

思考力の育成を重視した

これからの 高等学校 保健学習



財団法人 日本学校保健会



まえがき

近年の情報化，国際化，少子高齢化などの社会の変化や生活様式の変化は，子どもの遊びや身体活動の不足，偏った食生活，ストレスの増大，人間関係の希薄化などをもたらし，子どもの心身の健全な発育・発達に影響を与えています。

学校においては，こうした複雑で多様な健康課題に適切に対応することが一層求められており，そうした中で，生涯にわたって健康で安全に生きていくための能力を培う健康教育の充実はきわめて重要です。

とりわけ，すべての子どもが学ぶべきものとして学習指導要領に位置付けられた保健学習は，学校での健康教育の中核として確実にかつ効果的に推進されなければなりません。

本会の「保健学習推進委員会」（委員長：野津有司筑波大学大学院教授）では平成17年度より，保健学習に関する全国調査の結果の詳細な分析，思考力・判断力等の育成を目指した保健学習の内容と指導方法についての授業実践を通じた検討，保健学習の評価方法の在り方に関する検討など，研究を進めてきました。本書は，これらの成果を「思考力の育成を重視したこれからの高等学校保健学習」としてまとめたものです。また，今改訂で示された新学習指導要領も踏まえて編集されております。

各学校において保健学習の一層の充実を図るために，本書が大いに活用されることを願っております。また，教員養成課程の大学・学部や学生の皆様の参考書としても役立てていただければ幸いです。

末尾となりましたが，本書の作成に当たって，ご尽力いただきました保健学習推進委員会委員の先生方，授業研究等にご協力いただいた各学校，各教育委員会など関係の皆様方に心から感謝申し上げます。

平成21年6月

財団法人 日本学校保健会
会 長 唐 澤 祥 人



目 次

I 理論編

1 考える力を育てる保健学習を……………	3
2 全国調査からみえてきたもの……………	4
3 保健のテスト問題の工夫……………	7

II 実践編

1 精神の健康－欲求と適応機制……………	17
2 保健医療制度および地域の保健・医療機関－地域の保健医療機関の活用……………	34
3 保健医療制度および地域の保健・医療機関－医薬品の活用……………	52
4 労働と健康－働く人の健康の保持増進……………	58

III 資料

1 新学習指導要領における保健学習の内容の示し方等について……………	77
2 保健学習における指導と評価……………	79

I

理論編

1 考える力を育てる保健学習を

保健学習で育てるべき学力とは何でしょうか。

そもそも学力に関しては、様々な考え方があります。例えば、指導要録でいう「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能・表現」「知識・理解」という分け方においては、それぞれが一つの学力の要素といえるでしょう。また、最近話題になることの多い、いわゆるPISA調査も学力に関する一つの考え方を示しており、その調査では「数学的リテラシー」「読解力」「科学的リテラシー」などに関して評価を行っているので、それらもそれぞれ学力の一つの要素ということが可能でしょう（PISA調査とはOECDが2000年から3年ごとに行っている国際的な学力調査）。また、学力を基礎面と応用面に分けるような考え方、あるいは、知識や内容知のように得られた学力と意欲や方法知などのようにこれから何かを得るための学力を分ける考え方などもあります。

さて、保健学習で考慮すべき学力には様々なものが考えられますが、生涯を健康に生きていくためには、単なる知識や技術ではなく、例えば、情報を集め検討すること、あるいは、何をすべきか判断することなど、自分で考え、いろいろなものを活用していく力が必要です。なぜなら、急速に変化していく現代社会においては、子どもの頃に覚え込んだ知識だけでは生涯を健康に生きていくことは難しくなっています。健康問題に限ったことではありませんが、長い人生においては、新しい問題や新しい対策に繰り返し直面することになるのです。そのような場合、昔に暗記した知識は、それだけでは役に立たないということも考えられます。保健学習においては、学んだ知識を用いて、自分で考え、判断することができるように、知識の暗記や再現にとどまらず、知識を活用する学習活動を重視することが求められています。PISA調査の学力評価においても、予防接種の案内例を批判的に読み解く問題や日焼け止めの効果を実験を通して検討する問題などの健康にかかわる例題が含まれていますが、そこからも自ら考える力を育てることが求められていることがわかります。

また、この度の学校教育法の一部改正（平成19年）において定められた学力にかかわる規定を踏まえるならば、保健学習においても、基礎的・基本的な知識の確実な習得、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力などの能力をはぐくむとともに、主体的に学習に取り組む態度を養うことにより、考える力を育てることが求められているといえます。

2 全国調査からみえてきたもの

保健学習推進委員会では、保健学習推進上の課題を明らかにするための全国的な実態調査を実施しました^{1), 2)}。

ここでは、この調査結果からみえてきた高等学校保健学習の課題について整理したいと思います。

1) 思考力・判断力を高めることの必要性

表1は、児童生徒の保健学習への意識に関する調査結果の一部をまとめたものです。

表1 保健学習についての肯定的回答（「そう思う」「どちらかといえばそう思う」を回答した）率

	小5 (%)	中1 (%)	高1 (%)	高3 (%)
保健の学習が好きだ	53.2	33.1	37.0	39.9
保健の学習は楽しい	46.7	30.1	32.4	34.7
保健の学習は大切だ	88.7	79.2	84.5	88.5
内容がわかったか*	59.5	54.4	53.7	61.2
考えたり工夫したりできたか*	34.5	31.0	26.0	24.6

* 小5は小学校3, 4年生での保健学習について、中1は小学校5, 6年生での保健学習について、高1は中学校での保健学習について、高3は高等学校1, 2年生での保健学習についての回答。

小学校5年生の約半数は、保健学習が「好き」あるいは「楽しい」と答えています。しかし、中学校1年生で、その割合は30%程度になり、高等学校でも40%以下にとどまっています。

また、「内容がわかった」と答えている者は、小学校、中学校、高等学校ともに50%を超えますが、「考えたり工夫したりできた」とする者は、小学校、中学校で30%程度、高等学校では25%程度に過ぎません。

一方、保健学習が「大切」と思っている割合は、中学校で80%をやや下回るものの、小学校、高等学校は80%以上であり、とても高いことがわかります。

児童生徒は、保健学習が「大切」だと思っているものの、「好き」「楽しい」あるいは「考えたり工夫したりできた」とは思っておらず、その傾向は特に中学校、高等学校で顕著だということがいえます。「考えたり工夫したりできた」に限ってみると高等学校3年生の3/4以上の生徒がそう思っていないことがわかります。

「考えたり工夫したりできた」というのは、評価の観点でいうならば、「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」のうちの「思考・判断」に関係します。

以上から高等学校の保健学習において、生徒の「思考・判断」を高めるための工夫が課題の一つであるということができます。

2) 関心や意欲を高めることの必要性

さて、表1にみられるように高等学校の保健学習を「好き」あるいは「楽しい」とした生徒は30~40%程度にとどまっています。「好きこそものの上手なれ」ではありませんが、まずその学習が「好き」あるいは「楽しい」と感じるような授業、評価の観点でいうならば「関心・意欲」が高まるような学習にしていく努力が必要です。

「関心・意欲」が高まるような学習には、ねらいに応じた多様な教材を開発したり学習方法を工夫したりしていくことが不可欠といえます。

高等学校の保健学習においては、教科書を用いて授業が展開されることが少なくないと思われま

す。教科書について、図表や資料、あるいは発問なども工夫して記述されることが多くなったといえますが、教師が教科書の中に示されたことがらをただ伝達する、もしくは教科書の中に書かれたことがらをただ生徒にノートにまとめさせる、といった方法だけでは、生徒が「好き」「楽しい」といった感想を持つことはできないでしょう。

幸いに、保健学習において学習方法の多様化が叫ばれ、グループワーク、討論やディベート、ロールプレイングなどの学習方法が積極的に取り入れられるようになってきました。ねらいにあった教材の開発や学習方法の工夫は、その教科を専門とする教師の専門性が最も発揮される場面です。保健体育教師の場合、実技指導や部活動の指導経験を持つ人が多く、生徒と協力しながら活動的な学習を展開することが得意な人も少なくありません。

表2は、「好き」「楽しい」という感想がでてくる、あるいは「関心・意欲」が高まった生徒の姿があげられたものです³⁾。

表中の「～」には、その学習での内容が入ることになります。このような生徒の姿を生み出す工夫が必要です。

表2 「好き」「楽しい」と思える授業での生徒の具体的な姿

1. ～に気づいている。
2. ～に疑問をもっている。
3. ～に好奇心をもっている。
4. ～に注意をむけている。
5. ～について観察している。
6. ～について質問している。
7. ～について調べている。
8. ～について好意をもっている。
9. ～の価値を認めている。
10. ～を楽しんでおこなっている。
11. ～を自分から進んでしている。
12. ～について目標を高くもっている。
13. ～を我慢してでもおこなっている。
14. ～を最後までおこなっている。
15. ～を実践し、応用している。

3) 知識・理解を高めることの必要性

先に示されたように、高等学校の保健学習がわかったとする高等学校3年生は60%を超えています。この調査では、学習内容の習得状況についても検討が行われています。高校3年生を対象とする学習内容の習得状況の調査問題（19問）の平均正答率は、57.3%でした。

内容別にみてみますと、「覚せい剤の害」「生活習慣病の予防」「適応機制」「我が国の死因別死亡割合」「労働者の健康課題と対策」の正答率は70%を超えていました。その一方で、次の内容の正答率は50%に達していません。

「心肺蘇生法」

「感染症の現状」

「HIVの感染経路」

「大気汚染物質と健康被害」

「女性の性周期」

「食中毒の予防」

このように、薬物、生活習慣病あるいは心の健康など、最近において重視されてきた健康課題に

についての保健学習内容の習得状況はある程度良好であるといえるものの、応急手当、感染症、環境と健康、女性の性周期あるいは食中毒といった、かつてから保健学習で中心的に扱ってきた内容についての習得状況は不十分なことがわかりました。特に、「心肺蘇生法（人工呼吸と心臓マッサージ）は、おおむね20分をめやすにおこなう」という誤答は26.8%にのぼりました。また、「わが国では、結核予防法に基づいて対策が徹底的になされ、もはや結核で死亡する人はなくなった」と「HIVは、蚊から感染する」という間違いについての正答率も、それぞれ34.6%、36.1%にとどまっています。

先に、生徒の関心や意欲を高めるために、教材の開発や学習方法の工夫が必要であることを指摘しました。ただし、忘れてはならないことは、学習方法を多様化し工夫をしたとしても、それによっていったい「何を」教えようとしたのか、「何を」身に付けさせようとしたのかの再検討です。そこがおろそかになってしまえば、ただ生徒が活動的に動いただけの学習になってしまいます。

4) おわりに

全国調査の結果、高等学校3年生において保健学習を大切だと思っている生徒の割合は、88.5%にのぼっています。その声に応えていく「考えたり工夫したりできた」という感想や「好きだ」「楽しい」、そして「わかった」という感想がもてるような工夫された学習を一つ一つ積み上げていくことが必要といえます。

参考文献：

- 1) 保健学習推進委員会『保健学習推進上の課題を明らかにするための実態調査』日本学校保健会、2005
- 2) 野津有司，和唐正勝，渡邊正樹，西岡伸紀，植田誠治，高橋浩之，岩田英樹，渡部基，今関豊一，戸田芳雄「全国調査による保健学習の実態と課題－児童生徒の学習状況と保護者の期待について－」『学校保健研究』49(4)，2007，P280－295
- 3) 辰野千壽『改訂増補 学習評価基本ハンドブック－指導と評価の一体化を目指して－』，図書文化社，2001，P82

3 保健のテスト問題の工夫

今日、保健学習において、基礎的・基本的な内容の確実な習得と、自ら学び自ら考える力の育成が目指されています。このようなねらいに対して、教える内容はもとより、教える方法そして評価の改善が必要なことは言うまでもありません。評価においては、「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能・表現」「知識・理解」の4観点（保健学習はこのうち「技能・表現」を除いた3観点）を十分にふまえること、目標に準拠した評価を行うこと、指導と評価を一体化させること、授業内での評価やペーパーテスト以外での評価も工夫することなどが強調されています。これらによって、知識の量を測るだけではなく、自ら学ぶ意欲や思考力、判断力などをも含んだ、学習によって身に付いた資質や能力を的確に評価していくことが求められています。

一方、これまでの保健学習の評価に目を向けると、テストによって、生徒が知識をどれくらい身に付けているかのみを評価することが少なくありませんでした。また、そこで使用されるテスト問題は、知識の質を考えて作成されたものは少なく、ただ語句を暗記していれば解けてしまうような問題が多かったことも指摘できます。いくら保健学習の内容や方法が改善され、生徒の主体的な学習が工夫されたとしても、このようなテストのみで評価を行ったのでは、生徒が身に付けた資質や能力を的確に評価することはできません。

ここでは、具体例もあげながら、テスト、とりわけ定期考査におけるテスト問題にどのような工夫を加えるとよいかについてみていくことにしましょう。

1) 定期考査におけるテスト問題の特徴と課題

定期考査におけるテストは、学習内容が定着しているか、どこまで「知識・理解」「思考・判断」できているかなどを知るために行われます。また、定期考査におけるテストは学期途中や学期末、学年末に行われるために、おもに総括的評価そして評定に用いられています。

これらのテストでは、生徒の学習の実現状況の一側面しかとらえられないという特徴もあり、学習の実現状況を的確に把握するためには、他の方法と組み合わせて評価する事が大切であることとともに、「保健」においては「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」をみるテストの工夫の重要性も指摘されています¹⁾。

「保健」の定期考査におけるテスト問題では、従来ありがちだった暗記のみの知識を問う問題から、健康の保持増進のための実践力を総合的に問う問題を作成する工夫が必要となります。

現在、定期考査における「保健」のテストでは

- ①学年末の成績のための資料でしかなく、評価が指導の場に生かされることが少ない。
- ②授業とテスト（学習の場面と評価の場面）の一体化が図られていないケースが多く存在する。
- ③単に丸暗記などの知識の蓄積量のみを測っている。
- ④知識のレベルまでで理解まで深められた内容を問うていない。
- ⑤知識を応用して課題を解決したり、自らの考えを明確にするなどの思考・判断を問う問題が少ない。

などの課題がみられ、その改善が望まれます²⁾。

2) 定期考査におけるテスト問題の改善

それではどのようなことに留意して定期考査におけるテストを作成したらよいのでしょうか。

定期考査におけるテストは、科目・単元の目標、授業内容、指導計画など、一連の指導と評価の計画にきちんと据えられているなど、指導と評価の一体化の中にとらえて作成・実施することが大

切です。すなわち授業で指導した内容についてを問うテストである必要があります。そのためにはテストの内容も当然の事ながら単元の評価規準の具体例と密接な関連も必要となります。

また、テストは多様な評価の方法の一つであることを理解して実施することも理解しておくことが重要です。更に単に、丸暗記などの知識の蓄積でなく、実践力として活用できる「知識・理解」、「思考・判断」である必要があります。特に「思考・判断」の力を育てることは、「自ら学び自ら考える力」を養う上からも非常に重要な内容となっています。

「知識・理解」、「思考・判断」を問うテストの工夫例としては、

①保健の応用力を問う問題

- ・学習した情報を記憶したうえで、さらにそれを使って他の事例について考える力（応用力）を問う問題

②分類・整理する能力を問う問題

- ・様々な具体例や事実を観点別に分類・整理する問題

③保健の基本的概念と具体的事例について帰納的あるいは演繹的に問う問題

- ・基本的概念から具体例から一般化・抽象化する（帰納的）問題あるいは基本的概念から具体的な場면을導き出す（演繹的）問題

④事例や資料を分析する能力を問う問題

- ・事例や調査結果、あるいは図表などを分析する問題

⑤状況（問題）場면을設定して総合的に考える問題

- ・学習した内容を実際にあり得そうな状況（問題）場면을設定し、総合的に考える力を問い、評価する問題

などの問題が考えられます³⁾。

テストは生徒の学期末・学年末の評価・評定のためにだけあるものではなく、生徒の解答の状況から授業の改善にも役立つように活用する必要もあります。また努力を要する生徒に対する手だても指導・評価計画に位置付けて行っていくことが重要です。

3) 工夫した定期考査におけるテスト例

ここでは「知識・理解」、「思考・判断」を問うテストの工夫例として、定期考査におけるテスト問題の実例を示していくことにします。

① 保健の応用力を問う問題

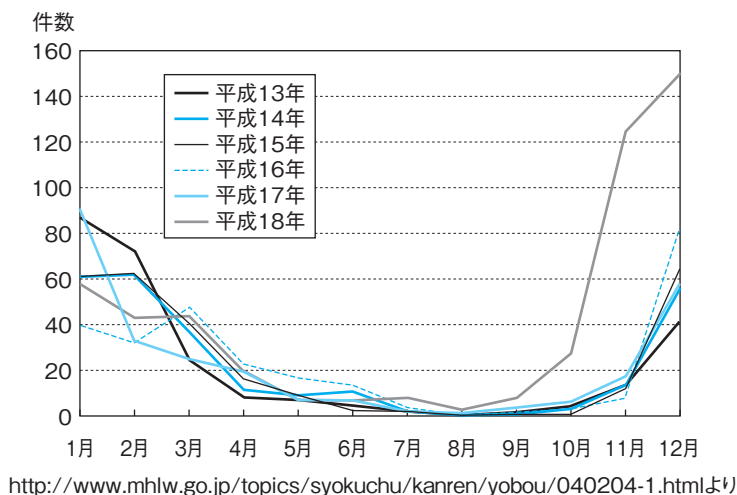
「保健の応用力を問う問題」とは、保健学習においてある情報を記憶したり、思考・判断した内容を使って（応用して）他の事例についても当てはめたり、情報を整理・統合してある方法や結果などを導き出したりすることなどの思考・判断を問う問題です。

下に示した問題は、感染症のノロウイルスの特徴を知識の内容として示し、その情報から感染源や感染経路の特徴を理解した後に応用して、どのようにしたらノロウイルスに感染しないかといった具体的な対処方法を導き出すといった思考・判断を問うものです。

◎ 次の説明は、下痢や腹痛を引き起こすノロウイルスの月別の発生件数と特徴を述べたものです。

- ・ノロウイルスによる食中毒にならないための対策について、具体例を挙げて説明しなさい。
- ・また、その具体例が感染症対策のどの対策に当てはまるのかについて、説明文の末尾に括弧「()」を付けて答えなさい。

図1 ノロウィルスの月別発生件数



- ノロウイルスは、患者のふん便やおう吐物に大量に含まれている。
- 汚染された二枚貝を生で食べるとノロウイルス食中毒になりやすい。
- ノロウイルスは、熱と塩素系の漂白剤に弱い。
- ノロウイルスは、乾燥すると容易に空中に漂う。

【解答例】

- ①子どもやお年寄りなどの抵抗力の弱い人は、加熱が必要な食品は中心部分までしっかり加熱する。(感染源対策)
- ②手洗いは、調理を行う前、食事の前、トイレに行った後、おむつ交換や下痢等の患者の汚物処理などをした後などに、必ず行う。(感染経路対策)
- ③飛び散った患者のおう吐物やふん便を処理するときは、使い捨てのエプロン、マスクと手袋を着用する。拭き取りは、汚物中のウイルスが飛び散らないように、おう吐物やふん便をペーパータオル等で静かに拭き取る。(感染経路対策)
- ④また、拭き取った後は、塩素系漂白剤で浸すように床を拭き取り、その後水拭きをする。処理した後は、ウイルスが屋外に出て行くように空気の流れに注意して換気を行う。(感染源対策)

