起こること。また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。

**エ. 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (32年度より2年)**  
喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。

**オ. 感染症の予防 (3年)**  
感染症は、病原体が主要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。

### 教科書の内容(単元)

1 健康の成り立ちと病気の発生要因 (1時間)

2 食生活と健康  
3 運動と健康  
4 休養・睡眠と健康 (3時間)

5 生活習慣病の予防 (2時間)

6 喫煙の害と健康  
7 飲酒の害と健康  
8 薬物乱用の害と健康  
9 薬物乱用の社会への影響  
10 喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処 (5時間)

11 感染症の原因とその広がり方  
12 感染症の予防  
13 性感染症の予防  
14 エイズの予防 (4時間)

### カ. 個人の健康を守る社会の取り組み (3年)

健康の保持増進や疾病の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用すること。

15 保健・医療機関の利用

16 医薬品の利用

17 個人の健康を守る社会の取り組み (3時間)

(その他1時間, 全19時間)

## ■章の目標■

### ○総括的な目標

健康な生活と疾病の予防について、理解を深めることができるようにする。

### ○評価の観点に即した目標

- ・健康な生活と疾病の予防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)
- ・健康な生活と疾病の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。(思考・判断)
- ・健康の成り立ちと疾病の発生要因、生活行動・生活習慣と健康、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康、感染症の予防、保健・医療機関や医薬品の有効利用、個人の健康を守る社会の取り組みについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項およびそれらと生活との関わりを理解できるようにする。(知識・理解)

## ■評価規準の例■ (国立教育政策研究所教育課程研究センター「評価規準の作成のための参考資料」より作成)

	健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
章の評価規準	健康な生活と疾病の予防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。	健康な生活と疾病の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	健康の成り立ちと疾病の発生要因、生活行動・生活習慣と健康、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康、感染症の予防、保健・医療機関や医薬品の有効利用、個人の健康を守る社会の取り組みについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項およびそれらと生活との関わりを理解している。
学習活動における具体的な評価	①健康な生活と疾病の予防について、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もうとしている。 ②健康な生活と疾病の予防について、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	①健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことをもとに課題や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健康な生活と疾病の予防について、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、関係を見つけ	①健康の成り立ちと疾病の発生要因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生活行動・生活習慣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喫煙、飲酒、薬物乱用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。

規 準	り組もうとしている。	たりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。	<p>④感染症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。</p> <p>⑤保健・医療機関や医薬品の有効利用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。</p> <p>⑥個人の健康を守る社会の取り組み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。</p>
--------	------------	----------------------------	--

## ■指導計画例■

※【評価の観点】の丸数字(①, ②…)は、■評価規準の例■の丸数字に対応しています。

※【評価場面：活動】の数字(1, 2…)は、学習内容と活動の数字に対応しています。

### ア. 健康の成り立ちと疾病の発生要因

ページ 単元	学習内容と活動	評価の観点と方法(本時のおもな評価)
P.110 と P.111  1  健康の成り立ちと病気の発生要因	<p>&lt;本時の目標&gt; 健康は、主体と環境を良い状態に保つことによって成り立っており、多くの病気は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生することを理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」病気にならないために、ふだん気をつけていることについて発表し合う。</li> <li>3 資料1等をもとに、健康や病気に関わる主体の要因と環境の要因を調べ、整理する。</li> <li>4 資料2, 3等をもとに、日本人の平均寿命の変化や新たな健康問題などについて調べ、4章の学習の見通しをもつ。</li> <li>5 「考えてみよう」学習したことを活用し、むし歯を例に、発生要因を主体の要因と環境の要因に分け、説明する。</li> <li>6 本時の学習をノート等にまとめる。</li> </ol>	<p>【評価の観点】関心・意欲・態度① 健康な生活と疾病の予防について、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もうとしている。 [評価場面：活動2, 評価方法：教師の観察]</p> <p>【評価の観点】思考・判断② 健康な生活と疾病の予防について、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。 [評価場面：活動5, 評価方法：教師の観察, ノート等への記入状況]</p> <p>【評価の観点】知識・理解① 健康の成り立ちと疾病の発生要因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。 [評価方法：ノート等への記入状況, 小テストや章末テスト]</p>