② 分類・整理する能力を問う問題

「分類・整理する能力を問う問題」とは、様々な具体例や事実を観点別に分類・整理することを問い、保健の基本的概念の意味・特徴を明確に理解しているかを評価する問題です。

下に示した問題は、人間には様々な欲求があり、それに対して様々な適応機制が働き、精神の安定を図ろうとすること、その適応機制には様々な種類があることを理解し、それぞれの行動がどの適応機制の種類に属するかを分類・整理することを問う問題です。

◎ 次にあげる行動は適応機制のどの種類に属するか分類してその名称を答えなさい。

(1)



たえがたい事態に直面したとき、子どものようにふるまって自分を守ろうとする。

(2)



抑えられた性的欲求などを学問・スポーツ・芸術などに向ける。

(3)



他人やものを傷つけたり，規則をやぶったりして，欲求不満を解消しようとする。

(4)



実現困難な欲求や苦痛な体験などを心のなかに抑えこんで忘れようとする。

(5)



もっともらしい理由をつけて自分を正当化する。

(6)



自分の不得意な面をほかの面でおぎなおうとする。

【解答例】

(1) 退行 (2) 昇華 (3) 攻撃 (4) 抑圧 (5) 合理化 (6) 補償

◎ 次にあげる適応機制を具体例をあげて説明しなさい。絵に描いてもかまいません。

(1) 同一化

(2) 逃避

【解答例】

同一化：歌手やタレントなどのしぐさやスタイルをまねて，あたかもその人になったかのように振る舞い，本当は自分にはない，その人の名声や権威を自分のものであるかのようにして自分を高めたりすること。

逃避：提出しなければならない宿題をやっていないから学校をやすんでしまおうといった，苦しくつらい現実から一時的に逃れて，一時的に心の安定を図ろうとすること。

【絵に描いた解答例】



③ 保健の基本的概念と具体的事例について帰納的あるいは演繹的に問う問題

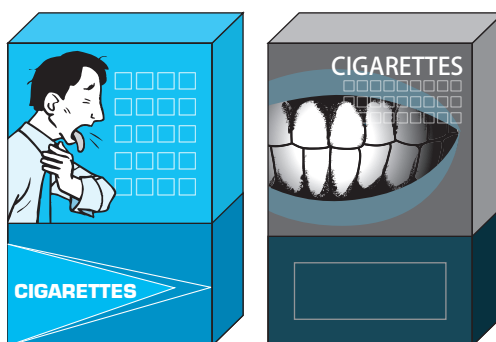
この問題は，具体例から一般化したり，抽象化したりすることや，一般的・抽象的な考え方（概念）から具体化することを問う問題です。保健学習の具体的な内容を学んで，「まとめると，ど

うということがいえるのか」というように帰納的に考えること、それとは反対に保健の基本的概念を獲得したら「それは具体的にはどういうことになるのか」といったように演繹的に考えることです。

下に示した問題は、各国のタバコのラベルに記載される表示文や写真といった具体的事例をみて、そのメッセージごとに「まとめると、ということがいえるのか」といった抽象的な概念に統合する問題です。

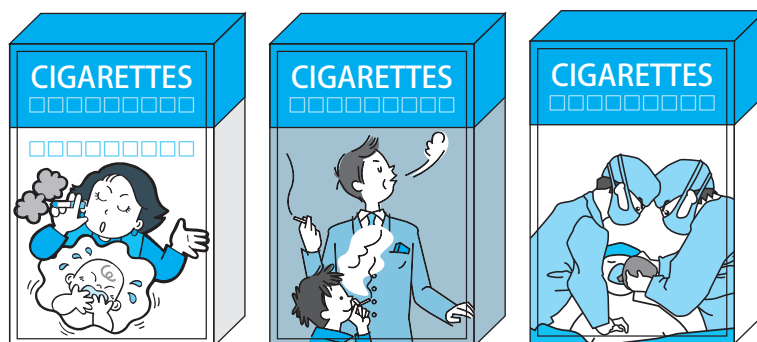
◎ 次の絵はA国、B国、日本のタバコのパッケージを示したものです。それぞれを比較して警告メッセージの示し方、内容についてその違いを3つ以上挙げなさい。

《1》A国のパッケージ



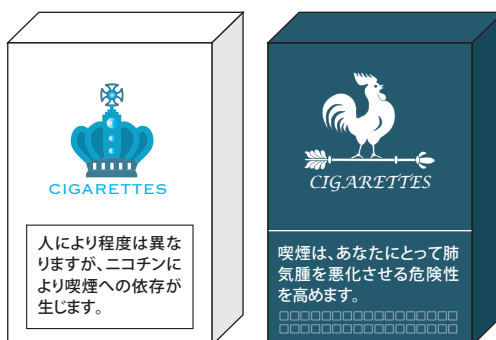
《1》A国。「たばこは呼吸困難にする」(左)「たばこは歯周病やがんを引き起こす」

《2》B国のパッケージ



《2》B国。左から、「妊娠中の喫煙は胎児に害を与える」「子どもは親の喫煙を見て吸い始める」「喫煙は心臓発作の原因になる」

《3》日本のパッケージ



《3》日本。左「人により程度は異なりますが、ニコチンにより喫煙への依存が生じます。」
右「喫煙は、あなたにとって肺気腫を悪化させる危険性を高めます。」

【解答例】

- ①A国とB国のそれぞれのパッケージを全体的に見ると、警告メッセージのインパクトが強い。
- ②警告メッセージがA国とB国のパッケージでは全面に示されているのに対して、日本のパッケージでは、ほぼ3割のスペースにとどまっている。
- ③警告文の内容を見てみると、A国やB国パッケージではタバコの害についてはっきりと記載しているのに対して、日本では危険の可能性（危険性）を示しているにとどまっている。
- ④B国のパッケージでは、周囲の大人の喫煙が子どもの喫煙の習慣化につながる危険性があるといった健康問題を越えて、社会的な問題の内容にまで言及している。

④ 事例や資料を分析する能力を問う問題

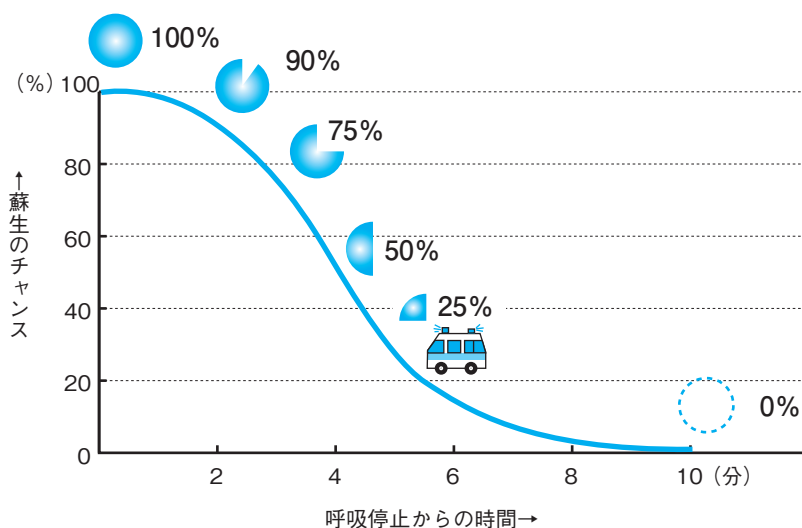
この問題は事例や調査結果、あるいは図表などを分析して考えることができるかを問うものです。

下に示した問題は、ドリンカーの救命曲線のグラフから呼吸停止からの経過時間と生存の可能性の関係について読み取ることと、読み取った事を根拠として応急手当の必要性を指摘する問題です。

その次の問題は医薬品を服用するといった事例からその問題点を指摘するもので、医薬品の有用性や副作用やその正しい使用法についての知識をもとに具体的な事例について分析し、解答する問題です。単に暗記のみの知識だけでなく根拠も含めて十分に理解して、事例について分析・行動選択についてを問うています。

- ◎ 次の「呼吸停止からの経過時間と生存の可能性と救急車の到着時間のプロット」のグラフを見て、気づいたことををあげなさい。また、なぜ応急手当（心肺蘇生法）を行う必要があるかの理由を示しなさい。

図2



【解答例】

- ①早ければ早いほど救命率が高くなる。
- ②グラフによると6分後の救命率は20%以下にまで低下してしまう。
- ③救急車が現場に到着するまでに平均約6分かかることがグラフからわかる。
- ④救急車が到着するまでなにも応急手当をしないと、蘇生のチャンスは20%にまで低下してしまう。そのため、一刻も早い処置の開始が重要であることがわかる。つまり、救急隊が現場に到着するまでの間に、その場に居合わせた人たちが「心肺蘇生法」を行うことが必要である。

◎ 次の医薬品の使用法について誤っているところを指摘し、その理由を述べなさい。

- (1) 以前、医師に処方された医薬品を症状が同じなので服用した。
- (2) よく効く薬を医師に処方してもらったので友人にあげた。
- (3) 薬を飲み忘れたので2回分をまとめて飲んだ。
- (4) 早く効かせたいので錠剤をかみ砕いてから飲んだ。
- (5) 苦い薬なのでジュースと一緒に服用した。
- (6) 2つの医師にかかってそれぞれ薬をもらったので併せて服用した。

【解答例】

- (1) 薬には有効期限がある。また、同じような症状であっても原因が全く違うこともあるので、本人が受診して処方された薬を飲まなければならない。
- (2) 病院等で処方される薬は、患者の病状、年齢、性、栄養状態、体格などにより用量が決められるので他人に譲渡するのは危険である。
- (3) 「薬の飲み忘れ」による健康障害の危険性もあるので飲み忘れについても念のため医師や薬剤師の指示を受ける必要がある。また、2回分をまとめて飲むことによって過量になる危険性が高くなるのでまとめて飲まないようにしなければならない。
- (4) 薬の形状は効果・吸収・安全性などを考慮して決められている。形状を無視した飲み方をすると効果が低下したり有害な作用を生じることがある。錠剤をかみ砕いて飲んだりすると、血中濃度の急激な上昇によって薬の作用が強くなりすぎる危険がある。
- (5) ジュースなどで薬を飲むとその薬の成分によっては、効果が弱められたり強められたりするものもある。
- (6) 薬を併用すると同じ成分が重なったり、併用によって相互作用が生じ、強く作用し、有害なことがある。したがって、複数の医療機関から薬を処方されている場合は、医師や薬剤師などに相談する必要がある。

⑤ 状況（問題）場面を設定して総合的に考える問題

この問題は、授業で学習した内容を、実際にあり得そうな状況（問題）場面を設定して、獲得した知識をもとにその際、どのようにしたらよいかを総合的に考える力を評価するものです。

「作業形態」「作業環境」「作業者の心身の状態」の労働災害の要因を理解し、ある状況場面（高所での作業）を設定し、その状況から具体的に事故防止について考えることを問う問題です。

次頁の問題は、高所での作業場面を設定し、前半では労働災害の要因別にその状況を分類しています。また後半では状況場面をどのように改善すれば労働災害が起こらないかといった、具体的な事故防止策について総合的に考える問題です。

◎ 下の高所での作業の図をみて、(1)(2)の問題に答えなさい。

図3



(1) 労働災害が発生する要因は「作業形態」、「作業環境」、「作業者個人の心身の状態」に大きく分類されます。この事例（落下事故）における3つの要因の具体例をそれぞれあげなさい。

【解答例】

「作業形態」：高所での仕事

「作業環境」：危険な足場，落下防止ネットがない
作業ができるだけの広さの作業場所（床）がない
命綱がない

「作業者個人の心身の状態」：作業者本人の体調不良
作業者の経験不足

(2) 墜落事故（労働災害）が起こらないようにする為にはどのような対策を講じますか。考えられる対策を3つあげなさい。

【解答例】

- ①高所での作業をなくすように地上で組み立ててからクレーンなどでつり上げる。
- ②安全な足場（安全に作業できる足場や床）を用意する。
- ③命綱を着用させる。
- ④滑りにくい作業靴を着用させる。
- ⑤落下防止ネットを備え付ける。
- ⑥作業者の体調管理を作業前にチェックし，体調不良の者は別の仕事を行わせる。
- ⑦作業者は高所での作業訓練を行う。

参考文献：

- 1) 国立教育政策研究所『学習評価の工夫改善に関する調査研究』国立教育政策研究所，2004，P67
- 2) 日本学校保健会『高等学校保健学習の指導と評価』日本学校保健会，2004
- 3) 植田誠治「保健認識を促す評価の工夫」『体育科教育』55(8)，大修館書店，2007，p44－47

II

実践編

1 精神の健康—欲求と適応機制

1 単元名

- (1) 現代社会と健康
- ウ 精神の健康
- (ア) 欲求と適応機制

2 授業にあたって（授業見所ガイド）

青年期は、性の欲求、愛情への欲求、承認への欲求など次から次へと欲求がわいてくる時期である。こうした中にある高校生には自分自身の欲求を整理し、これらの欲求への対処の仕方を学ぶと同時にどのような方法を用いて自分自身を防衛するのか、また欲求不満や葛藤に直面しても、それらに対して的確な解決方法を見つけ出していくことの資質や能力を育てる必要がある。授業を行うにあたっては、寸劇を使って理解を深めさせ思考・判断する力を育てていこうと考えた。

今までの授業を振り返ると、まず欲求とはどんなものかについて、またその種類を説明し、適応機制の例を挙げて説明するだけに終わっていた。生徒にとって欲求の種類や、適応機制の例を教科書等から覚えるといっただけの授業になっていた。教師が説明を板書し、生徒はそれをノートに書き写すというもので、動きがない授業であった。そこで今回は寸劇を用いて適応機制を表現してみることにした。

今回の授業の見所としては次の3点をあげることができる。

- ①理解を深めさせる手だてとして、適応機制を寸劇で表したこと。
- ②生徒が演じた寸劇を見取った記述から、知識・理解を評価したこと。
- ③日常生活を振り返り、思考・判断する力を育てること。

まず①については、当初、高校生に寸劇ができるのかという思いがあった。しかし体で表現することはしっかりと理解を行っていないとできないと考え実施することにした。またシナリオを考える時間を多く設け、話し合いの中から色々な意見があることに気づき、友達の意見を尊重するなかで、班の中での意見をまとめられると考えた。

②については、寸劇で表現した友達の適応機制の演技をみて、それがどの適応機制なのか、また、それはどこをみてそう思ったのかの根拠を記入させ「知識・理解」を評価しようとした。それぞれの適応機制の特徴をしっかりと見取ることができているのか、学習プリントの記入によって確認した。

③については、欲求不満に対して、人はいろいろな適応機制を使い安定を図ろうとするが、適応機制のプラス面・マイナス面を考えることで、それは一時的な解消法であることを理解し、多様な対処法があることに気づかせることとした。適応機制を理解したうえで、自分自身の生活行動を振り返らせ、自己を見つめる機会ができないかと考えたのである。手段として寸劇を使い、適応機制のプラス面、マイナス面を班の中で出し合い、それぞれの違いに気づかせるとともに自分の日常生活を振り返らせ、自分自身を見つめ直す場にしたいと考えた。また、次の単元の「自己実現」の学習にもつながることをも意図した。

3 本時の目標

- 適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとする。(関心・意欲・態度)
- 自分と他者の行動を適応機制の視点から分析することができる。(思考・判断)
- 適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出すことができる。(知識・理解)

4 評価規準と生徒の姿

○ 評価規準（おおむね満足できる状況（B）と判断できる生徒の姿の具体的な例）

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
おおむね満足できる状況	適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとしている。	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析している。	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出している。

○ 「十分満足できる」状況を実現していると判断した生徒の姿の具体的な例

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
十分満足できる状況	適応機制のプラス面とマイナス面について関心を持ち、資料等から調べるなど、自ら進んで取り組みようとしている。	自分と他者の行動を適応機制の多様な視点から分析し、結果を予測している。	適応機制にはいろいろな種類があることについて、自分に当てはめて具体例を書き出している。

○ 「努力を要する」状況と判断した生徒の姿の具体的な例

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
努力を要する状況	適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとし、聞いているだけにとどまっている。	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析することができない状態にとどまっている。	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出すことができない状態にとどまっている。

5 展開

T：教師 S：生徒

時間	学習内容・活動と教師の支援
導入 5分	発問1 あなたは今どんなことがしたいですか？たくさんあると思いますが、強く思うものを3つ書き出してみましょう。 ◆ねらい1 人には色々な欲求があることを理解させる。 T：今やりたいことや欲しいものがありますか。それを欲求といいますね。欲求があるから人間は行動するといわれています。では今どんな欲求があるか付箋紙に書いてみましょう。一人3つずつ欲求を書いてみましょう。 ◆アドバイス◆ 本授業の導入では、各自に3つずつ欲求をあげさせている。いろいろな欲求があることに気づかせるには数を限定せずに各班であげさせるのもよいであろう。 T：それでは紙を配ります。（付箋紙は、分類の際使用するA3の紙に班員分を貼っておく） 【学習活動】…付箋紙に欲求を書く。 生徒1：何か食べたい。 生徒2：休みたいなー。 生徒3：CDが欲しい。 生徒4：遊びに行きたい。 生徒5：彼氏が欲しい。
展開 40分	T：たくさんしたいことがあり3つでは困ると思いますが、強く思うものを書きましょう。 T：たくさんの欲求が出てきたと思います。付箋紙に書いた欲求を用紙に貼り付けて見ましょう。友達の欲求にはどんなものがありますか？みなさんの欲求は、なんだか食べること、寝ること、遊ぶことが多い気がするけど？ T：友達の欲求にはどんなものがありますか？自分とは違ったものがありますか？ T：では、次に同じような欲求をまとめて張り直してみましょう。そのまとまりはどんな分類が出来ますか。マジックで囲んで名前をつけて見ましょう。 【学習活動】…付箋紙を張り直す。欲求进行分类する。 T：ではいくつかの班の人に発表をしてもらいましょう。分類名も発表してください。

【学習活動】…班ごとに発表する。他の班の発表を聞く。

《グループの発表》

生徒1：1班の分類は「学力」「時間」「食べたい」「欲しいもの」です。

生徒2：2班は「スポーツ」「機械系」「お金」です。

生徒3：3班は「やめたい」「睡眠」「学力」「遊び」「外見」「時間」「食べたい」「物が欲しい」に分かれました。

生徒4：「お金」「睡眠」「名誉」「愛」「時間」「休み」です。

生徒5：「遊び系」「行きたい系」「したい系」「スポーツ系」「欲しいもの系」です。

生徒6：6班は「時間」「お金」「頭」「その他」になりました。

◆アドバイス◆

実際に行ってみると、欲求が多様であっただけでなく、分類也多様であった。具体的な事柄を分類する活動は思考を促すという点では重要であるが、ここでは時間をかけすぎない配慮も必要であろう。例えば黒板にクラス全員の欲求を貼りだし一次的欲求と二次的欲求に分類する。あるいは、先に教師が一次的欲求と二次的欲求を説明し、自分達の書いたものを分類していくという方法も可能であろう。

T：色々な欲求や分類がありましたね。みんなが行った分類もあると思いますが、1班2班にあるように「食べたい」また4班にあるような「休みたい」「眠りたい」などのように人間が生きていくために必要なもので生まれながらに持っている欲求があります。これを一次的欲求または生理的欲求といいます。みんなの分類の中には出てきませんでしたが、子孫を残す性欲もその一つです。

そのほかの欲求は、生まれてから生活していく中で発達した欲求です。これを二次的欲求といいます。

(黒板に「一次的欲求」「二次的欲求」と書いたシートを貼る)

T：さて、いま書き出した欲求や望みがいつもかなえられるとは限りませんね。かなわないときは、どうなりますか？精神的に落ち着きがなかったり、不安だったり、いらいらすることがありませんか。そのとき人は一時的に心の安定を図ろうとします。この精神の働きを適応機制といいます。

(黒板に「適応機制」と書いたシートを貼る)

適応機制の例を書いたプリントを配布する。

T：では説明をしましょう。まず、…。
(配布したプリントで適応機制の種類を説明する。)



T：以上のような適応機制を経験したことはありませんか？では、もう少し理解を深めるために、次の発問に移りましょう。

発問2 適応機制をより理解するために先ほどの機制の一つのシナリオを考えて寸劇を行ってみましょう。典型的な場面を示して友達にどうしたらよくわかってもらえるかを考えて工夫して行ってみましょう。

T：では班ごとにそれぞれの適応機制の場面の寸劇をつくり、みんなにみてもらうことにします。みんなに理解してもらえるよう考えてください。みる人はどの適応機制なのか考えて学習プリントに記入しましょう。では班の代表の人にどの適応機制をするか抽選をしてもらいます。

【学習活動】…班ごとにカードを引いて適応機制を割り振る。

T：どの班が、どの適応機制をするかは今発表しません。ですからそれぞれの適応機制をしっかりと演じてくださいね。またみる人はどの適応機制なのか考えながらみてください。

◆ねらい

適応機制の例を考えてシナリオを作り、寸劇を行わせ、それぞれの適応機制を理解させる。

【学習活動】…班ごとに、それぞれの適応機制を使っている特徴的な場面の寸劇のシナリオを考える。

◆アドバイス◆

限られた時間でシナリオを作成するのは簡単なことではない。話し合いが進まない班やいろいろな意見が多くでてまとまらない班には、適応機制の具体例を提示したプリントを参考にするようにアドバイスすることも必要である。

T：誰かを傷つけて楽しむような内容はやめましょう。班で話し合って役割を決めましょう。また、ほんとうにそれらしくみえるように演出してみてください。班ごとにシナリオの記用紙を配布します。

T：班の代表の人はどの適応機制をするのかカードを引きに来てください。

*全員に学習プリントを配布し、班の中でシナリオを完成させる。



班に1枚のシナリオの学習プリントを配布するのではなく、全員に学習プリントを配布し、シナリオを全員が考えながら記入できるようにした。一人一人が記入することで、班の誰もが演じることができると考えた。

T：それでは1年〇組適応機制劇場を開幕することにしましょう。みている人はその班がどの適応機制（演目）を使っているか考えて、学習プリントに番号で記入しましょう。またなぜその適応機制だと思ったのか根拠も記入しましょう。

◆アドバイス◆

それぞれの班が演じる寸劇をみて、各自が各適応機制の実際を確認していく課題である。なぜその適応機制だと思ったのかを根拠も記入させているがやや難しい。どのセリフやどの場面でそう思ったのかをメモさせるようにするとよいだろう。

T：ではただいまより適応機制劇場を開幕します。お客様はお席にお着きください。では3班「子どもとバッグ」です。拍手。

《グループの発表》

3班の寸劇の発表（退行）

子ども：ねえねえ。新しいバッグ買って？

父：通学バッグがあるじゃないか。

子ども：も〜。今めっちゃ欲しいんだって！！

父：我慢しなさい。

子ども：も〜。買って！買って！（半泣きで地団駄を踏む。）

父：…。（怒って行ってしまふ。）

終了後

T：拍手！！〇〇さんの半泣きで地団駄を踏んでいる様子がよくでていましたね。

T：では次の班の人をお願いします。

《グループの発表》

6班の寸劇の発表（攻撃）

先生：これからテストを返します。呼ばれた人は取りに来てください。
けいた君。

けいた君：はい。

先生：けいた君。今回のテストよかったねえ。
（前で受取りうれしそうにする。）

先生：まさお君。一体なにを勉強したのかね？悪すぎるよ。

まさお君：くやしいー。

（テストをくしゃくしゃに丸めて投げて、足でどしどし踏む。）

演じた生徒の声が小さく聞こえにくい班や、聞き逃した生徒もあり、寸劇のセリフを繰り返した。

終了後

T：拍手！！まさお君役の演技うまかったですね～。テスト用紙を利用した寸劇はよくわかりましたね。

T：さあ、学習プリントにどの適応機制（演目）だったかを記入しましょう。またどこでその適応機制と判断したかも記入しましょう。（その後一班ずつ寸劇を行う。）

【学習活動】寸劇を見て、学習プリントに記入する。

T：記入が終わりましたか？では、正解を発表してもらいましょう。

T：3班はどの適応機制でしたか。

生徒1：3班は退行です。

（順に班ごとに発表する。）

生徒の反応は、多くの生徒が、うなずいていたり、自分の答えを確認していたりした。

【評価1】（知識・理解）

ね ら い	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出すことができる。	
評 価 方 法	学習プリント、事後のテストにより評価する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	適応機制にはいろいろな種類があることについて、自分に当てはめて具体例を書き出している。
	おおむね満足できる状況（評価規準）	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出している。
	努力を要する状況	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出すことができない状態にとどまっている。
教師の支援	適応機制の身近な具体例をあげてゆっくりと説明を行う。 学習プリントの中の具体例を示して説明を行う。	

発問3 いろいろな適応機制がありましたが、あなたは日常生活の中でどの適応機制を多く使っていましたか？学習プリントに記入しましょう。またその適応機制を使うことでのマイナス面とプラス面を考えてみましょう。また今までの生活を振り返ってみてどう思いますか？自分にはどんな傾向がありますか？

◆アドバイス◆

寸劇によって確認ができた適応機制と各自の日常生活の中で多く使っている適応機制を比較して考えさせる課題である。いずれの課題も、生徒それぞれが「気づく」ことを大切にしたい。そのためには時間を充分にとることや「どんな場面での適応機制を使ったかな？」と言った助言も有効であろう。

◆ねらい

欲求不満に対して人はいろいろな適応機制を使い安定を図ろうとする。適応機制のプラス面・マイナス面を考えることで一時的な解消法としての機制であることを理解し、多様な対処法があることに気づかせる。

【評価2】（思考・判断）

ね ら い	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析することができる。	
評 価 方 法	学習プリントの記入、事後のテストにより評価する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析し、結果を予測している。
	おおむね満足できる状況	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析している。
	努力を要する状況	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析することができない状態にとどまっている。
教師の支援	適応機制の具体例を書いたシートを見せて説明を行う。また日常生活を振り返るシーンを与えて考えさせる。	

T：あなたが日常生活の中で多く使っていた適応機制は何でしたか？またその適応機制のプラス面とマイナス面にはどんなものがありますか。今までの生活を振り返ってみてどう思いますか？学習プリントに記入しましょう。

T：記入が終わったらそれぞれの班の中で多く使われていた適応機制にはどんなものがありましたか？またそれぞれのプラス面とマイナス面について班の中で話をしてみましょう。

◆アドバイス◆

班の中で友人と意見を交流することによって、いろいろな適応機制のプラス面とマイナス面を評価する思考を促す活動である。どれがよいかを考えるのではなくどの適応機制にもプラス面とマイナス面がありそれをふまえた上で自らの心をより客観的に見つめさせたい。

【評価3】（関心・意欲・態度）

ね ら い	適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとする。	
評 価 方 法	座席表を利用し，班での話し合いを観察し，評価，記録する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	適応機制のプラス面とマイナス面について関心を持ち，資料等から調べるなど，自ら進んで取り組もうとしている。
	おおむね満足できる状況（評価規準）	適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとしている。
	努力を要する状況	適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとして，聞いているだけにとどまっている。
教師の支援	教師の体験の中から具体例を挙げ説明を行い，まずは班の生徒の意見を聞くように促し，話し合いのきっかけを与える。	

T：小学生の自分と今の自分では同じ欲求でも使う適応機制が違ってきていませんか？小学生の頃は欲しいものがあって買ってもらえないときだだをこねてはいませんでしたか。今はどうしていますか。スーパーの床に寝っ転がってだだをこねる人はいないと思います。適応機制は個人差やその時々で違ってきていますね。違ってよいのです。

T：自分はどんな適応機制を使うことが多いかに気づきましたか。

T：自分の心の状況を客観的にみることは心の成長につながります。

まとめ
5分

【学習活動】…振り返る。学習プリントに記入する。

T：欲求のままに行動していたのではいろいろなところでトラブルの原因となります。そこで欲求のまま行動することを押さえたり，あるいは欲求を押さえすぎてストレスにならないようにバランスをとることが大切になってきます。日常生活の中で，常に欲求充足が得られるとは限りません。自分の知性を使い考え工夫し努力して問題の解決を図ることが大切になってきます。

T：それでは今日の授業を振り返って，感想を書きましょう。

6 評価について

評価については「生徒の学びの姿」を見取るように観点別評価を行った。「関心・意欲・態度」は授業中教室内を巡回する中で、グループの活動状況を見て座席シートを使って行った。班活動の時間が多く生徒一人一人の動きがわかりやすく、しっかりと生徒を見ることができた。

「知識・理解」「思考・判断」は授業中に記入した学習プリントと後の定期考査によるテストで評価した。

評価項目の実現状況については、十分に満足できる状況にある生徒を「A」、おおむね満足できる状況の生徒を「B」、努力を要する状況にある生徒を「C」として3段階で評価した。

●【評価1】（知識・理解）

ね ら い	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出すことができる。		
評 価 方 法	学習プリント、事後のテストにより評価する。		
生 徒 の 姿	A	適応機制にはいろいろな種類があることについて、自分に当てはめて具体例を書き出している。	5人
	B	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出している。	33人
	C	適応機制にはいろいろな種類があることについて、その具体例を書き出すことができない。	2人
教師の支援	適応機制の身近な具体例をあげてゆっくりと説明を行う。 学習プリントの中の具体例を示して説明を行う。		

●【評価1】の評価結果を上記に示した。適応機制の中の6種類、「退行」「同一化」「合理化」「逃避」「抑圧」「攻撃」の寸劇を見てどの適応機制かを学習プリントに記入させたものをもとに知識・理解の評価とした。学習プリントの結果から見ると全員が正解をしている。寸劇が生徒の理解を深めるのに有効な方法であることが伺える。授業中は、それぞれの寸劇が終了した後、教師が寸劇のセリフを繰り返した。繰り返すことでより理解を促した。

また、学習プリントの中にどこでその適応機制だと判断したのかを記入させた。その解答を見ると、それぞれの適応機制を分類する理由をしっかりと記述していた。

「退行」と判断した理由は、「だだをこねていた。」「〇〇が子どもみたいだったから」「子どもっぽく振る舞っていた。」「買って買ってと何度も言って地団駄を踏んでいたから。」「子どもみたいな反応だったから。」と記述していた。

「同一化」と判断した理由は、「有名人のマネをしていたから。」「中村俊介をまねていたから。」「憧れている人に似せていた。」「憧れの人をまねていたから。」と記述していた。

「合理化」と判断した理由は、「いいわけをしていたから。」「人のせいにして自分を正当化している」「理屈を言っていたから。」「人のせいにしていた。」と記述していた。

「逃避」と判断した理由は、「いやなことから逃げているから。」「足が痛い逃げているから。」「現実から逃げているから。」と記述している。

「抑圧」と判断した理由は、「自転車が欲しいのに我慢しているから。」「我慢しているから。」と記述している。

「攻撃」と判断した理由は、「テストに八つ当たりしていたから。」「返ってきたテストを丸めて投げて踏んでいたから。」「いらだちをテスト用紙にぶつけていたから。」と記述している。

これとは別に、グループの発表からも「知識・理解」の評価をおこなった。グループで演じた寸劇がそれぞれの適応機制を的確に表していたかを評価した。どのグループも的確に表現できていた。ここでの評価では差が見受けられなかった。

後日の定期テストの中に「知識・理解」の問題を出題した。(定期テスト問題を参照)

- 1 7点満点中、全問正解とした生徒を評価Aとした。
- 2 7点満点中、得点6～3点の生徒を評価Bとした。
- 3 7点満点中、得点2～1点の生徒を評価Cとした。

平均点は、5.5点であり、0点の生徒はいなかった。

●【評価2】(思考・判断)

ね ら い	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析することができる。		
評 価 方 法	学習プリントの記入、事後のテストにより評価する。		
生 徒 の 姿	A	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析し、結果を予測している。	5人
	B	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析している。	35人
	C	自分と他者の行動を適応機制の視点から分析することができない。	0人
教師の支援	適応機制の具体例を書いたシートを見せて説明を行う。 日常生活を振り返るシーンを与えて考えさせる。生徒に応じた事例を提示し考えさせる。		

●【評価2】について学習プリントと後日の定期考査の中に「思考・判断」の問題を出題し評価した。

シナリオを作成する中、また寸劇をみる中で、知識として身に付けたことをもとに、自分が日常生活の中でどの適応機制を多く使っていたのかを記入させた。またよく使う適応機制のプラス面とマイナス面を記入させた。自分がどの機制を多く使っているのかまた友達はどうなのかを班の中で話し合いをする中で考えさせ自分自身を見つめさせることを行った。ここでの「思考・判断」は、知識を利用して課題を解決していくことや、適応機制の利点や欠点を評価し、自らの考えを明確にすることにより評価できた。「思考・判断」の「十分満足できる状況」の「自他の行動を適応機制という多様な視点から分析し、結果を予測している。」については5名の生徒が「適応機制による結果を予想している。」に該当していた。自分がよく使う適応機制からその適応機制を使うことでの結果の予測ができていた。

具体的な記述例は次のとおりである。

「抑圧」では、「我慢しすぎてストレスがたまって病気になる。毎日しんどい気持ちになる。」「日常生活の中で我慢ができるようになる」
「合理化」では「自分に不利な状況を切り抜けられる」「正しくないことも正しいと思い込んでしまう。」
「逃避」では、「進歩がなくなる」
と記述していた。

●【評価3】関心・意欲・態度

ね ら い	適応機制のプラス面とマイナス面について話し合いに参加しようとする。		
評 価 方 法	座席表を利用し、班での話し合いを観察し、評価、記録する。		
生 徒 の 姿	A	適応機制のプラス面とマイナス面について関心を持ち、資料等から調べるなど、自ら進んで取り組もうとしている。	5人
	B	適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとしている。	33人
	C	適応機制のプラス面とマイナス面についての話し合いに参加しようとせず、聞いているだけにとどまっている。	2人
教師の支援	教師の体験の中から具体例を挙げ説明を行い、まずは班の生徒の意見を聞くように促し、話し合いのきっかけを与える。		

●【評価3】では、適応機制を理解した上で、それぞれの適応機制のプラス面とマイナス面についてグループでの話し合いの活動を評価した。いろいろな適応機制のプラス面とマイナス面をしっかりと考え自己を見つめる機会にしたいと考えた。(A)に該当する生徒は5名とした。その生徒は資料(教科書)の適応機制の頁を開き読みながら話し合いに参加していたこと、プラスの面とマイナスの面の両方を班の話し合いの中でしっかりと発言していたことによる。(B)に該当すると判断した生徒も含めて、自分の学習プリントに記入したことを見ながら話し合いに参加し意見を出し合っている状況を見取ることができた。(C)と判断した生徒は、黙っているだけで、全く発言を行わず、話し合いに参加しようとする姿は見取ることができなかったことによる。

教師の支援としては、生徒個々にあてはまる具体例を挙げて説明することで関心を高めるようにした。例えば、サッカーを部活動で行っている生徒にはその中から具体例を取り上げ考えさせた。生徒の興味関心のある事柄を取り上げて説明することで、話し合いへの参加を促すことができると考えた。

関心・意欲・態度の評価は座席シートを利用した。座席には出席番号と氏名を記入しておき、「A」とされる生徒に○をつけた。

グループでの話し合いの中で、他の生徒の話を聞きながら、自分との比較をしていることが、後の学習プリントの感想の中からも見とれた。(例：いろいろな適応機制があって…みんな違うことに気がついた。みんなの機制を聞けて良かった。)

定期考査の問題では、適応機制を自分の具体的な行動をとおして書かせることで、自分自身の生活を振り返り答える問題を作成した。知識・理解を問う問題だけでなく、思考・判断も見とれる問題にした。

座席シート

授業を終えて

高校生に授業の中で寸劇ができるのだろうか？と少しの不安を持って授業に臨んだ。しかし、恥ずかしそうではあったが、1年生らしく表現することができたと思っている。

学習プリントを使い授業の中で講義形式で適応機製の例を挙げ短時間で要点を説明し、寸劇の作成と発表および班での話し合いの時間を多くとった。時間を多くとることによって班の中でのいろいろな意見があることにも気がつくことができた。指導者は生徒の間を回り、努力を要する生徒への手だてを行う時間もとることができた。

シナリオを作成する際には、全員にシナリオの用紙を配布し全員で考えながら記入させた。このことにより全員でシナリオを作成しているという意識にさせることができた。しかし、適応機製の説明のプリントを参考にする班があり、独創的なシナリオはあまりなかった。どの班も適応機製の特徴的な部分を寸劇として表すことができた。なかには配布した学習プリントをテスト用紙として寸劇の中で小道具として使い、よりわかりやすく友達に伝えようとしたグループもあった。

寸劇の上演の際には仲間がどんな寸劇を行うのか？興味津々のところがあり真剣に見ることができたため、どの適応機製なのかを正確に答えることができた。

適応機製をしっかりと理解した上で、日常生活を振り返らせ、自分がよく使う適応機製を考えさせた。それぞれのプラス面とマイナス面を書かせることで自分自身を振り返ることができた。又プラス面とマイナス面を班の中で出し合うことによって、友達との違いに気づくこともできた。

この授業を始める前に授業のねらいの明確化とねらいに沿った評価の実施を考えた。また適応機製を寸劇で行い、理解を深めさせ評価もできる授業を目指した。十分ではないが、それらを達成できたように感じている。それは生徒の感想からも伺える。

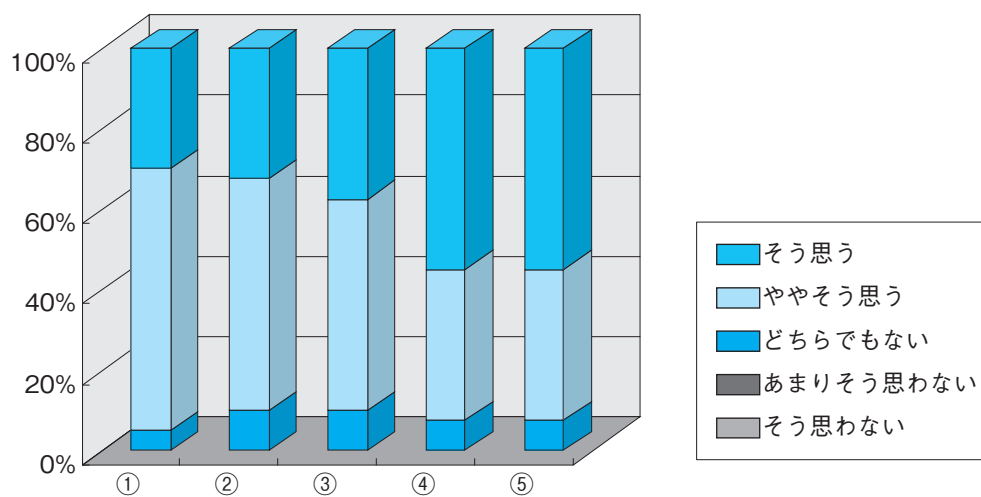
生徒の感想

- 適応機製劇場がおもしろかった。劇でやるとその機製がどんな行動なのかわかりやすい。
- 自分達は色々な欲求とそれを抑える適応機製とでうまく生きていると思った。気づかないうちにしていた。
- 結構自分で意識しなくても普段物に当たってうまくごまかしているなーと思った。
- 自分が普段無意識にしていることがいっぱいあってびっくりした。
- いろいろな適応機製があって・・・みんな違うことに気がついた。
- これから自分の欲求が出てきたときに自分はどんな行動をとるのか観察してみようと思った。
- 日常生活の中で色々な適応機製を使っていることが分かった。みんなの劇を見て「あー、よくあるなー」と思った。