イ. 生活行動・生活習慣と健康

ページ 単元	学習内容と活動	評価の観点と方法（本時のおもな評価）
P.112 と P.113  2  食生活と健康	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b>                      健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をすること、また、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ことおよび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を理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見直しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」資料1等を参考にしながら、現在の自分の朝食摂取状況を振り返る。</li> <li>3 資料2等をもとに、規則正しい食生活の必要性について調べ、整理する。</li> <li>4 資料3等をもとに、活動によって消費するエネルギーと食事の必要性について整理する。</li> <li>5 「考えてみよう」学習したことを活用し、運動部の部活動を引退したAさんが食事の面で気をつけることについて考え、説明する。</li> <li>6 資料4等をもとに、バランスの良い食事の必要性について調べ、整理する。</li> <li>7 本時の学習をノート等にまとめる。</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度①</b>                      健康な生活と疾病の予防について、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もうとしている。                      [評価場面：活動2，評価方法：教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断①</b>                      健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことをもとに課題や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。                      [評価場面：活動5，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解②</b>                      生活行動・生活習慣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。                      [評価方法：ノート等への記入状況，小テストまたは章末テスト]</p>
P.114 と P.115  3  運動と健康	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b>                      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、精神的にも良い効果があること、健康を保持増進するためには日常生活において適切な運動を続けることが必要であることを理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見直しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」これまでの学習を振り返り、運動をすることで心や体の健康にどのような効果があったか発表し合う。</li> <li>3 資料1や読み物「宇宙ステーションで運動をする若田光一宇宙飛行士」等をもとに、運動の効果について調べ、整理する。</li> <li>4 運動不足の背景や問題点について調べ、整理する。</li> <li>5 資料2等から、健康の保持増進と望ましい運動習慣について調べ、整理する。</li> <li>6 「考えてみよう」学習したことを活用し、Aさん、Bさんへのアドバイスを考え、発表し合う。</li> <li>7 本時の学習をノート等にまとめる。</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度①</b>                      健康な生活と疾病の予防について、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もうとしている。                      [評価場面：活動2，評価方法：ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断①</b>                      健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことをもとに課題や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。                      [評価場面：活動6，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解②</b>                      生活行動・生活習慣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。                      [評価方法：ノート等への記入状況，小テストまたは章末テスト]</p>

<p>P. 116 ? P. 117</p> <p>4</p> <p>休養・睡眠と健康</p>	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b></p> <p>健康を保持増進するためには、休養およ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を理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」運動や学習による疲労を回復させるためにどのようなことを行っているか、発表し合う。</li> <li>3 資料1, 2等をもとに、疲労の現れ方について話し合う。</li> <li>4 疲労を回復させないでいくとどのような問題が生じるか、整理する。</li> <li>5 読み物「睡眠とホルモン」等をもとに、睡眠の効果について調べ、整理する。</li> <li>6 資料3等をもとに、休養のとり方について調べ、整理する。</li> <li>7 「考えてみよう」学習したことを活用し、友達にアドバイスをするための質問を考え、発表し合う。</li> <li>8 本時の学習をノート等にまとめる。</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度①</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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もうとしている。 [評価場面：活動2, 評価方法：教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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。 [評価場面：活動7, 評価方法：教師の観察、ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解②</b></p> <p>生活行動・生活習慣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。 [評価方法：ノート等への記入状況、小テストまたは章末テスト]</p>
<p>P. 118 ? P. 121</p> <p>5</p> <p>生活習慣病の予防</p>	<p><b>&lt;本時（2時間）の目標&gt;</b></p> <p>人間の健康は生活行動と深く関わっており、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、休養およ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を理解できるようにする。また、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、痩せや肥満などを引き起こしたり、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さまざまな影響があることを理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」チェック項目をもとに、各自、生活習慣をチェックする。</li> <li>3 資料1, 2等をもとに、生活習慣病の原因となる生活習慣を発表し合う。</li> <li>4 資料2をもとに、生活習慣病になる過程を調べ、整理する。</li> <li>5 資料4, 5をもとに、自分の適正体重を調べる。</li> <li>6 資料6や読み物「適正体重を保とう」等をもとに、生活習慣病の予防について、個人で取り組めることを調べ、整理する。</li> <li>7 資料8等をもとに、生活習慣病の予防には、社会の取り組みも必要であることを調べ、整理する。</li> <li>8 「考えてみよう」学習したことを活用し、①, ②</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度①</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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もうとしている。 [評価場面：活動2, 評価方法：ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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。 [評価場面：活動8, 評価方法：教師の観察、ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解②</b></p> <p>生活行動・生活習慣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。 [評価方法：ノート等への記入状況、小テストまたは章末テスト]</p>