今回の授業を終えて、今までの講義形式だけではなく、生徒が考え、生徒自身が表現する授業をこれからも模索したいと考えている。

授業終了後のアンケート

	そう思う	ややそう思う	どちらでもない	あまりそう思わない	そう思わない
①楽しい授業でしたか。	12	26	2	0	0
②ためになる授業でしたか。	13	23	4	0	0
③寸劇を見てよくあるなーと思いましたか。	15	21	4	0	0
④寸劇でやるとその機制がどんな行動なのかわかりやすかったですか。	22	15	3	0	0
⑤寸劇を見て自分の適応機制が振り返りやすかったですか。	22	15	3	0	0



NO.1

保健学習プリント

1 年 組 番 名前

適応機制

- ①逃 避：解決困難な現実から一時的に逃げる。
 ②合理化：もっともらしく理屈をつけて正当化する。
 ③攻 撃：直接攻撃を加えたり関係のない対象に攻撃したりして自分自身に攻撃する。
 ④同一化：憧れているとか尊敬している人のまねをすることによって自分の価値を高める。
 ⑤補 償：自分の不得意な面を他の面で補おうとする。
 ⑥昇 華：実現不可能な欲求や性的な欲求を芸術・スポーツ学問などに打ち込むことで満足を得ようとする。
 ⑦抑 圧：欲求を心の中に押さえ込んでしまう。
 ⑧退 行：発達の未熟な段階に後戻りする。

1 年〇組適応機制劇場

	演 目	根 拠 (どこをみてそう思いましたか)
1 班		
2 班		
3 班		
4 班		
5 班		
6 班		

日常生活の中で多く使っていた機制は

プラス面

マイナス面

今日の授業を振り返って

NO.2

適応機制の種類

- ①逃 避：直面している辛いことや苦しい現実から一時的に逃げる。
 - *宿題をやっていなくて、先生に注意されるのがいやなので、学校を休む。
 - *体育大会のリレーでアンカーを務めるのがどうしてもいやで、捻挫をしたといって替わってもらった。
- ②合理化：他人やもののせいにしたり、もっともらしい理由をつけて自分を正当化する。
 - *テニスで打ったボールが変な方向へ飛んでいったことをラケットのガットのせいにする。
 - *遅刻したのは母が起こしてくれなかったからという理由にする。
 - *サッカーの試合で負けたのは、審判がしっかりした判定をしなかったせいにする。
- ③攻 撃：他人やものを傷つけたり、規則を破ったりして、自分自身に攻撃する。
 - *彼女に振られてしまったので、むしゃくしゃしたので部屋の壁を蹴ったり、ものを投げつけたりする。
 - *どうしてもテレビゲームがうまくできないことに腹を立て、コントローラーを投げる。
 - *自分の意見は正しいと思うが、先輩には逆らえなくて妥協してしまい、ムカムカして壁などに八つ当たりをする。
- ④同一化：有名な人などのスタイルや振る舞いをまねることで自分の価値を高める。
 - *僕は、全日本のユニフォームを着て代表選手になったつもりでサッカーの練習をする。
 - *有名選手のヘアースタイルをまねてその気になる。
- ⑤補 償：自分の不得意な面を他の面で補おうとする。
 - *勉強の苦手な生徒がスポーツで自分の特性を磨き、学校の人気者になる。
 - *サッカーは苦手なので、剣道で頑張る。
 - *文系科目がダメなので、理系科目で頑張る。
- ⑥昇 華：実現不可能な欲求や性的な欲求を芸術やスポーツ、学問などに打ち込むことで満足を得ようとする。
 - *好きな人に抱きつきたいという欲求を、野球に打ち込むことに向ける。
 - *大リーガーになりたかった人が…動作解析の勉強に打ち込みナショナルチームのスタッフになる。
 - *我が子を失ったことから児童教育に打ち込み、有名になる。
- ⑦抑 圧：すぐに実現困難な欲求や苦痛な体験を心の中に押さえ込んでしまう。
 - *今すぐに旅行に行きたい、でも授業があるので我慢する。
 - *好きな人のことを、本当は好きではなかったんだと自分を思いこませて忘れようとする。
 - *ダイヤの指輪が欲しいのだが、お金がないのでじっと我慢する。
- ⑧退 行：精神年齢の低い状態に後戻りして自分を守ろうとする。
 - *CDを買ってほしいが母親にダメだと言われ、赤ん坊のようにじだんだを踏む。
 - *花瓶を壊してしまい、しかられると思ったので何もいわないで泣いている。

定期テスト問題

○あなたが日常生活の中で多く使っていると思われる適応機種の種類を書き出してください。その適応機種の説明し又その適応機種の多く使うことでのプラス面とマイナス面を書き出してください。

a 適応機種の種類

(1点)

(2点)

b 適応機種の説明

c プラス面とマイナス面

(4点)

定期テスト問題 解答

○あなたが日常生活の中で多く使っていると思われる適応機種の種類を書き出してください。その適応機種の説明し又その適応機種の多く使うことでのプラス面・マイナス面を書き出してください。

a 適応機種の種類

退行・同一化・合理化・逃避・抑圧・攻撃

b 適応機種の説明

保健学習プリントの NO.2 を参考にする

c プラス面とマイナス面

解答例

- ・私は、適応機種の中の「合理化」をよく使います。「合理化」を使うことで、その場はなんとか逃れることができますが、いいわけを多くするようになって、時々自分が嫌になることがあります。
- ・攻撃機種を使います。学校で嫌なことがあると妹にあたります。そのときは結構すっきりするけど後で妹に悪いなと反省します。

2 保健医療制度および地域の保健・医療機関—地域の保健医療機関の活用

1 単元名

(2) 生涯を通じる健康

イ 保健・医療制度と地域の保健・医療機関の活用

(イ) 地域の保健・医療機関の活用

2 授業にあたって（授業見所ガイド）

授業タイトル 『保健医療制度・機関を活用するための思考・判断の力を育てる』

① 知識を伝達することのみの授業からの脱却を試みたこと

今までの授業を振り返ると、保健医療制度・機関の区別などを一方的に説明するような展開例を主としていた。例えば、教科書を解説しながら、保健所と保健センターの設置機関や医療保険の仕組み、病床数などから区別する病院と診療所の違いなどの理解をさせてきた。そのような展開は、知識を伝達することのみの授業だったといえる。

② “活用”を重視したこと

保健医療にかかわる仕組みを生徒が知ることはもちろん大事だが、それで終えて良いのか、改めて“本単元で求められる知識とは何か？”を見つめてみた。その結果、“活用”ということばに着目し、生徒は実際におとずれる保健医療制度・機関を活用する場面で生きて働く知識を身に付けねばならないと考えた。

③ 保健医療制度・機関の活用のために思考・判断の力を育成しようとしたこと

特に本時の授業計画にあたっては、医療機関の活用にあたり、病院を選ぶ場面と医師にかかる場面の2つをとりあげ、自分自身にあった病院の選び方や医師へのかかり方の重要性に気づかせることをねらいとした。その気づきの実現によって思考・判断の力が育てられると考えた。

④ 自分にあった保健医療制度・機関の活用ができるようにしようとしたこと

今後、自分や家族などが病気や怪我などに直面したときに、保健医療制度・機関を適切に利用し、自分自身にあった病院の選び方や医師へのかかり方ができること、そのための資質や能力を育てることが重要であると考えた。

＜主体的な学びをうながす授業を目指して＞

＊生徒が考える時間を多く設定する。

授業のなかで生徒それぞれが意見を出したり考えたりする時間をできるだけ多く設けることで、興味関心を高めたい。病気や怪我は他人事ではなく自らにとって大切な課題として学習させたい。

＊友達の意見を聞いたり、グループごとに発表しあう時間を設定する。

友達の経験談や提案などに耳を傾けることで、知識・理解や思考・判断する力をお互いに広げ合っていくような学習をさせたい。

＊机間指導の時間を設定する。

生徒の理解度や活動の進度はさまざまであり、生徒の一部が発問内容や活動内容などをすぐ

に解釈できないことがしばしばある。机間指導を通して、学習している生徒に歩み寄り、理解の度合いや活動の進捗を確認しながら授業を進めたい。一人でも多くの生徒が、興味や関心を示し、意欲的に取り組む学習をさせたい。

＊今後の医療の活用についてレポートをまとめる時間を設定する。

保健医療制度・機関の活用について、生徒が要点を確認できたり新たな気づきができたりすることを重視したい。よって、授業の最後に生徒それぞれに今後の保健医療制度・機関の活用について書き出す時間を設けた。

3 本時の目標

- 医療機関と医療サービスの活用について関心をもち、仲間の意見や考えを聞き、話し合いに参加しようとする。(関心・意欲・態度)
- 病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理することができる。(思考・判断)
- 現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方についての原則を書き出すことができる。(知識・理解)

4 評価規準と生徒の姿

○ 評価規準（おおむね満足できる状況（B）と判断できる生徒の姿の具体的な例）

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
おおむね満足できる状況	医療機関と医療サービスの活用について関心をもち、仲間の意見や考えを聞き、話し合いに参加しようとしている。	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理している。	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について書き出している。

○ 「十分満足できる」状況を実現していると判断した生徒の姿の具体的な例

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
十分満足できる状況	医療機関と医療サービスの活用についての話し合いに、メモをとったりするなど、自ら進んで取り組もうとしている。	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を幅広い視点から整理している。	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について具体例をあげて説明している。

○ 「努力を要する」状況と判断した生徒の姿の具体的な例

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
努力を要する状況	医療機関と医療サービスの活用についての話し合いに参加しようとし、聞いているだけにとどまっている。	病院の選び方と医師のかかり方について分析できず、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理することができない状態にとどまっている。	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について示すことができない状態にとどまっている。

5 展開例

T：教師の支援 S：生徒の反応 G：グループ作業

時間	学習活動と教師の支援
導入 3分 (3)	T：今日の授業はグループで考えていく授業です。以前やったように、5～6人で机を寄せ合ってグループをつくってください。 T：各グループで自分の誕生日を伝え合ってください。誕生日が今日から最も近い人に進行係を務めてもらいます。 ◆アドバイス◆ 本授業は知識を伝達する授業ではなく、自分自身の病院の選び方や医師へのかかり方を考える授業である。したがって、自分の知識や意見を出して仲間と交流することが重要であり、グループ活動を活用するのはよいアイデアである。 授業の最初の課題は、グループ活動に入りやすいように意見の出しやすい課題から入っている。 T：では、グループの進行係は、教卓までふせんを取りに来てください。
展開 ①	T：今日は、黒板に書いた題材『地域の保健・医療機関の活用』について学習します。 T：まず、心身ともに健康であることが一番ですが、病気や怪我に直面してしまった場合の医療にかかわる質問です。 発問1 自分が医療にかかることになったとしたら、かかりやすいだろうな、または選びやすいだろうなと思う病院の基準はどんなことがあげられるだろうか。
書き出す 7分 (10)	◆ねらい 個人の価値観に応じて、病院の選び方が多数あることに気づかせる。 T：手元のふせんを利用して、かかりやすいまたは選びやすい病院の基準を、一人一人思いつくままに書き出してみましょう。 書き方は、ふせん1枚につき1つの基準を書いてください。 そして、ふせんにできるだけ大きな字で書くようにしてください。 では、時間制限を設けます。7分とします。 ◆アドバイス◆ いよいよ自分の受けるべき医療について考えさせる課題である。ここでは、学習への動機づけが重要である。例えば「自分や家族が病気になったと考えてみよう。そこでどの病院に行くかが運命の分かれ目かもしれないんだよ。」などと言って、課題の重要性を認識させるなどの工夫が可能であろう。

S 1 : えっ？ どういうこと？ 何を書けばいいの？

T : 病気や怪我をしたら、どんな基準で病院を選んでいくかな。それを書き出して。

◆アドバイス◆

教師は自分の発問だからわかりきったことと考えがちだが、生徒がはっきりと認識できていない場合もある。黒板等に発問を貼ればそれを防げるし、その後のディスカッションも軸がぶれずに進められるであろう。



← 黒板の示した内容
医療施設例やブレインストーミングの注意等

S 2 : 病院とか診療所に滅多に行かないからわからないよ…。

T : そっかあ、では、もし今後行くことになったらどんな病院が理想かなあ？

S 3 : 近い、とかでもいいの。

T : もちろんいいよ。

T : みんなが書き出すことに不正解はありません。友達と同じ意見でもかまわないよ。思いつくままにどんどん書き出してください。

(生徒が書き出している間に、模造紙を配っておく。)

T : そろそろいいかな？ たくさん書き出せたようですね。

T : では、進行係さん、配られた模造紙を広げてください。他の人は自分が書いたふせんをその模造紙にすべて貼ってください。

《生徒が書き出した基準の例》

待ち時間が短い、近い、見た目がきれいで衛生的、先生が優しい、腕が良い、最先端の技術、信頼できる、料金が安い、一度行ったことがある、設備が整っている、医療ミスをしたことがない、患者がたくさんいる、休日もやっている、相談しやすい、注射が上手い、薬がいっぱい出ない、いろいろなことを教えてくれる、有名である、混まない 等

分類
整理
する
10分
(20)

T : では、出てきたふせんをみて、同じような観点をもつ仲間同士でまとめてみてください。まとめた仲間を線で囲い、そのまともにタイトルをつけてほしいと思います。

T : まとめている途中で、新たに思いついた基準があれば付け足してもかまいません。また、仲間になんとも入れられない基準は、少数意見として貴重ですので、そのまま残しておいてください。

(しばらく待つ)

T：6班の活動がはやいようですね。ちょっとみんなに途中経過を紹介させてください。
(6班の模造紙を、他の班全員に披露する。)



◆アドバイス◆

グループワークの場合、グループ間での交流が少なくなりがちである。ここでの教師の活動のように、良いグループの活動を他のグループに紹介することは、交流の機会を保证するだけでなく、生徒の良い活動に対するポジティブなフィードバックとしても機能するので望ましい。

(机間指導をしながら学習プリントを配布する。)

T：どの班もタイトルはつけられたようですね。

《グループごとに書き出したタイトルの例》

- 1班 (規模・人柄・設備・距離・評判・テクニック・清潔・営業時間が長い)
- 2班 (知名度・患者の多さ・先生・距離・見ため・待ち時間・大きさ・親戚・小さいときから行っている)
- 3班 (設備・料金・距離・注射・信用・清潔・時間・技術・混まない)
- 4班 (近い・病院の中の様子・駐車場・安い・時間・先生)
- 5班 (医師について・専門・有名・話しやすい・かかりつけ・設備・近い・料金・ミスがない・大きさ・知人が行ったことがある・一度行ったことがある・雰囲気・薬・患者がたくさんいる・時間)
- 6班 (お金・絆・先生・時間・距離・見ため・テクニック・最先端)



【評価1：関心・意欲・態度】

ね ら い	医療機関と医療サービスの活用について関心を持ち、仲間の意見や考えを聞き、話し合いに参加しようとする。	
評 価 方 法	評価簿を用意し、各グループをまわりながら話し合いによく参加している生徒と参加していない生徒の様子を先に評価し、次に全体を見て評価する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	医療機関と医療サービスの活用についての話し合いに、メモをとったりするなど、自ら進んで取り組もうとしている。
	おおむね満足できる状況 (評価規準)	医療機関と医療サービスの活用について関心を持ち、仲間の意見や考えを聞き、話し合いに参加しようとしている。
	努力を要する状況	医療機関と医療サービスの活用についての話し合いに参加しようとせず、聞いているだけにとどまっている。
教師の支援	医療機関と医療サービスの活用について、病院を選ぶ条件を自らの受診体験や理想像を挙げるよう指示する。また仲間の意見に耳を傾け、考えるよう働きかける。	

書き
出す
3分
(23)

T：ここからは、各自の作業になります。学習プリントの【書きだそう1】を始めましょう。
みんなが書き出したタイトルというのは、どうやら病院を選ぶ上での大きな条件ということがいえそうですね。たくさんタイトルがあげられました。よって、病院を選ぶ条件とはいろいろで人によって違うということがわかりましたね。

展開
②

T：では、ここで次の質問です。

発問2 みんなの班から出てきた病院を選ぶ条件がすべてそろっている病院って身近にある？また、条件がすべてそろっている必要ってあるのかな？

◆ねらい

個人の健康課題や価値観に合わせた病院の選び方があることに気づかせる。

書き
出す
7分
(30)

T：学習プリントの【書きだそう2】を見てください。
健康面に問題をかかえた2つの状況があります。この状況に自分を当てはめた場合、病院を選ぶ際にどの基準を優先していくのか考え、【書きだそう1】のタイトルから抜き出してみてください。

(しばらく待つ)

T：書き出せましたか。2つの健康状況に選んだタイトルは違いますか？

T：学習プリントの右上【書きだそう3】を見てください。

それでは、なぜそのタイトルを選んだのか、理由を書き出してください。

(しばらく待つ)

発表
する
聞く
5分
(35)

T：せっかく理由を書き出してもらったので、どこかの班に発表してもらおうと思います。
だれか発表してくれる人はいますか。
活動のはやかったグループの6班にお願いしようと思います。進行係さん発表をお願いします。

《6班の進行係の発表例》

状況設定1では、体がだるいだけなので、近くの病院で診てもらうのが一番楽だと思うから「距離」を第一条件に、状況設定2では、近くの病院に行っても治らないかもしれないので、最先端のしっかりしたところで診てもらった方が良かったから第一条件に「最先端」を選びました。

G4：先生僕らの班も発表します。

T：それでは、4班の進行係さん発表をお願いします。

《4班の進行係の発表例》

状況設定1では、風邪くらいのものであればいつも行っている近くのところ
でよいので「近い」を第一条件に、状況設定2では、胃ガンとなると早期
発見の方が良いためなるべく知識がある先生（医師）がよいので第一条件
に「先生」を選びました。

T：発表ありがとうございました。人によって、いろいろな選び方があるようですね。

◆アドバイス◆

ここで、一般的な話から、自分自身の話、別な言い方をすれば、自分自身の価値観や健康問題を明確にして選択するという新しい課題に入る。その意味で、しっかりと「全部そろえる必要はない」「状況によって選択は異なる」「人によって大事なものは違う」ということを具体的な例などを出しながら押さえたいところである。



4班の進行係が発表している様子 →

← 6班の進行係が発表している様子



【評価2：思考・判断】

ね ら い	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理することができる。	
評 価 方 法	学習プリントで授業後に評価する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を幅広い視点から整理している。
	おおむね満足できる状況 (評価規準)	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理している。
	努力を要する状況	病院の選び方と医師のかかり方について分析できず、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理することができない状態にとどまっている。
教師の支援	医療機関と医療サービスの活用について、生徒それぞれが自分にあった医療の受け方を分析したり、考え導いているか学習プリント返却の際にコメントする。	

展開
③
調査
4分
(39)

T：では、ここで教科書を机に出して、83ページを開いてください。(しばらく待つ)

T：83ページの表1をみると、医者のかかり方が示されています※1。
10項目のかかり方があげられていますが、鉛筆を持って、自分がやったことがあるか
かり方をチェックしてみてください。

※1 医者のかかり方

- ① 伝えたいことはメモして準備
- ② 対話の始まりはあいさつから
- ③ よりよい関係づくりはあなたにも責任が
- ④ 自覚症状と病歴はあなたの伝える情報
- ⑤ これからの見とおしを聞きましょう
- ⑥ その後の変化も伝える努力を
- ⑦ 大事なことはメモをとって確認
- ⑧ 納得できないときは何度でも質問を
- ⑨ 治療効果を上げるために、お互いに理解が必要
- ⑩ よく相談して治療方法を決めましょう

T：5コ以上の経験がある生徒は手を挙げてください。

S：(何人か挙手。)

T：ひとつも経験がない生徒は？

S：(挙手した生徒はゼロ。)

説明
6分
(45)

T：医療を活用するに当たり，病院の選び方が大切であるとともに，医師のかかり方にも大切なことがあります。

例えば，病院で受診する場合は，まず自分の健康状態を把握していることが大切です。そして，受けるサービスが適切であるのか医師から直接必要な情報を引き出したり，患者の立場からの希望や要求を明確に伝えることも大切です。

かつては，患者は意見や要望をいっさい口にできず，治療のすべてを医師に任せてしまうというような医師と患者の関係があったようです。しかし，最近では医師からも患者に対して必要な情報を伝えたり，患者の同意を得たうえで治療をすすめていくようになってきています。これは，インフォームド・コンセントといわれます。

T：また，突然ガンを宣告されたとします。自分は本当にガンなのか不安を感じますよね。そのような場合には，別の医師や専門家に意見を聞くことが認められるようになっていきます。これは，セカンド・オピニオンと呼ばれます。安心して治療を受けたり誤診を防ぐためにも効果的です。

T：さらに，患者側の請求により，カルテ開示など医療情報の開示に対応できるようになりつつあります。

まとめ
5分
(50)

T：学習プリントの【書きだそう4】を見てください。まとめに入ります。

T：今日の活動を振り返り，今後どのようにしたら自分が医療を上手に活用していけるのか考えたり，実践しようと思うことを自由にまとめてみましょう。

《生徒が書き出したまとめの例》

- S1：医師のかかり方で，自分が実際にしていることがひとつしかなかった。だから今後はすべてやっていると言えるようにお医者さんにかかっていきたい。自分の体なので，知っておくことが大切だと思った。
- S2：今では家から一番近いところをかかりつけ医としていたけど，実際に条件を挙げてみると，近いだけではなくて，その時の症状によって医師を選んだ方がよいことがわかった。
- S3：わからないことは何回も聞こうと思った。先生の話聞いて，自分でもしっかりと考えようと思う。場合によってはセカンド・オピニオンを受けることもあると思うので，今日習ったところをしっかりと覚えておこうと思う。

◆アドバイス◆

自由にまとめさせるのも一つのやり方だが，学習のねらいに添って，例えば，医療機関の選び方はこれまでと変わるか，変わるならどう変わるのかなどとまとめる手もあるだろう。講義形式に比べて，どうしてもポイントが甘くなりやすいからである。

T：だいたい書けましたか。

学習プリントを集めますので、進行係さんはまとめて提出してください。

学習プリントは後日返却しますので、インフォームド・コンセント、セカンド・オピニオン、医療の情報開示について、次回の定期テストまでに各自まとめておいてください。

では、今日はこれで終わります。



【評価3：知識・理解】

ね ら い	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方についての原則を書き出すことができる。	
評 価 方 法	授業後のテストにより評価する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について具体例をあげて説明している。
	おおむね満足できる状況 (評価規準)	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について書き出している。
	努力を要する状況	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について示すことができない状態にとどまっている。
教師の支援	医療の受け方について具体的に説明でき、一般化できている生徒の答えをプリント返却の際にクラス全員に紹介する。	

6 評価について

この実践例においては、単にテストによる一面的な評価にとどまらないよう、授業内での生徒の活動や学習プリントをもとに多面的に見取るようにした。

「関心・意欲・態度」は、生徒の活動時間を多く設定したために、教師が教室内を見て回る時間が確保され、生徒の一人一人の学びの姿勢や他の生徒とのかかわりの様子を「広く・深く」観察することが可能となった。そこでは、特に「努力を要する生徒」に対する具体的な支援も実現できた。例えば、質問や活動の内容について、個別にわかりやすい表現に変えたりして伝えることで、意欲を高められた。

「思考・判断」は、授業で使用した学習プリントで評価し、「知識・理解」は、授業後に実施された定期試験で評価した。

また、各評価項目の実現状況については十分できる状況にある生徒をA、おおむね満足できる状況にある生徒をB、努力を要する状況にある生徒をCとして3段階で評価した。

【評価1：関心・意欲・態度】

ね ら い	医療機関と医療サービスの活用について関心を持ち、仲間の意見や考えを聞き、話し合いに参加しようとする。		
評 価 方 法	評価簿を用意し、各グループをまわりながら話し合いによく参加している生徒と参加していない生徒の様子を先に評価し、次に全体を見て評価する。		
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	医療機関と医療サービスの活用についての話し合いにメモをとったりするなど、自ら進んで取り組もうとしている。	5人
	おおむね満足できる状況 (評価規準)	医療機関と医療サービスの活用について関心を持ち、仲間の意見や考えを聞き、話し合いに参加しようとしている。	32人
	努力を要する状況	医療機関と医療サービスの活用についての話し合いに参加しようとせず、聞いているだけにとどまっている。	2人
教師の支援	医療機関と医療サービスの活用について、病院を選ぶ条件を自らの受診体験や理想像を挙げるよう指示する。また仲間の意見に耳を傾けるよう考えるよう働きかける。		

活動に取り組む姿勢を観察した評価1（関心・意欲・態度）の結果である。

1. グループ活動に対する興味関心を示す生徒が多かった。
2. 全体的に活発に話し合いに参加している様子が見られた。
(ふせんを利用した活動では、全体的に意見が出ていた。)
3. 書き出す量が他の生徒に比べて多かったり、こちらからの指示に対する反応が早くグループ活動の進行に積極的だった生徒5名を評価Aとした。
4. 書き出す活動に時間を要し（とりかかりが遅い）、活動に直結しない私語をしたりして、話し合いに対しても聞いているだけにとどまっている生徒2名をCとした。
5. 努力を要する状況にある生徒（評価Cとした生徒）への支援は、個別にことばがけをし（例えば、「これまでに行った病院ことを思い出して、病院を選ぶ条件を考えてみて。）」、活動への参加を促した。
6. 5の結果、Cをつけた2名の生徒は、発問の内容を理解したり、周囲の友人たちの取り組みに合わせるようにグループ活動に加わっていった。

★授業後の検討会であげられた改善点★

1. グループ活動では、一部の生徒だけの活動を避けるために机をきちんとつけさせる方が良かった。
2. グループの全員が集中するために、ふせんを貼る模造紙を小さくしても良かった。
(模造紙がやや大きすぎて、ふせんが散らばり見づらかった。)
3. 2～3人での話し合いにしても広がりが出たのではないか。(1グループ6～7人で活動した。)
4. 場所の工夫によってさらに活動しやすくなり、和気藹々とした雰囲気の中で活動できるのではないか。
(例えば、家庭科室や理科室などの大テーブルの設置された教室を利用する。)

【評価2：思考・判断】

ね ら い	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理することができる。		
評 価 方 法	学習プリントで授業後に評価する。		
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を幅広い視点から整理している。	7人
	おおむね満足できる状況(評価規準)	病院の選び方と医師のかかり方についての分析から、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理している。	29人
	努力を要する状況	病院の選び方と医師のかかり方について分析できず、自らの価値観に応じた医療の受け方を整理することができない状態にとどまっている。	3人
教師の支援	医療機関と医療サービスの活用について、生徒それぞれが自分にあった医療の受け方を分析したり、考え導いているか学習プリント返却の際にコメントする。		

学習プリントに書き出した内容を採点した評価2（思考・判断）の結果である。

1. 学習プリントは、ほとんどの生徒が全ての課題を記述できていた。
2. 病院の選び方、医師のかかり方をもとに、自分にあった医療の受け方を比較的多くの生徒が詳しく書き出すことができていた。【書き出そう4】
3. 自らの健康課題や価値観によって病院や医師を選択していく必要性、前向きに地域の病院や医師について調べようとする気持ち、自らの状況に応じて現在の医療現場ですすめられているセカンド・オピニオンなどを活用しようとする姿勢などを詳しく書き出している生徒6名を評価Aとした。

《評価Aをつけた生徒の記述例》

- A1. 自分の状況や気持ちによって、病院に求めることの優先順位が変わってくる。昔と違って今は、患者の意志を尊重できるようになりつつあるので、わからないことは、どんどん医師に聞いたりしていこうと自分でも思った。
- A2. わからないことは何回も聞こうと思った。先生の話聞いて自分でもしっかり考えようと思う。場合によっては、セカンド・オピニオンを受けることもあると思うので、今日習ったところをしっかりと覚えておこうと思う。
- A3. 病院を選ぶのに、状況によって条件を変えるなんて、無意識だった。たくさんの条件があるから、自分の家のまわりの医師をたくさん知ることが大事だと思う。いろいろな医師を、その時にあった条件でちゃんと選びたい。
4. 医療の受け方について自分なりの分析結果を書き出せず、具体的な医療の活用の仕方についての記述に乏しい生徒3名を評価Cとした。

《評価Cをつけた生徒の記述例》

- C1. これから、医師にかかることになったら、今日授業でやったことを少しでも生かして良いなと思った。
- C2. 病院を選ぶ理由がいろいろあって、今後自分も活用したいな～と思う意見もありととてもためになった。
- C3. かかりつけ医に診てもらう場合と一般…
5. 努力を要する状況にある生徒（評価Cとした生徒）への支援は、学習プリントを返却した際に、評価Aの生徒の記述内容を紹介したりして、後日具体的な医療の活用の仕方をまとめてくるよう再提出を指示した。

【評価3：知識・理解】

ね ら い	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方についての原則を書き出すことができる。		
評 価 方 法	授業後のテストにより評価する。		
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について具体例をあげて説明している。	6人
	おおむね満足できる状況（評価規準）	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について書き出している。	28人
	努力を要する状況	現代の医療現場で進められるサービスや医療の受け方について示すことができない状態にとどまっている。	5人
教師の支援	医療の受け方について具体的に説明でき、一般化できている生徒の答えをプリント返却の際にクラス全員に紹介する。		

授業後にプリントによるテストを実施した評価3（知識・理解）の結果である。

ここでは、本単元の内容について定期試験で出題した。試験は、予め模範解答例を作成し採点した。

1. 8点満点中、全問正解した生徒6名を評価Aとした。
2. 8点満点中、得点7～4点の生徒28名を評価Bとした。
3. 8点満点中、得点3～1点の生徒5名を評価Cとした。得点0点の生徒は無であった。
4. 現在の医療現場ですすすめられているインフォームド・コンセント、セカンド・オピニオン、カルテの開示については、文章を読みその名称を答える形式だったため、比較的正解率が高かった。

（問題番号【15】【16】【17】について。配点各2点。）

5. 病院にかかる場合の注意点については、医師から必要な情報を引き出したり、複数の医師の診断を受けるなど患者の主体的な行動が記述されている場合には満点、自らの健康課題に合わせた病院の選び方のみの記述については1点減点とした。

（問題番号【20】について。配点2点。）

《実際の生徒の記述例》

満点：まずは信用のおけるかかりつけ医に相談し、紹介があれば、その病院で自分の状態を伝え、また複数の専門家の意見も聞く。

減点：軽い症状のけがや病気であれば近いところが良いし、重い症状のけがや病気は専門的な大きな病院に診てもらう。

7 授業を終えて－授業者の総括

「この授業は知識を伝達するのみの講義ではない。」そんな思いで、授業実践した。

病気や怪我はいつでも、だれにでも起こり得る。授業を受けている生徒たちに、他人事ではなく自らが直面しうる課題としてどうとらえさせるか、そこには知識を伝達するだけにとどまる講義形式ではなく、生徒一人一人が活動する授業の必要性を感じた。

活動には、自分自身の意見を出す時間、グループで意見を交換し合う時間、他のグループの意見を聞く時間、自身の考えをまとめる時間などさまざまな活動を取り入れた。その結果、知識を伝達するのみの講義形式の授業のときよりも、明らかにクラス全体的に活気が生まれ、学習意欲が高まった様子が見られた。その様子は、授業後に生徒が書いた感想からも伺える。

《生徒が書いた授業後の感想の具体例》

S 1：みんなが意見を言えて、みんなで授業をしているので楽しい。

S 2：自分の意見をたくさんグループの人たちに話すことができたので、楽しい活動をする事ができた。

S 3：保健の授業では、たまに寝てしまったり、しゃべってしまったときもあったけれど、グループ学習の時などは意欲的にできていたと思う。

また、生徒が活動している時間を多く設定したことで教師側にゆとりが生まれ、こちらが予定した机間指導を充実させることが実現できた。これにより、学習活動が停滞している生徒に対しては個別に歩み寄り、ことばがけなどからの動機づけが可能となった。

そして、活動を通して学ぶ内容は、『保健医療制度・機関を活用するための思考・判断の力を育てる』とタイトルづけし、自分が医療についてどう選ぶか・どうかかるかを考えることとした。

病院を選ぶ基準を考える活動では、ブレインストーミングを実施したが、たくさんの基準を一人一人がふせん紙に書き出していた。それによって、次の活動のカテゴリー分類も充実させることができた。どの班からも10個前後の分類（タイトルづけ）ができ、そのなかでも「絆」といったようにこちらが予想した以上に興味深いタイトルが生み出されて正直驚いた。

健康課題に合わせた病院の選び方を考える活動では、ケーススタディを実施したが、複数のタイトルづけされた分類（病院を選ぶ条件）が出てきたことが生かされ、生徒はそれぞれの価値観で選択できていたようだ。

そして、最終的に授業を通して、今後の医療機関の活用に向けた自由記述では、2割弱の生徒が幅広い視点から記述でき、7割程度の生徒が自分なりの分析ができていた。特に、評価Aとなった生徒の中で、「自分の体の症状によって行く病院が違ってくると思う。なので行く病院はじっくり決めたい。また、医師と私たちの間でも何でも話せるように心の距離を縮められるようにしたい。」と記述した内容には感心した。

このような生徒の記述内容から、本授業を総括するにあたり、医療は“医師と患者の共同作業”という表現が可能ではないかと授業後の検討会において示唆された。私自身、生徒に気づかされ、学びの多い授業となった。

保健学習プリント

(医療機関と医療サービスの活用)

2年 組 番 氏名

【書きだそう1】

各グループで出た病院を選ぶ基準のタイトル（○で囲んだタイトル）をすべて書き出そう！

【書きだそう2】

あなたはいま以下の2つの健康課題に直面しているとします。この場合の病院を選ぶ基準として、あなたならばどれを選びますか？優先する3つの条件（タイトル）を書き出してみてください。

状況設定1 ちょっとのどが痛くて、なんだか体がだるいんです。風邪かなあ…??

第1条件

第3条件

第2条件

状況設定2 ここのところずっと胃の調子が悪くって…。いつも行く医者はストレスだっとうだけで…夏バテかなあ？もしかしたら、わたしは胃ガンなんじゃないの??

第1条件

第3条件

第2条件

【書きだそう3】

状況設定1と2で、なぜあなたはその条件（基準）を選んだのか理由を述べてください。

理由…

【書きだそう4】

今日の活動を振り返り、今後の自身の医療機関の活用について、考えたことや実践しようと思うことを自由にまとめてみましょう。

***** まとめておこう！！ *****

★インフォームド・コンセントとは…

★セカンド・オピニオンとは…

★医療情報の開示とは…

保健テスト問題

～医療機関と医療サービスの活用～

次の文章を読み、下の問に答えなさい。

（【15～19】は、実際に実施した定期考査内の問題の通し番号）

最近では、医師の側からも、A. 患者にたいして積極的に必要な情報を伝え、同意を得たうえで治療にあたるようになってきています。

医師の診断に不安や疑いをもった状態で治療を受けていても、その効果はあがりません。診察の段階で、B. 複数の専門家の意見を聞くことは、安心して治療を受けたり誤診を防ぐためにも必要なことです。

また近年では、わが国でも、C. 医師が作成する患者の診療記録の開示を求める声が強まっており、多くの医療機関では、その方法や範囲を決めて、医療情報の開示をおこなうことになりました。

【問題1】 【15】 下線部Aを何というか。

【16】 下線部Bを何というか。

【17】 下線部Cを何というか。

【問題2】 【18】 かかりつけ医の重要性（役割）を述べよ。

【問題3】 【19】 保健の授業で、病院（主な医療施設）の選び方とかかり方についてグループ学習をしました。今後、もしあなたやあなたの家族がケガや病気に直面してしまったとしたら（仮定し）、病院にかかる場合の注意点を挙げよ。

2年 組 番 氏名

保健テスト問題 解答

～医療機関と医療サービスの活用～

次の文章を読み、下の問に答えなさい。

（【15～19】は、実際に実施した定期考査内の問題の通し番号）

最近では、医師の側からも、A. 患者にたいして積極的に必要な情報を伝え、同意を得たうえで治療にあたるようになってきています。

医師の診断に不安や疑いをもった状態で治療を受けていても、その効果はあがりません。診察の段階で、B. 複数の専門家の意見を聞くことは、安心して治療を受けたり誤診を防ぐためにも必要なことです。

また近年では、わが国でも、C. 医師が作成する患者の診断記録の開示を求める声が強まっており、多くの医療機関では、その方法や範囲を決めて、医療情報の開示をおこなうことになりました。

- | | | |
|-------|------------------|-------------------|
| 【問題1】 | 【15】 下線部Aを何というか。 | 答 : インフォームド・コンセント |
| | 【16】 下線部Bを何というか。 | 答 : セカンド・オピニオン |
| | 【17】 下線部Cを何というか。 | 答 : カルテ |

- 【問題2】 【18】 かかりつけ医の重要性（役割）を述べよ。

答（例）

カゼ、高血圧など、日常よくみられる病気などを診療し、地域における個人や家庭の健康相談・健康管理の役割を担う。また、必要に応じて、他の適切な病院への紹介をおこなう。

- 【問題3】 【19】 保健の授業で、病院（主な医療施設）の選び方とかかり方についてグループ学習をしました。今後、もしあなたやあなたの家族がケガや病気に直面してしまったとしたら（仮定し）、病院にかかる場合の注意点を挙げよ。