	<p>二人へのアドバイスを考え、発表し合う。</p> <p><b>9</b> 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	
--	---	--

**ウ. 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康**

ページ 単元	学習内容と活動	評価の観点と方法（本時のおもな評価）
P. 122 ~ P. 123  <b>6</b>  <b>喫煙の害と健康</b>	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b>            たばこの煙の中にはニコチン、タールおよび一酸化炭素などの有害物質が含まれていること、それらの作用により、毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下などさまざまな急性影響が現れること、また、常習的な喫煙により、肺がんや心臓病などさまざまな病気を起こしやすくなることを理解できるようにする。            特に、未成年者の喫煙については、体に大きな影響を及ぼし、ニコチンの作用などにより依存症になりやすいことを理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見直しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」小学校保健の学習を振り返り、喫煙の害について知っていることを発表し合う。</li> <li>3 資料1～3等をもとに、たばこの煙に含まれるニコチン、タール、一酸化炭素が体に与える急性的な影響について調べ、整理する。</li> <li>4 資料4、5等をもとに、ニコチンの依存症や、常習的な喫煙が体に与える影響について調べ、整理する。</li> <li>5 資料6等をもとに、未成年者の喫煙が健康に及ぼす影響について調べ、整理する。</li> <li>6 「考えてみよう」学習したことを活用し、資料7から、たばこの消費本数と肺がん死亡率との関係について考え、発表し合う。</li> <li>7 本時の学習をノート等にまとめる。</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b>            健康な生活と疾病の予防について、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。            [評価場面：活動2，評価方法：教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b>            健康な生活と疾病の予防について、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。            [評価場面：活動6，評価方法：教師の観察、ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解③</b>            喫煙、飲酒、薬物乱用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。            [評価方法：ノート等への記入状況、小テストまたは章末テスト]</p>
P. 124 ~ P. 125  <b>7</b>  <b>飲酒の害と健康</b>	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b>            酒の主成分のエチルアルコールは、中枢神経の働きを低下させ、思考力や自制力を低下させたり運動障がいを起こしたりすること、急激に大量の飲酒をすると急性中毒を起こし意識障がいや死に至ることもあることを理解できるようにする。また、常習的な飲酒により、肝臓病や脳の病気などさまざまな病気を起こしやすくなることを理解できるようにする。            特に、未成年者の飲酒については、体に大きな影響を及ぼし、エチルアルコールの作用などにより依存症になりやすいことを理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見直しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」飲酒によって、人はどのような状態になるか、見たり聞いたりしたことを思い出</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b>            健康な生活と疾病の予防について、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。            [評価場面：活動2，評価方法：教師の観察、ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b>            健康な生活と疾病の予防について、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。            [評価場面：活動5，評価方法：教師の</p>