答（例）

医療サービスが自分にとって適切であるのか医師から直接必要な情報を引き出したり、患者の立場からの希望や要求を明確に伝えること。

医師の診断に疑問や不安を感じたら、セカンド・オピニオンとして別の医師に診てもらう。

3 保健医療制度および地域の保健・医療機関－医薬品の活用

1 単元名

(2) 生涯を通じる健康

イ 保健・医療制度と地域の保健・医療機関の活用

(ウ) 医薬品の安全な活用（仮称）

2 教材について

医薬品は、諸刃の剣とよく言われる。医薬品は本来、病気の診断、治療又は予防の目的で使用される物であるが、使い方を誤れば、全く効果が期待できなかったり、逆に健康障害を引き起こしたりする危険性がある。

このことについて、中学校では、医薬品には副作用があること、医薬品の使用には指示された使用法を正しく守る必要があることなどを学習することを通して、正しく医薬品を使うための基本的な知識を身に付けることとされている。

中学校の学習内容との系統性を踏まえると高等学校では医薬品を正しく使うことだけにとどまらず、社会的側面から医薬品の安全性を理解し、より安全な医薬品の活用に向けた思考・判断の力を高めることが求められていると考えられる。具体的には、まず医薬品の販売方法や承認制度を分類・理解していく。続いて、医師の処方や薬剤師による服薬指導等が、医薬品の適切な使用に必要であること、医薬品等安全性情報報告制度などにより医薬品の安全性の管理と評価は繰り返し行われていることなどを知る。そして、このような仕組みによって、副作用の軽減や回避、未然に危険を防ぐ社会的な対策がとられていることなど社会的な視野を広げられるようにする。以上の学習を通じて、生涯にわたって健康を維持していくために、医薬品を適切に使用することの大切さを理解できるようにしていく。

3 指導目標

- 医薬品の販売方法や承認制度などについて、仲間との意見交換に進んで取り組もうとする。
(関心・意欲・態度)
- 医薬品の販売方法や承認制度を活用し、実生活における医薬品の有効利用などについて分析することができる。
(思考・判断)
- 医薬品の販売方法や承認制度などについて言ったり書き出したりすることができる。
(知識・理解)

4 評価規準と生徒の姿

- 評価規準（おおむね満足できる状況（B）と判断できる生徒の姿の具体的な例）

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
おおむね満足できる状況	医薬品の販売方法や承認制度などについて、仲間との意見交換に進んで取り組んでいる。	医薬品の販売方法や承認制度を活用し、実生活における医薬品の有効利用などについて分析している。	医薬品の販売方法や承認制度などについて言ったり書き出している。

○ 「十分満足できる」状況を実現していると判断した生徒の姿の具体的な例

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
十分満足できる状況	医薬品の販売方法や承認制度などについて、仲間との意見交換を積極的に行っている。	医薬品の販売方法や承認制度を活用し、実生活における医薬品の有効利用などについて詳しく分析したり、具体的に予想している。	医薬品の販売方法や承認制度などについて詳しく説明している。

○ 「努力を要する」状況と判断した生徒の姿の具体的な例

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
	評価1	評価2	評価3
努力を要する状況	医薬品の販売方法や承認制度などについて、仲間との意見交換に参加しようとしていない状態にとどまっている。	医薬品の販売方法や承認制度を活用の仕方が見つからず、実生活における医薬品の有効利用などについて考えることができない状態にとどまっている。	医薬品の販売方法や承認制度などについて説明できない状態にとどまっている。

5 展開例

時間	学習内容・活動	教師の支援	評価等
導入 5分	Q1 「みんなはどんな薬を買ったことがある？」 - ブレインストーミング グループから出る意見の予想 『かぜ薬A, B, C』『鼻炎薬D, E』『花粉症薬F』『サプリメントG, H, I』『歯磨き粉J, K』『胃腸薬L, M』『リップクリーム』など - いくつかの実物を見る。	生徒一人一人が意見を出しやすいような発問（医薬品の購入経験を振り返る）を通して、学習への動機づけを図る。	医薬品の販売方法や承認制度などについて、仲間との意見交換に進んで取り組もうとする。 （関心・意欲・態度） →観察とワークシート



展開
40分

Q 2 「たくさん出てきた薬を販売方法や購入の仕方から区分できないかな？」

- グループで意見交換

グループから出る意見の予想
『ドラッグストアで購入したもの』『薬局で購入したもの』『医師の診察を受けて買ったもの』『インターネットで買ったもの』など

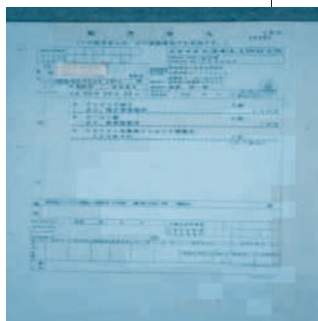
- 教師の説明を聞く

• 医師の処方せんの有無により医療用医薬品と一般用医薬品に区別されること。

- 薬の売られ方を考えることを通して、医薬品販売の背景や仕組みをつかんでいく。



- グループごとに考えた意見を引き取りながら、医師の処方せんの有無に着目し、医療用医薬品と一般用医薬品について分類及び説明をする。



医薬品の販売方法や承認制度などについて、仲間との意見交換に進んで取り組もうとする。

(関心・意欲・態度)
→観察とワークシート

Q 3 「医師の処方せんが必要な薬ってどんな意味があるんだろう？」

- グループで意見交換

グループから出る意見の予想
『効果が違う』『値段が違う』『副作用があるかないか』『危険』など

- 手軽には買えない医薬品がある意味を考えさせる。
- 医薬分業の仕組みと意図を理解させる。

- 医療用医薬品は、一般用医薬品と有効、含有成分量、主作用と副作用、などが異なること。
- 医師の処方せんや薬剤師による服薬指導等によって、医薬品が適切な使用に必要であること。



- ドラッグストアやスーパーの薬売り場でも薬剤師がいる例を紹介。

Q 4 「ここに2つの歯磨き粉があります。どちらもドラッグストアで販売されているけど一方は医薬品、もう一方は医薬部外品と書かれています。違いはなんだろう？」

- グループで意見交換

グループから出る意見の予想
『値段』『効果』『用量』など

- 一般用医薬品の中でも販売規制や承認制度などがあること。
- 医薬品と思われがちな商品（サプリメントなど）には、包装紙に成分表などが明記され、法的規制の下に販売されていること。

- 一般用医薬品にも、販売にあたっての区分などがあることを示す。

- ドラッグストアでは、医薬品の他に化粧品や飲料水、菓子類、またサプリメントなどが混在して販売されていることに着目。

- 生徒に実物を見せる。

医薬品の販売方法や承認制度を活用し、実生活における医薬品の有効利用などについて分析することができる。

(思考・判断)

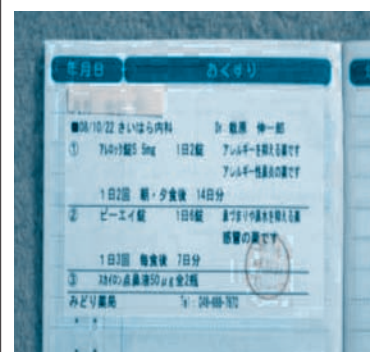
→ワークシート



Q 5 「このように医薬品はいろいろな形で私たちの身近にあるけど、安全ってどうなんだろう？」

- 医薬品の製剤販売にあたっては法的に審査されていること。
- 医薬品等安全性情報報告制度などにより医薬品の安全性の評価が繰り返行われていること。(副作用の軽減や回避、未然に危険を防ぐ効果があること)。

- 医薬品の販売をいつ、どこで、だれが承認しているのか考えさせる。
- お薬手帳などが活用されることで、その記録から医師や薬剤師が、医薬品を精査できることを説明する。(薬歴・服用状況・アレルギーなどを把握)
- 医薬品に関する事故などを防ぐための対策に目を向けさせる。



まとめ 5分	Q 6 「やたらと薬って買えないよね?」「薬を安全に活用していくにはどのような判断と行動ができたらいのでしょうか?」 • 各自でワークシートに記述 • 教師のまとめ • 一人一人が生涯を通じて健康の保持増進に努めるとともに、我が国の医薬品の販売制度や承認制度などを理解し、医薬品の安全性を確保できるようにする。 • 授業を通して得た知識をもとにして、今後どのようにして医薬品の安全な活用をしていくか記述させる。 • テレビコマーシャルやパッケージのデザイン等だけで判断してしまわぬよう、医薬品の見え方と選び方を区別して、安全性を確保できるよう指示する。	医薬品の販売方法や承認制度などについて言ったり書き出したりすることができる。 (知識・理解) →ワークシート 医薬品の販売方法や承認制度を活用し、実生活における医薬品の有効利用などについて分析することができる。 (思考・判断) →ワークシート
-------------------	--	---

ワークシート

(医薬品の安全な活用)

2年 組 番 氏名

【Q1 「みんなはどんな薬を買ったことがある？」具体的にあげてみよう！】

【Q2 「たくさん出てきた薬を販売方法や購入の仕方から区分できないかな？」Q1で書き出した薬を線で囲もう！】

【Q3 「医師の処方せんが必要な薬ってどんな意味があるんだろう？」】

【Q4 「2つの歯磨き粉の一方は医薬品、もう一方は医薬部外品と書かれています。違いはなんだと思う？」】

【本時のまとめ】

「薬を安全に活用していくにはどのような判断と行動ができればいいのでしょうか？」

4 労働と健康—働く人の健康の保持増進

1 単元名

(3) 社会生活と健康

ウ 労働と健康

(イ) 働く人の健康の保持増進

2 授業にあたって（授業見所ガイド）

(1) 授業タイトル『健康的な職業生活をおくるための思考・判断する力を育てる』

(2) 授業の特徴

- ①講義中心授業からの改善。
- ②働く人の健康にかかわる資質や能力を育てる。
- ③働く人の健康に関して思考・判断する力をつける。

近年、働く人の就労意識や働き方に変化が見られ、職場での人間関係や職業生活に関する強い不安、悩み、ストレスを感じている労働者の割合が増加していることから、職業生活での健康の保持増進はますます重要になっている。そのため、これから働く生徒は、将来にわたって健康的な職業生活を過ごすために必要な知識を身に付け、思考・判断する力を養うことが大切である。

この授業は3時間展開の3時間目にあたる。1時間目の『働くことと健康』では、「職業生活においては生活習慣病と精神的なストレスが大きく関係し、職場環境による働く人の健康問題があること」を学習した。2時間目の『労働災害と健康』では「労働条件の形態や環境の変化に伴い、人間の対応行動で大きな事故につながるケースがあること」や「働く人の健康管理の必要性と労働災害の防止対策」について学習した。

本時の「健康的な職業生活」は、小学校から学んできた保健学習の最終単元であり、健康に関する総合的な知識・理解を生かし、これから働く生徒が健康的な職業生活に必要なことを探究し、「職場での人間関係や職業生活に関する強い不安、悩みなどのストレスに対して自分の取るべき方法を実践するためには、若いころからの余暇活用や生活の質の向上が大切であること」や「職場の安全管理や健康管理とともに、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策が推進されていることを生かすこと」について思考・判断する力をつけることをねらいとした。

(3) 展開の特徴

- ①事例をもとに展開することで職業生活を想像しやすくする。
- ②グループディスカッションを通して、他の意見を取り入れながら判断する。
- ③付箋を用いたグループ学習をする。

授業の展開は、事例を取り入れることで、職業生活の経験のない生徒が、より具体的に学習できるようにした。授業の前半は、事例をもとに個人が意志決定するプロセスが中心で、主体的な学び、自ら考えを持ち、それを的確に表現できる力、よりよく問題を解決できる力を育てることを意図した。

授業の後半は、グループで付箋を使いながらディスカッションすることで、アイデアや意見が出やすくなるよう工夫し、多様な見方や考え方を踏まえて自分の考えを持てる力や、比較したり関係付けたりする力を育てる授業展開とした。グループ学習を通じて他人の意見や考えを聞きながら、労働者と雇用者、人間関係や環境条件、家族の役割が大切であることを学べるように配慮した。

3 本時の目標

- 職場における人間関係や職業生活に関する不安や悩みなどのストレスや日常生活における生活の質の向上について、進んで意見交換をしたり、発表しようとする。 (関心・意欲・態度)
- 職場の安全管理や健康管理とともに、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、仲間の意見や考えを聞き、将来の健康的な職業生活を継続的に計画したり整理したりすることができる。 (思考・判断)
- 働く人の健康の保持増進について、個人の努力だけでは成立しないことを理解し、心身両面にわたるトータルヘルスプロモーションを実践することで成り立つことを、言ったり書き出したりすることができる。 (知識・理解)

4 評価規準と生徒の姿

① 評価規準「おおむね満足できる状況」と判断した生徒の具体的な例

観点 項目	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
おおむね満足できる状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、意見交換をしたり、発表したりしている。	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、仲間の意見や考えを参考にしたりして、課題を解決するための方法を見つけている。	働く人の健康の保持増進は、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策（トータルヘルスプロモーション）を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上が大切であることについて、日常生活に役立つ具体例をあげている。

② 「十分満足できる」状況を実現していると判断した生徒の具体的な例

観点 項目	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
十分満足できる状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、健康づくりに必要な仲間の意見や方法を聞きながら、進んで意見交換をしたり、発表したりしている。	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、参考資料を的確に分析・整理したり、仲間の意見や考えを参考にしたりして、課題を解決するための適切な方法を見つけている。	働く人の健康の保持増進は、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策（トータルヘルスプロモーション）を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上が大切であることについて、日常生活に役立つ知識として具体例をあげて説明している。

③ 「努力を要する」状況と判断した生徒の具体的な例

観点 項目	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
努力を要する状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、関心を持てずに、課題に取り組めない状態にとどまっている。	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、自分なりの方法を見つけれない状態にとどまっている。	働く人の健康の保持増進は、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策（トータルヘルスプロモーション）を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上が大切であることについて、具体例をあげることができない状態にとどまっている。

5 授業展開例

T：教師の支援

時間	学習活動と教師の支援
導入 5分	T：今日の授業では「健康的な職業生活」についてみなさんと考えていきたいと思います。グループ学習できる準備をしてください。 T：さまざまな労働（職業生活）には、心と体の健康づくりが大切です。「働くことと健康」で心の健康問題が大きく関係していることを学びました。今日は、働く人の健康問題で『働き盛りの36歳Aさん』の事例をもとに学んでいきます。 T：それでは、一緒に考えてみましょう。学習プリント発問1を見てください。
展開 1 15分	◆アドバイス◆ グループ学習ならば、アンダーラインを引いた原因と考えられるものを各人一つ以上付箋紙に書き出させるとよい。 発問1 Aさんが健康を害するようになってしまった原因と考えられるものにアンダーラインをひいてみよう。 ◆ねらい 事例をもとに、会社員が健康を害するようになった原因を整理し、職業生活の背景には本人の性格、職場の人間関係や環境条件、家庭環境に関連があることを見出すことができる。 【学習活動】…思考する。 《生徒が書き出した例》 生徒1：人から頼まれると断れない性格。 生徒2：業績が悪化し、会社からは店長を交代させると言われた。 生徒3：一人で悩んでいる様子であった。 生徒4：休日がなく、家族と会話をする時間も少なくなった。 生徒5：会社の健康管理室や病院にいなかった。 生徒6：お客とのトラブルの対応に追われていた。 生徒7：タバコを1日に3箱以上吸うようになり、飲酒の量もふえた。 生徒8：時間外労働は月平均200時間をこえていた。 生徒9：体重は10kg以上増えた。 生徒10：食事の時間が不規則。 T：いかがですか？それでは、どのようなことが考えられるか聞いてみましょう。 T：自分の考えをまとめたら、グループで話し、自分では気づかなかった部分を書きましよう。

T：それでは、発問2にうつります。

◆アドバイス◆

グループ学習なら、「個人」、「どちらともいえない」、「個人以外」と模造紙に分類項目を書き、各自が付箋紙に書いた原因が当てはまると思われる項目に、貼り付けて行くとよい。

発問2 アンダーラインを引いた中で、個人の原因と個人以外の原因とに分けてみよう。

◆ねらい

事例をもとに、健康を害するようになった原因を個人的要因と社会的要因とに整理し、どちらにも関係する要因があることを見出すことができる。

【学習活動】…思考・判断する・課題を見付ける・まとめる。

《生徒が書き出した例》

個人の原因

- ①人から頼まれると断れない性格。
- ②タバコを1日に3箱以上吸う。
- ③飲酒の量も増えました。
- ④食事の時間もなく、不規則。
- ⑤体重は10kg以上増えました。

個人以外の原因

- ①業績が悪化し、会社からは店長を交代させるといわれ
- ②時間外労働が月平均200時間をこえました。
- ③一人で悩んでいるようでした。
- ④6人いた社員は転勤などで3人に減らされました。

どちらとも言えない

- ①お客とのトラブルの対応に追われて
- ②会社の健康管理室や病院にいきませんでした。
- ③休日がなく、家族と会話をする時間も少なくなっていました。

◆アドバイス◆

個人と個人以外と分けることが難しいものがあることから、トータルにとらえることの大切さに気づかせることもできる。

【評価1 関心・意欲・態度】

ねらい	職場における人間関係や職業生活に関する不安や悩みなどのストレスや日常生活における生活の質の向上について、進んで意見交換をしたり、発表しようとする。	
評価方法	座席表にしたがい、学習プリントの記入を確認しながら、各グループの話し合いを観察し、記録する。	
生徒の姿	十分満足できる状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、健康づくりに必要な仲間の意見や方法を聞きながら、進んで意見交換をしたり、発表したりしている。
	おおむね満足できる状況（評価規準）	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、意見交換をしたり、発表したりしている。
	努力を要する状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、関心を持てずに、課題に取り組めない状態にとどまっている。
教師の支援	グループを巡回しながら話し合いの進まないリーダーに対して、話し合いのポイントを確認し、方向付ける。自分の考える要因が、健康な職業生活に大切かどうかを考えさせる。話し合いに積極的に参加していない生徒には、声をかける。	

展開
2
10分



T：いかがですか？個人の努力で解決できることと、会社や社会全体で解決しなければならないことがある事がわかりましたか？それでは次に、健康的な職業生活をおくるための会社の取り組みについて、考えていきましょう。発問3をみてください。

発問3 事例の中で、健康的な職業生活をおくるために会社が行っていることに、二重線をひいてみよう。

◆ねらい

事例の中に、トータルヘルスプロモーションの進め方の、健康測定、健康指導（運動指導・メンタルヘルスケア・栄養指導・保健指導）、実践活動について見出すことができる。

【学習活動】…気づく、思考・判断する。

《生徒が二重線を引く箇所》

- ①正社員になるとライフスタイルに合わせた運動プログラムが作成される。 (⇒健康指導)
- ②いろいろなサークル活動に参加することができる。 (⇒実践活動)
- ③会社で行われている健康診断を受けましたが、生活状況調査も問題なく、運動機能は柔軟性に優れていました。 (⇒健康測定)
- ④会社の健康管理室でのカウンセリングを受ける。 (⇒健康指導)

T：ヘルスプロモーションの考え方に、企業努力の必要が関係しているのがトータルヘルスプロモーションです。

働く人すべてが心と体のバランスのとれた健康的で職業生活がおくれるよう、総合的な取り組みが行われています。それでは、説明を加えていきましょう。

【解説】

T：職場における取り組みとして、厚生労働省は『心とからだ健康づくり運動』としてトータルヘルスプロモーション（THP）を推進しています。個人の生活を見直し、若いころから継続的・計画的な健康づくりを進めることで、働く人がより健康になることを目標に健康の保持増進の推進をめざしています。

将来働く君たちの健康は、現在の生活習慣と深く関係しているのです。

トータルヘルスプロモーション（THP）の進め方

- I 健康づくり計画：職場の実態に応じた目標を定め、実行可能な計画を作成する。
- II 健康測定：健康指導を行うために必要な問診、生活状況調査、診察、医学的検査および運動機能検査をする。
⇒（会社で行われている健康診断を受けましたが、生活状況調査も問題なく、運動機能は柔軟性に優れていました。）
- III 健康指導：運動・メンタルヘルスケア・栄養・保健について専門スタッフがアドバイスする。
 - ① 運動…個人の生活状況、趣味、希望等が十分に考慮され、運動の種類および内容が安全にかつ効果的に実践。
⇒（正社員になるとライフスタイルに合わせた運動プログラムが作成される。）
 - ② メンタルヘルスケア…ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導等。
⇒（会社の健康管理室でのカウンセリングを受ける。）
 - ③ 栄養…食生活上問題が認められた労働者に対して、食習慣や食行動の評価と改善。
 - ④ 保健…睡眠、喫煙、飲酒、口腔保健等の健康的な生活への指導及び教育を職業生活を通して行う。
- IV 実践活動：各個人が健康指導を参考にして日常的な健康づくりを実践する。
⇒（いろいろなサークル活動に参加することができる。）
- V 評価：実践活動を評価し次につなげる。

展開
3
10分

T：健康をまもるのには個人でできるものと会社や社会全体の力を必要とするもの、つまり個人の力だけではできないものがあるのがわかりましたか。事例の中に、健康測定、健康指導、実践活動があったことがわかりましたか？そのほかに会社としての健康づくり計画を作成し、評価することでトータルヘルスプロモーションをすすめることにつながるのです。

健康づくり計画⇒健康測定⇒健康指導⇒実践活動⇒評価⇒健康づくり計画⇒…………

T：労働者がいくら健康な職業生活のために意志決定をしても、労働条件が整っていないと行いうことができません。そのため、働く上でもっとも重要な法律が労働基準法です。労働者の安全には労働安全衛生法が関係しています。

【評価2 思考・判断】

ね ら い	職場の安全管理や健康管理とともに、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、仲間の意見や考えを聞き、将来の健康的な職業生活を継続的に計画したり整理することができる。	
評 価 方 法	座席表にしたがい、学習プリントの考えをもとに、働く人と雇用の立場をどのように受け止めているかを観察し、記録する。学習プリントの内容を確認し、ペーパーテストにより評価する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、参考資料を的確に分析・整理したり、仲間の意見や考えを参考にしたりして、課題を解決するための適切な方法を見つけている。
	おおむね満足できる状況 (評価規準)	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、仲間の意見や考えを参考にしたりして、課題を解決するための方法を見つけている。
	努力を要する状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、自分なりの方法を見つけられない状態にとどまっている。
教師の支援	働く人の健康の保持増進は労働者よりも雇用者の責任が大きく、個人の要因と社会の要因が関係していることを理解させ、さまざまな角度から自分なりの判断が必要であることを事例から考えさせる。	



	T：トータルヘルスプロモーション（THP）がⅠ健康づくり計画 Ⅱ健康測定 Ⅲ健康指導 Ⅳ実践活動 Ⅴ評価 の5つの側面があることがわかりましたか。国や会社といった個人ではできない内容（社会的要因）と個人でできる内容（個人的要因）に分けて考えていきましょう。
まとめ 10分	T：それでは、発問4をみてください。模造紙とサインペン、付箋紙を配りますので、グループでまとめてください。 （時間があれば、いくつかのグループに発表してもらおう。） 発問4 トータルヘルスプロモーションの進め方からみて、健康的な職業生活をおくるための方法をグループで考えてみよう。 (1) Aさんの会社では、どのような取り組みが考えられますか。 （社会的要因） (2) Aさん自身が、健康的な職業生活をおくるためには、どのような取り組みが考えられますか。 （個人的要因） ◆ねらい 健康的な職業生活をおくるためには、職場の安全管理や健康管理とともに、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進しながら、トータルヘルスプロモーションを自分自身の健康状態に応じて継続的・計画的に健康づくりをすすめることを思考・判断しながら意志決定し、望ましい行動選択ができる。 【具体例】 会社での取り組み（社会的要因） ①会社で「健康づくり委員会」をつくり社員の健康の目標をたてる。 ②健康相談日をもうけて社員が気軽に相談できるようにする。 ③会社でメンタルヘルスケアのカウンセラーをおく。 ④健康についての講演会を行う。 ⑤定時に退社する日を定期的に設ける。 など Aさん自身の取り組み（個人的要因） ①毎日、ウォーキングをする。 ②規則正しい食事をする。 ③ストレスをためないために趣味づくりをする ④定期健康診断を積極的に受ける。 ⑤休肝日を週に2日つくる。 ⑥体重を標準体重にする。 ⑦家族との団らんを大切にする。 など

◆アドバイス◆

グループ学習ならば、各自が付箋紙に「会社の取り組み」と「個人の取り組み」を書き、それを模造紙に分類しながら貼り付けるとよい。「取り組み」に応じて、色を変えた付箋紙を使うとさらに効果的。発問2で作成した原因を分類した模造紙に貼り付けられた「原因」との対応を確認するのもよい。



T：いかがですか？働く人の健康で理想的な姿で、グループで話し合った内容をいくつか発表してもらいましょう。

【学習活動】…分析する・思考する・判断する。

《生徒が書き出した例》

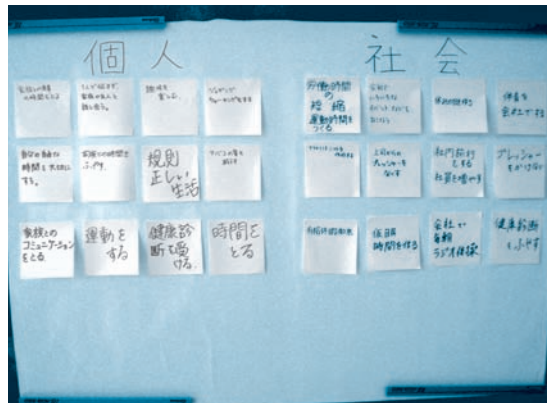
生徒1：トータルヘルスプロモーション（THP）の推進は社長ではない？

生徒2：職場でのサークル活動やストレスに対する気づきの援助を活発にする。

生徒3：若いころには日常的な健康づくりを実践し続ける。

生徒4：職場の実態に応じた目標を定め、実行可能な計画を作成することが大切。

生徒5：職場の活性化につながるように見直しが必要。



【学習活動】…意見を聞く・話し合う・まとめる・将来の職業生活について自分なりの考えをもつ。

T：トータルヘルスプロモーション活動で生活習慣病などが改善されると、元気な従業員が増え、職場の活性につながります。しっかりと評価をして職場の一層の活性化をめざして、次の計画につなげていく必要があります。

T：職場ではさまざまな取り組みとして、労働災害の予防が行われています。しかし、いくら企業が努力しても働く人の好ましい意志決定が行われ、望ましい行動選択がなければ変わりません。

働く人の健康の保持増進のためには、一人一人が継続的・計画的に思考・判断しながら好ましい意志決定をし、行動選択することが重要になっているのです。

今日はここで終わりにします。

【評価3 知識・理解】

ね ら い	働く人の健康の保持増進について、個人の努力だけでは成立しないことを理解し、心身両面にわたるトータルヘルスプロモーションを実践することで成り立つことを、言ったり書き出したりすることができる。	
評 価 方 法	授業後の学習プリント、生徒からの答えの記録、ペーパーテストを実施する。	
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	働く人の健康の保持増進は、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策（トータルヘルスプロモーション）を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上が大切であることについて、日常生活に役立つ知識として具体例をあげて説明している。
	おおむね満足できる状況（評価規準）	働く人の健康の保持増進は、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策（トータルヘルスプロモーション）を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上が大切であることについて、日常生活に役立つ具体例をあげている。
	努力を要する状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、自分なりの方法を見つけられない状態にとどまっている。
教師の支援	わからないところを質問させ、具体例を出せるようなヒントを与える。学習カードにコメントを書き込んだり、テストの返却時に働きかける。	

保健学習プリント

年 組 番 氏名

発問1 Aさんが健康を害するようになってしまった原因と考えられるものにアンダーラインをひいてみよう。

※自分では気づかなかった部分を書き出しましょう。

発問2 アンダーラインを引いた中で、個人の原因と個人以外の原因とに分けてみよう。
(箇条書きで)

1 個人の原因

2 個人以外の原因

発問3 事例の中で、健康的な職業生活をおくるために会社が行っていることに、二重線をひいてみよう。

発問4 トータルヘルスプロモーションの進め方からみて、健康的な職業生活をおくるための方法をグループで考えてみよう。

(1) Aさんの会社では、どのような取り組みが考えられますか。(社会的要因)

(2) Aさん自身が、健康的な職業生活をおくるためには、どのような取り組みが考えられますか。(個人的要因)

※ グループで話し合ったこと。発表する内容等。

働き盛りの36歳Aさんの事例

年 組 番 氏名

Aさんは、高校卒業後にファミリーレストランでアルバイトをしていました。人当たりもよく、勤務態度もまじめで、22歳には正社員として採用されました。正社員になるとライフスタイルに合わせた運動プログラムが作成され、いろいろなサークル活動に参加することができます。Aさんは20日の有給休暇を使いながら、趣味のウインドサーフィンを仲間と楽しんでいました。

Aさんは、健康に自信があり、人から頼まれると断れない性格で、きつい仕事でもいやな顔せずに頑張っていました。やがて、28歳で主任を任され、結婚をし、子供も生まれたので『頑張って店長になる。』という目標をたてて一生懸命働きました。家庭を持ったので、一家の大黒柱として責任があり、会社で行われている健康診断を受けましたが、生活状況調査も問題なく、運動機能は特に柔軟性が優れていました。

昨年1月に念願の店長に昇進し、家族とともに喜びました。目標を達成することができ、ますますやりがいを感じ、収入に余裕が出来たので新しいウインドサーフィンを購入しました。

しかし、最近では、業績が悪化し、会社からは店長を交代させるといわれ、いらいらすることも多くなりました。5年前に禁煙したタバコを1日に3箱以上吸うようになり、飲酒の量も増えました。

それでもAさんは閉店後に売り上げを上司に報告し、午前2時を過ぎる帰宅もざらでした。家族との食事の時間もなく、不規則になりました。会社はリストラが進み、6人いた社員は転勤などで3人に減らされました。Aさんは時間外労働が月平均200時間をこえてましたが、有給休暇も取得出来なかったもので、新しいウインドサーフィンはしまわれたままでした。昔のスポーツマンの鍛えられたからだは見えない影もなく、体重は10kg以上増えました。家族も心配をしていましたが、休日がなく、家族と会話をする時間も少なくなっていました。

努力したにもかかわらず業績は思うように上がらず、一人で悩んでいるようでした。お客とのトラブルの対応に追われて、食欲が減退することが続き、体調に変化が生じていましたが、会社の健康管理室や病院にも行きませんでした。

とうとうAさんは、頭痛と吐き気がおこり、お客が怖くなり、職場で働くことが困難になりました。上司に健康管理室でカウンセリングを受けるように言われ、病院を紹介されました。妻に付き添われて病院にいくと、医師に過労とストレスから『うつ病』と診断されました。現在、Aさんは休職をして治療に専念しています。それまでの、家族の生活は一変してしまいました。

6 評価について

【評価結果1 関心・意欲・態度】

ね ら い	職場における人間関係や職業生活に関する不安や悩みなどのストレスや日常生活における生活の質の向上について、進んで意見交換をしたり、発表しようとする。		
評 価 方 法	座席表にしたがい、学習プリントの記入を確認しながら、各グループの話し合いを観察し、記録する。		
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、健康づくりに必要な仲間の意見や方法を聞きながら、進んで意見交換をしたり、発表したりしている。	3人
	おおむね満足できる状況 (評価規準)	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、意見交換をしたり、発表したりしている。	33人
	努力を要する状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、関心を持わずに、課題に取り組めない状態にとどまっている。	0人
教師の支援	グループを巡回しながら話し合いの進まないリーダーに対して、話し合いのポイントを確認し、方向付ける。自分の考える要因が、健康な職業生活に大切かどうかを考えさせる。話し合いに積極的に参加していない生徒には、声をかける。		

- (1) 評価結果1の「関心・意欲・態度」は、座席表を利用して、話し合いの観察・学習カードの記入状況の確認作業からとらえた。観察結果を個々にメモできる用紙を作成し、その都度、気づいたことなどを簡単に記入する準備をしておくと、授業終了後の整理に利用することができる。自分の意見にとどまらず、グループへ働きかけ、意見交換しやすい雰囲気作りに貢献している生徒がみられた。健康的な職業生活に興味を持ち、事例を参考にして自分や仲間との意見交換を積極的に行っていた生徒を3人と判断した。生徒の人間関係や性格が関係していたが、積極的に参加しようとしていたため、努力を要する生徒は0人と判断した。

【評価結果2 思考・判断】

ね ら い	職場の安全管理や健康管理とともに、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、仲間の意見や考えを聞き、将来の健康的な職業生活を継続的に計画したり整理することができる。		
評 価 方 法	座席表にしたがい、学習プリントの考えをもとに、働く人と雇用の立場をどのように受け止めているかを観察し、記録する。学習プリントの内容を確認し、ペーパーテストにより評価する。		
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、参考資料を的確に分析・整理したり、仲間の意見や考えを参考にしたりして、課題を解決するための適切な方法を見つけている。	2人
	おおむね満足できる状況 (評価規準)	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、仲間の意見や考えを参考にしたりして、課題を解決するための方法を見つけている。	29人
	努力を要する状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、自分なりの方法を見つけれない状態にとどまっている。	5人
教師の支援	働く人の健康の保持増進は労働者よりも雇用者の責任が大きく、個人の要因と社会の要因が関係していることを理解させ、さまざまな角度から自分なりの判断が必要であることを事例から考えさせる。		

- (2) 生徒個人の「思考・判断」は、観察・記録や学習カードの内容で確認し、ペーパーテストで評価することが可能である。生徒個人の内面が授業を通してどのように動いたかを正確に評価することが大切である。そのためにも、教師が指導と評価の一体化を目指しながら授業を工夫し、改善する必要がある。

授業中に生徒の内面がどのように変化したかを観察方法のみで行うことは難しく、学習カードやペーパーテストとともに評価することとした。授業中の観察で、グループ学習としての生徒の動きを正確に判断することは難しく、具体的にどのように見取るかが課題である。

① 学習プリントに書き出した内容の結果

(ア)ほとんどの生徒はきちんと記入されていた。(十分な時間がとれなかった生徒もみられた。)

(イ) 生徒個人が考えてアンダーラインをする場面において思考が働き、自分では気づかなかった部分の記入からおおむね満足できる状況を判断した。

(ウ) 自分の力で考えようとせず、正確に記入しない生徒が3人みられた。

② ペーパーテストによる結果

(ア) 学習プリントが正確に記入され、ペーパーテストの答案に自分の考えを加えていた生徒2人を十分満足できる状況とした。

(イ)「心とからだの健康づくり」の実践活動について、学習プリントとペーパーテスト内容から判断して、おおむね満足できる生徒を29人とした。

(エ) 学習プリントを正確に記入しない生徒と、自分で考えていないためペーパーテストの内容を把握できずにいる生徒5人を、努力を要すると判断した。

【評価結果3 知識・理解】

ね ら い	働く人の健康の保持増進について、個人の努力だけでは成立しないことを理解し、心身両面にわたるトータルヘルスプロモーションを実践することで成り立つことを、言ったり書き出したりすることができる。		
評 価 方 法	授業後の学習プリント、生徒からの答えの記録、ペーパーテストを実施。		
生 徒 の 姿	十分満足できる状況	働く人の健康の保持増進は、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策（トータルヘルスプロモーション）を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上が大切であることについて、日常生活に役立つ知識として具体例をあげて説明している。	3人
	おおむね満足できる状況（評価規準）	働く人の健康の保持増進は、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策（トータルヘルスプロモーション）を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上が大切であることについて、日常生活に役立つ具体例をあげている。	29人
	努力を要する状況	健康的な職業生活に必要な心身の両面にわたる総合的、積極的な対策を推進するための方法や日常生活における生活の質の向上について、自分なりの方法を見つけられない状態にとどまっている。	4人
教師の支援	わからないところを質問させ、具体例を出せるようなヒントを与える。学習プリントにコメントを書き込んだり、テストの返却時に働きかける。		

- (3) 評価3の「知識・理解」は、授業後の学習プリントとペーパーテストの結果により評価した。授業の内容を整理し、学習プリントを参考に自分なりにまとめた知識を思考・判断しながら、解答している生徒が3人いた。学習プリントとあわせた総合的な評価から、十分満足できる生徒を3人とした。健康的な職業生活について、学習カードの記入とペーパーテストの内容が理解できず、努力を要する生徒を4人とした。

7 授業を終えて

授業終了後の反省として、事例を読む時間や考える時間、グループによるディスカッションや付箋に記入するなどの活動に多くの時間を使ったことにより、学習カードをまとめて記入する時間がとれなかったため、考えていたことを記入できなかったことがあげられた。「知識・理解」については、後日のペーパーテストを実施することで評価することもできるが、授業中の知識・理解を評価するには授業にゆとりがあるような時間配分が必要である。

授業のねらいにあわせ、生徒一人一人の学習状況をとらえるために、「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」の観点別評価を普段の授業の中でも実践し、ペーパーテストのみに重点をおいた評価から脱却した保健授業の在り方を見直すことは大切である。

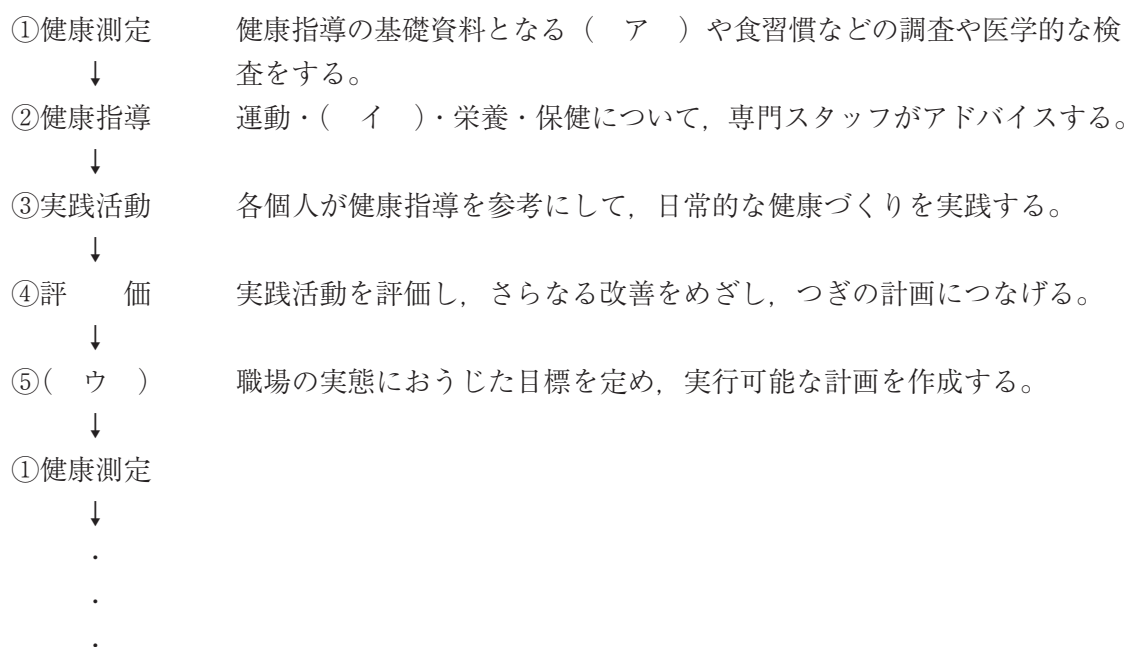
これからの保健学習は、授業のねらいを明確にした評価規準を設定することで授業改善を推進し、生徒の「思考・判断」が働く授業展開を考え、実践していく必要がある。