	<p>し、発表し合う。</p> <p>3 資料1, 2等をもとに、酒に含まれる成分が、急性的に体を与える影響について、整理する。</p> <p>4 資料3, 4等をもとに、常習的な飲酒の影響について調べ、整理する。</p> <p>5 資料5等をもとに、飲酒の未成年者への影響を調べ、整理する。</p> <p>6 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p>観察, ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解③</b></p> <p>喫煙, 飲酒, 薬物乱用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。</p> <p>[評価方法: ノート等への記入状況, 小テストまたは章末テスト]</p>
<p>P. 126 と P. 127</p> <p>8 薬物乱用の害と健康</p>	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b></p> <p>薬物乱用については、覚醒剤や大麻を取り上げ、摂取によって幻覚を伴った激しい急性の錯乱状態や急死などを引き起こすこと、薬物の連用により依存症状が現れ、中断すると精神や身体に苦痛を感じるようになるなどさまざまな障がい起きることを理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」薬物乱用について、現在の自分の知識を確認する。</p> <p>3 資料1等をもとに、薬物乱用の意味を整理する。</p> <p>4 資料2等をもとに、薬物乱用による精神の障がいについて調べ、整理する。</p> <p>5 資料3等をもとに、薬物乱用の悪循環について整理し、説明する。</p> <p>6 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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。</p> <p>[評価場面: 活動2, 評価方法: 教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解③</b></p> <p>喫煙, 飲酒, 薬物乱用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。</p> <p>[評価方法: ノート等への記入状況, 小テストまたは章末テスト]</p>
<p>P. 128 と P. 129</p> <p>9 薬物乱用の社会への影響</p>	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b></p> <p>薬物乱用は、個人の心身の健全な発育や人格の形成を阻害するだけでなく、社会への適応能力や責任感の発達を妨げるため、暴力、性的非行、犯罪など、家庭・学校・地域社会にも深刻な影響を及ぼすこともあることを理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」証言1, 2を読み、薬物乱用者が周りの人を与える影響について、話し合う。</p> <p>3 薬物乱用による生活の崩壊について調べ、整理する。</p> <p>4 資料1, 2等をもとに、薬物乱用が家庭、学校、地域社会に及ぼす影響を調べ、発表する。</p> <p>5 「考えてみよう」学習したことを活用し、友達へのアドバイスを考え、発表し合う。</p> <p>6 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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。</p> <p>[評価場面: 活動2, 評価方法: 教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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。</p> <p>[評価場面: 活動5, 評価方法: 教師の観察, ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解③</b></p> <p>喫煙, 飲酒, 薬物乱用と健康について理解したことを言ったり, 書き出したり</p>

		している。 【評価方法：ノート等への記入状況，小テストまたは章末テスト】
P. 130 ～ P. 131  10  喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b> 喫煙，飲酒，薬物乱用などの行為は，好奇心，投げやりな気持ち，過度のストレスなどの心理状態，周囲の人々の影響や人間関係の中で生じる断りにくい心理，宣伝・広告や入手のしやすさなどの社会環境などによって助長されること，また，それらに適切に対処する必要があることを理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」資料1等をもとに，中学生の喫煙のきっかけについて発表し合う。</li> <li>3 話し合いの結果や資料2等をもとに，喫煙，飲酒，薬物乱用を始める心理について整理する。</li> <li>4 資料3等をもとに，喫煙，飲酒，薬物乱用を助長する社会環境について調べ，整理する。</li> <li>5 資料4等をもとに，たばこや酒，薬物に手を出さないようにするために，自分自身はどのような心構えや態度でいるべきか，発表し合う。</li> <li>6 「考えてみよう」学習したことを活用し，事例を読んで，Aさんはどの時点でどのような対処を行ってればよかったのか話し合う。</li> <li>7 本時の学習をノート等にまとめる。</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b> 健康な生活と疾病の予防について，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。 【評価場面：活動2，評価方法：教師の観察】</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断①</b> 健康な生活と疾病の予防について，健康に関する資料等で調べたことをもとに課題や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。 【評価場面：活動6，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況】</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解③</b> 喫煙，飲酒，薬物乱用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。 【評価方法：ノート等への記入状況，小テストまたは章末テスト】</p>

## エ. 感染症の予防

ページ 単元	学習内容と活動	評価の観点と方法（本時のおもな評価）
P. 132 ～ P. 133  11  感染症の原因とその広がり方	<p><b>&lt;本時の目標&gt;</b> 感染症は，病原体が環境を通じて主体へ感染することで起こる病気であり，適切な対策を講ずることにより予防できることを，例えば，結核，コレラ，ノロウイルスによる感染性胃腸炎，麻疹，風疹などを適宜取り上げ理解できるようにする。 病原体には，細菌やウイルスなどの微生物があるが，温度，湿度などの自然環境，住居，人口密度，交通などの社会環境，また，主体の抵抗力や栄養状態などの条件が相互に複雑に関係する中で，病原体が体に侵入し，感染症が発病することを理解できるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</li> <li>2 「やってみよう」資料1や教科書 p.111 での学習をもとに，感染症が起こる原因を考え，発表し合う。</li> </ol>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度①</b> 健康な生活と疾病の予防について，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もうとしている。 【評価場面：活動2，評価方法：教師の観察】</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b> 健康な生活と疾病の予防について，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。 【評価場面：活動6，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況】</p>



	<p>3 資料2, 4等をもとに, 感染症の原因となる病原体について調べ, 整理する。</p> <p>4 資料3をもとに, 感染と発病について整理し, 説明する。</p> <p>5 資料4～6等をもとに, 感染経路について調べ, 整理する。</p> <p>6 資料7等をもとに, 感染の広がりについて調べ, 整理する。</p> <p>7 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p><b>【評価の観点】知識・理解④</b></p> <p>感染症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。 [評価方法: ノート等への記入状況, 小テストや章末テスト]</p>
<p>P. 134 と P. 135</p> <p>12</p> <p>感染症の予防</p>	<p><b>＜本時の目標＞</b></p> <p>感染症を予防するには, 消毒や殺菌等により発生源をなくすこと, 周囲の環境を衛生的に保つことにより感染経路を遮断すること, 栄養状態を良好にしたり, 予防接種の実施により免疫をつけたりするなど体の抵抗力を高めることが有効であることを理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」前時の学習を振り返り, 感染症を予防するためには, どのような方法が考えられるか, 話し合う。</p> <p>3 資料1等をもとに, 感染症を予防するために有効な対策を調べ, 整理する。</p> <p>4 資料2等をもとに, 発生源をなくす方法について調べ, 整理する。</p> <p>5 資料3やキャラクターのセリフ等をもとに, 感染経路を断つ方法について調べ, 整理する。</p> <p>6 体の抵抗力を高める方法について調べ, 整理する。</p> <p>7 「考えてみよう」学習したことを活用し, 事例の市長はどのような宣言をしたのかを考え, 話し合う。</p> <p>8 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について, 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。 [評価場面: 活動2, 評価方法: 教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について, 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。 [評価場面: 活動7, 評価方法: 教師の観察, ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解④</b></p> <p>感染症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。 [評価方法: ノート等への記入状況, 小テストや章末テスト]</p>
<p>P. 136 と P. 137</p> <p>13</p> <p>性感染症の予防</p>	<p><b>＜本時の目標＞</b></p> <p>エイズおよび性感染症の増加傾向とその低年齢化が社会問題になっていることから, その疾病概念や感染経路について理解できるようにする。また, 予防方法を身につける必要があることを理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」性感染症について, 現在の自分の知識を確認する。</p> <p>3 資料1等をもとに, 性感染症の種類や感染経路について調べ, 整理する。</p> <p>4 資料2等をもとに, 性感染症の感染者やその年齢の特徴について説明する。</p> <p>5 資料等をもとに性感染症の予防について調べ, 整</p>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について, 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。 [評価場面: 活動2, 評価方法: 教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について, 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。</p>

	<p>理する。</p> <p>6 「考えてみよう」学習したことを活用し、他の感染症と異なる性感染症の特徴を考え、発表し合う。</p> <p>7 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p>[評価場面：活動6，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p>【評価の観点】知識・理解④</p> <p>感染症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。</p> <p>[評価方法：ノート等への記入状況，小テストや章末テスト]</p>
<p>P.138 ～ P.139</p> <p>14</p> <p>エイズの予防</p>	<p>＜本時の目標＞</p> <p>エイズおよび性感染症の増加傾向とその低年齢化が社会問題になっていることから，その疾病概念や感染経路について理解できるようにする。また，予防方法を身につける必要があることを理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」前時の学習を振り返りながら，エイズの感染経路について考える。</p> <p>3 エイズの病原体と感染経路を調べ，整理する。</p> <p>4 資料1等をもとに，HIVの潜伏期間や，HIV感染とエイズの違いなど，エイズの特徴を調べ，整理する。</p> <p>5 HIV感染の予防方法や，HIVの検査や相談をしてくれる機関などについて調べ，整理する。</p> <p>6 読み物「国際的なエイズの流行と対策」や p.139 側注資料等をもとに，エイズ患者や HIV 感染者に対する差別や偏見の解消への取り組みについて考える。</p> <p>7 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p>【評価の観点】関心・意欲・態度②</p> <p>健康な生活と疾病の予防について，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。</p> <p>[評価場面：活動6，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p>【評価の観点】思考・判断②</p> <p>健康な生活と疾病の予防について，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。</p> <p>[評価場面：活動6，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p>【評価の観点】知識・理解④</p> <p>感染症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。</p> <p>[評価方法：ノート等への記入状況，小テストや章末テスト]</p>

#### オ. 保健・医療機関や医薬品の有効利用

ページ 単元	学習内容と活動	評価の観点と方法（本時のおもな評価）
<p>P.140 ～ P.141</p> <p>15</p> <p>保健・医療機関の利用</p>	<p>＜本時の目標＞</p> <p>地域には，人々の健康の保持増進や疾病予防の役割を担っている保健所，保健センター，医療機関などがあることを理解できるようにする。健康の保持増進と疾病の予防には，各機関がもつ機能を有効に利用する必要があることを理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」保健・医療機関について，現在の自分の知識を確認する。</p> <p>3 病気の予防や治療，健康増進のために利用できる保健・医療機関があることを整理する。</p> <p>4 資料1，読み物「救急車，本当に必要ですか」等</p>	<p>【評価の観点】関心・意欲・態度①</p> <p>健康な生活と疾病の予防について，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もうとしている。</p> <p>[評価場面：活動2，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p>【評価の観点】思考・判断②</p> <p>健康な生活と疾病の予防について，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，関係を見つけたりするなどして，筋道を立ててそれらを説明して</p>

	<p>から医療機関の種類や役割について調べ、整理する。</p> <p>5 「考えてみよう」子どもの頃から同じ歯科医院に通っていると、どのような良い点があるか考え、発表し合う。</p> <p>6 資料3等から、保健センターや保健所の役割を調べ、整理する。</p> <p>7 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p>いる。</p> <p>[評価場面：活動5，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解⑤</b></p> <p>保健・医療機関の有効利用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。</p> <p>[評価方法：ノート等への記入状況，小テストや章末テスト]</p>
<p>P.142 P.143 16 医薬品の利用</p>	<p><b>＜本時の目標＞</b></p> <p>医薬品には、主作用と副作用があることを理解できるようにする。医薬品には、使用回数、使用時間、使用量などの使用方法があり、正しく使用する必要があることについて理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」飲み薬の使い方について、現在の自分の知識を確認する。</p> <p>3 資料1等をもとに、医薬品の種類を整理する。</p> <p>4 資料2等をもとに、医薬品の使用量と主作用、副作用について調べ、整理する。</p> <p>5 「考えてみよう」学習したことを活用し、風邪薬の使用上の注意に「服用後、乗り物または機械類の運転操作をしないでください。」と書かれている場合がある理由について考え、発表し合う。</p> <p>6 資料3，4をもとに、医薬品の使用方法について整理する。</p> <p>7 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度①</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について、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もうとしている。</p> <p>[評価場面：活動2，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について，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。</p> <p>[評価場面：活動5，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解⑤</b></p> <p>医薬品の有効利用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。</p> <p>[評価方法：ノート等への記入状況，小テストや章末テスト]</p>

## カ. 個人の健康を守る社会の取り組み

ページ 単元	学習内容と活動	評価の観点と方法（本時のおもな評価）
<p>P.144 P.145</p>	<p><b>＜本時の目標＞</b></p> <p>健康の保持増進や疾病の予防には、人々の健康を支える社会的な取り組みが有効であることを理解できるようにする。例えば、健康診断や健康相談など、健康増進、生活習慣病および感染症の予防のための地域の保健活動が行われていることを理解できるようにする。</p> <p>1 「今日の学習」本時の学習の見通しをもつ。</p> <p>2 「やってみよう」健康診断は何のために行うのか考え、発表し合う。</p> <p>3 読み物「がん経験者からのメッセージ」等を参考</p>	<p><b>【評価の観点】関心・意欲・態度②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について，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。</p> <p>[評価場面：活動2，評価方法：教師の観察]</p> <p><b>【評価の観点】思考・判断②</b></p> <p>健康な生活と疾病の予防について，学習したことを自分たちの生活や事例など</p>

<p>17 個人の健康を守る社会の取り組み</p>	<p>に，健康を守る社会の取り組みにはどのようなものがあるか整理する。</p> <p>4 資料2，3等をもとに，ヘルスプロモーションの考え方を整理する。</p> <p>5 本時の学習をノート等にまとめる。</p>	<p>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。</p> <p>[評価場面：活動4，評価方法：教師の観察，ノート等への記入状況]</p> <p><b>【評価の観点】知識・理解⑥</b></p> <p>個人の健康を守る社会の取り組み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。</p> <p>[評価方法：ノート等への記入状況，小テストや章末テスト]</p>
-------------------------------	--	--