保健テスト問題

健康的な職業生活

1 働く人の健康の保持増進には、個人の生活を見直し、若い頃から継続的・計画的に健康づくりを行うことが大切です。厚生労働省が1988年から展開している、働く人の心とからだのバランスのとれた健康的な職業生活が送れるような総合的なとりくみ「心とからだの健康づくり」を何というか答えなさい。

2 次の項目は、「心とからだの健康づくり」について示したものである。空欄に適した語句を入れなさい。



3 「心とからだの健康づくり」の実践活動で、あなた個人のできる活動を5つあげなさい。

4 職場においての健康的な職業生活をおくるための方法を具体的にあげなさい。

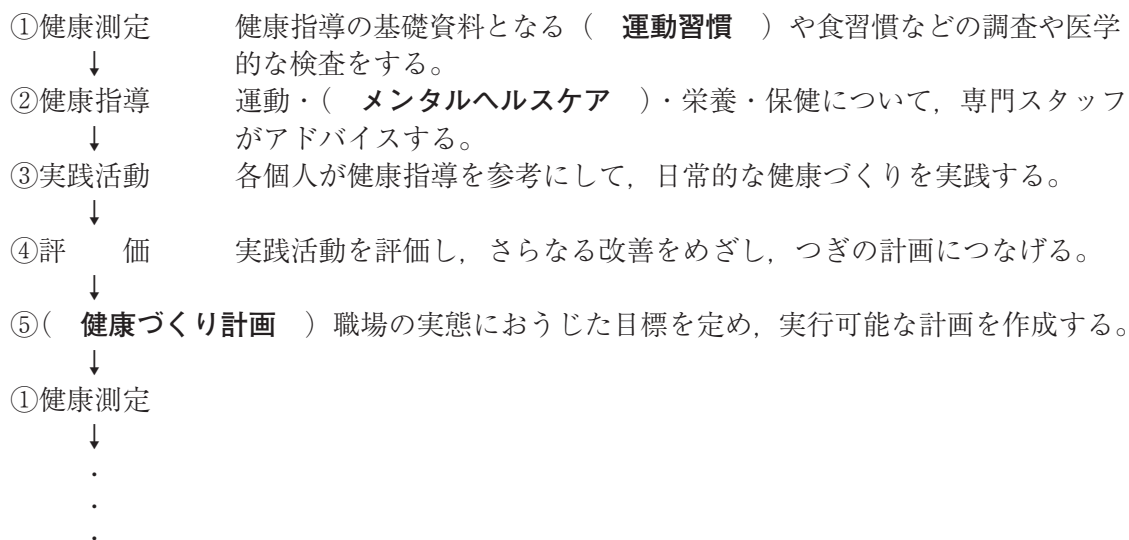
保健テスト問題 解答

健康的な職業生活

- 1 働く人の健康の保持増進には、個人の生活を見直し、若い頃から継続的・計画的に健康づくりを行うことが大切です。厚生労働省が1988年から展開している、働く人の心とからだのバランスのとれた健康的な職業生活が送れるような総合的なとりくみ「心とからだの健康づくり」を何というか答えなさい。

トータルヘルス・プロモーション・プラン

- 2 次の項目は、「心とからだの健康づくり」について示したものである。空欄に適した語句を入れなさい。



- 3 「心とからだの健康づくり」の実践活動で、あなた個人でできる活動を5つあげなさい。

- ①毎日、ウォーキングをする。休日には運動をする。
- ②規則正しい食事をする。
- ③ストレスをためないために趣味づくりをする。
- ④定期健康診断を積極的に受ける。
- ⑤タバコをやめ、お酒を飲みすぎない。
- ⑥体重を標準体重にする。
- ⑦家族との団らんを大切にする。 などの健康づくりが記入されていれば正解とする。

- 4 職場においての健康的な職業生活をおくるための方法を具体的にあげなさい。

- ①会社で「健康づくり委員会」をつくり社員の健康の目標をたてる。
- ②健康相談日をもうけて社員が気軽に相談できるようにする。
- ③会社の保養所をつくる。
- ④会社でメンタルヘルスケアのカウンセラーをおく。
- ⑤健康についての講演会を行う。
- ⑥会社に運動できる施設をつくる。
- ⑦社員旅行を積極的におこなう。 などが具体的に記入されていれば正解とする。

III

資料

1 新学習指導要領における保健学習の内容の示し方等について

1 指導内容を明確化した示し方となっていること

平成20年3月に告示された学習指導要領では、小学校体育科保健領域及び中学校保健体育科保健分野において指導内容の明確化が重視されたものとなっている。その小学校体育編の解説には、健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から、系統性のある指導ができるよう健康に関する内容を明確にすること、また、中学校保健体育編の解説には、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点から、系統性のある指導ができるよう内容を明確にすることを方針として改訂を行ったと示されている。

具体的には、次のように内容の示し方が改善されている。

小学校では、例えば、第3学年の「毎日の生活と健康」で、従前、「毎日を健康に過ごすためには」というように「〇〇ためには」という目的をあらわしていたものが、今改訂では「毎日を健康に過ごすには」という主部を置いて、述部に「食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること」というようになっている。内容の記述の仕方が、基本的に「主部＋述部」の構文で整理されており、述部には、主部に対する条件や要因を示すように改善がなされている。

中学校では、例えば、第1学年の「心身の機能の発達と心の健康」で、従前、「心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処するとともに、心身の調和を保つことが大切であること」と示していたものが、今改訂では「心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があること」というようになっている。内容の示し方が、「心身の調和を保つことが大切であること」としていたものを、「心の健康を保つには」という主部に対して、述部に「ストレスに適切に対処すること」というようになっている。内容記述の仕方が、述部には、主部に対する条件や要因を示すように改善がなされている。

このように、これからの保健学習においては、指導内容の明確化が図られていることを踏まえて、「何を」学習するのかを明確にした授業展開がより一層求められているといえよう。

2 指導内容の系統性を踏まえた示し方となっていること

保健学習は、小学校第3学年から高等学校第2学年（入学の次の年次）まで、継続して取り上げるように位置付けられている。今改訂において、小学校及び中学校について、このつながりが意識された改善が行われている。

具体的には、次のように示されている。

小学校第3学年	小学校第6学年	中学校第3学年
「毎日の生活と健康」 ア 心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること。	「病気の予防」 オ 地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていること。	「健康な生活と疾病の予防」 カ 個人の健康は、健康を保持増進するための社会の取組と密接なかわりがあること。

- ① 小学校第3学年の「健康の状態」については、保健学習の始まりとして全般的に学ぶことが意図されていると考えられる。
- ② 小学校第6学年の「様々な保健活動」については、小学校の保健学習のまとめとして身近な生活におけるヘルスプロモーションの考え方を踏まえることが意図されていると考えられる。また、

中学校との接続が意図されていると考えられる。

- ③ 中学校第3学年の「社会の取組」については、中学校（義務教育）における保健学習のまとめとして個人生活におけるヘルスプロモーションの考え方を踏まえることが意図されていると考えられる。また、高等学校との接続が意図されていると考えられる。

3 知識を活用する学習活動を取り入れることが示されたこと

指導計画の作成と内容の取扱いには、「指導に際しては、知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うこと」と示された。このことは、基礎的・基本的な知識を習得すること、知識を活用する学習活動により思考力・判断力等の育成すること、学習意欲を培うことが保健学習においても重視されていると考えられる。

また、「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について」（中央教育審議会答申，平成20年1月17日）では、本来、教科では、次のようなことが意図されていたとされている。

- ① 基礎的・基本的な知識・技能を習得すること
- ② 習得を行いつつ、観察・実験をし、その結果をもとにレポートを作成する、文章や資料を読んだ上で、知識や経験に照らして自分の考えをまとめて論述するといったそれぞれの教科の知識・技能を活用する学習活動を行うこと
- ③ それを総合的な学習の時間における教科等を横断した課題解決的な学習や探究活動へと発展させること
- ④ これらの学習活動は相互に関連し合っており、截然と分類されるものではないが、知識・技能を活用する学習活動やこれらの成果を踏まえた探究活動を通して、思考力・判断力・表現力等がはぐくまれる

知識を活用する学習活動を取り入れることは、学習内容としての健康を支える「考え」や「きまり」を獲得することと、自分の経験に結びつけてとらえることの双方が求められていると考えられる。例えば、小学校第5学年の「けがの手当」で、「自分でできる簡単なけがの手当には、傷口を清潔にする方法がある」という抽象的な知識としての手当の原則をとらえることと、「傷口を清潔にする際の実際の洗い方」という具体的方法をとらえることを、いわば振り子のように往復することによって、子どもの中でつなぐことが考えられる。

注意しておきたいものとして、活用のとらえ方がある。指導計画の作成と内容の取扱いに示された活用とは、「知識を活用する学習活動」である。日常生活において実際に活用できることを示しているのではないことに留意しておきたい。また、知識を活用する学習活動とは、まったく異なった新たなことが示されているというものではなく、これまでの思考・判断を高める学習の展開と方向性を同じくするものと考えられる。これからの授業づくりに当たっては、知識を活用する学習活動の工夫が一層求められるといえよう。

2 保健学習における指導と評価

1 指導に生かす評価を充実する

保健学習の評価は、「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「知識・理解」の3観点で行うこととされている。その際、「評価の結果によって後の指導を改善し、さらに新しい指導の成果を再度評価するという、指導に生かす評価を充実させること（いわゆる指導と評価の一体化）」（「児童生徒の学習と教育課程の実施状況の評価の在り方について」（教育課程審議会，平成12年12月4日））を踏まえることが大切になる。

保健学習における指導と評価の課題としては、授業者自身にとって、授業展開場面でとりあげる学習内容が明確になっていないこと、その展開場面で高める学習の実現状況が明確になっていないことがあげられる。

2 学習内容を明確にする

指導と評価の充実には、学習内容を明確にすることが大切である。学習内容を明確にするに当たっては、学習指導要領及び解説から、学習内容、指導上の配慮事項、学習方法などを読み取ることが求められよう。そして、その単位時間の柱となる学習内容として、健康を支える「考え」や「きまり」を特定することが大切になる。また、それを支える方法や具体例を明確にしておくことが求められる。

3 学習の実現状況を明確にする

学習の実現状況を明確するに当たっては、例えば学習の実現状況を「言う」、「見つける」などの特徴的な兆候を「観察可能な姿」としてとらえておくことが考えられる。これらの姿と各観点とのつながりについては、おおよそ「ヨコ」「タテ」「高さ」の3つの軸で行っていくことが考えられる。それぞれについては、次のようにする。

① 各観点において、特徴的な兆候を示す姿をとらえる（「ヨコ」の関係）

観察可能な姿は、3観点のそれぞれにおいてとらえ、他の観点と重複しないようにする。その際、一つの観점에서用いた観察可能な姿を他の観点で用いないようにする。例えば、知識・理解で「言う」を用いた場合、他の観点ではこの「言う」を用いないで、関心・意欲・態度では「進んで取り組む」、思考・判断では「選ぶ」を用いるようにする。

それぞれの観点における観察可能な姿の例としては、次のものがあげられる。

関心・意欲・態度には、「注意を向ける」「注目する」「指示に従う」「進んで取り組む」などがある。思考・判断には、「見つける」「組み合わせる」「利用する」「応用する」「適用する」などがある。知識・理解には、「言う」「書き出す」などがある。

② 各観点において、「包括」と「具体」を示す姿をとらえる（「タテ」の関係）

観察可能な姿は、単元の評価規準（包括）と具体の評価規準（具体）で用いるものが重複しないようにする。その際、単元の評価規準（包括）で用いた観察可能な姿を具体の評価規準（具体）で用いないようにする。例えば、知識・理解の単元の評価規準では「理解する」を用いた場合、具体の評価規準ではこの「理解する」を用いないで、その中味の観察可能な姿として「書き出す」を用いるようにする。

それぞれの観点における単元の評価規準（包括）の例としては、次のものがあげられる。

関心・意欲・態度には、「関心をもつ」「意欲的に取り組む」「態度をとる」などがある。思考・判断には、「考える」「工夫する」「判断する」などがある。知識・理解には、「理解する」などが

ある。

③ 各観点において、学習の実現状況の高まりを示す姿をとらえる（「高さ」の関係）

観察可能な姿として、おおむね満足と判断する状況としての評価規準に用いられるものを特定した場合、その実現状況が高まった姿をとらえておくことが大切である。例えば、知識・理解の規準では、「書き出す」を用いた場合、この実現状況の高まりを示す姿として「具体例をあげて説明する」というようにすることである。

それぞれの観点における、実現状況が高まった姿の例としては、次のものがある。

関心・意欲・態度には、「自ら進んで取り組む」「最後までやり遂げる」「粘り強く取り組む」などがある。思考・判断には、「分類する」「比べる」「違いを指摘する」「分析する」「改善する」「提案する」などがある。知識・理解には、「具体例を挙げて説明する」「背景を入れて説明する」などがある。

4 授業展開を工夫する

指導と評価をするに当たり注意しておきたいことには、授業展開においてあらわれた子どもの姿を評価の観点（評価規準）で引き取ろうとするあまり、それぞれの評価の観点で引き取ることがあらわれる授業展開の「しかけ」がおろそかにならないようにすることがある。例えば、思考・判断が働く展開場面をつくらないでにおいて、思考・判断の評価をすることは困難なこととなるであろう。

今次改訂で、「知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うこと」が示されたのは、保健の授業展開を「知識を活用する学習活動」に転換していくことが求められている。思考・判断が働くような授業づくりが今までよりも一層求められているのである。

小学校体育科・保健領域の学習指導要領及び解説の新旧対照表

平成10年版	平成20年版
[第3学年・第4学年] (1) 毎日の生活と健康 ア 1日の生活の仕方 ○食事・運動・休養及び睡眠 ○1日の生活の仕方 イ 身のまわりの清潔や生活環境 ○手や足、衣服の清潔 ○部屋の明るさや換気 (2) 育ちゆく体とわたし ア 体の発育・発達と食事、運動などの大切さ (ア) 体の発育・発達 (イ) 食事、運動、休養と睡眠 イ 思春期の体の変化 (ア) 男女の体つきの特徴 (イ) 大人の体に近づく現象	[第3学年・第4学年] (1) 毎日の生活と健康 ア 健康な生活とわたし 【新】 ○健康の状態は、主体、環境がかかわっている イ 1日の生活の仕方 【内容の整理】 ○食事・運動・休養及び睡眠の調和のとれた生活 ○1日の生活の仕方 ○手や足、衣服の清潔 ウ 身の回りの環境 【内容の整理】 ○部屋の明るさや換気 ○生活環境を整える (2) 育ちゆく体とわたし ア 体の発育・発達 ○体は、年齢に伴って変化する ○体の発育・発達には、個人差がある 【明確化】 イ 思春期の体の変化 (ア) 思春期には、男女の体つきの特徴が現れる (イ) だれにでも起こる、大人の体に近づく現象 ○なお、指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ることなどに配慮する必要がある。 【解説・新】 ウ 体をよりよく発育・発達させるための生活 ○調和のとれた食事、運動、休養及び睡眠
[第5学年・第6学年] (1) けがの防止 ア 交通事故や学校生活の事故などの原因と防止 (ア) 事故の発生と原因 (イ) 事故によるけがの防止 (ウ) 事故防止の対策 イ けがの手当 (ア) けがをしたときは (イ) けがの手当 (2) 心の健康 ア 心の発達 ○生活経験を通して発達する心 ○年齢とともに発達する心 イ 心と体の密接な関係 ○心と体は相互に影響している ウ 不安や悩みへの対処 ○不安や悩みへの対処 ○不安や悩みと心の発達 (3) 病気の予防 ア 病気の起こり方 ○病原体、体の抵抗力、生活行動、環境がかかわる病気 イ 病原体がもとになって起こる病気の予防 (ア) 病原体に働きかける予防 (イ) 体の抵抗力を高める予防 ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防 (ア) 生活習慣病の予防 (イ) 喫煙と健康 (ウ) 飲酒と健康 (エ) 薬物乱用と健康 (オ) 健康によい生活行動	[第5学年・第6学年] (1) 心の健康 ア 心の発達 ○生活経験を通して発達する心 ○年齢とともに発達する心 イ 心と体の相互の影響 【内容の整理】 ○心と体は、相互に影響し合うこと ウ 不安や悩みへの対処 ○不安や悩みへの対処 ○自分に合った方法による対処、心の発達 (2) けがの防止 ア 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがとその防止 【新】 (ア) 事故の発生と原因（交通事故、水の事故、学校生活の事故、犯罪が原因となるけが） (イ) 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止 【新】 (ウ) 事故防止の対策（交通事故、水の事故、学校生活の事故や犯罪被害の防止） イ けがの手当 (ア) けがをしたときは (イ) 自分でできる簡単なけがの手当 (3) 病気の予防 ア 病気の起こり方 ○病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などがかわりあって起こる病気 イ 病原体がもとになって起こる病気の予防 ○発生源をなくす、道すじを断ち切る予防 ○予防接種、体の抵抗力を高める予防 ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防 ○健康によい生活習慣を身に付ける エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 【内容の整理】 ○喫煙、飲酒の心身への影響 ○薬物乱用の心身への影響 オ 地域の様々な保健活動の取組 【新】 ○病気の予防のための様々な保健活動の取組

中学校保健体育科・保健分野の学習指導要領及び解説の新旧対照表

平成10年版	平成20年版
【第1学年】 (1) 心身の機能の発達と心の健康 ア 身体機能の発達 ○各器官の発達の順序性、性差や個人差、呼吸・循環器系 イ 生殖にかかわる機能の成熟 ○生殖機能の発達、性衝動、異性への関心、性情報への対処 ウ 精神機能の発達と自己形成 (ア) 知的機能、情意機能、社会性の発達 (イ) 自己形成 エ 欲求やストレスへの対処と心の健康 (ア) 欲求やストレスへの対処 (イ) 心身の調和と心の健康	【第1学年】 (1) 心身の機能の発達と心の健康 ア 身体機能の発達 ○各器官の機能の発達、個人差、呼吸・循環器系 【内容の整理】 イ 生殖にかかわる機能の成熟 ○生殖機能の発達、性衝動、異性への関心、性情報への対処 ○なお、指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ることなどに配慮することが大切である。 【解説・新】 ウ 精神機能の発達と自己形成 (ア) 知的機能、情意機能、社会性の発達 (イ) 自己形成 エ 欲求やストレスへの対処と心の健康 (ア) 心と体のかかわり 【内容の整理】 (イ) 欲求やストレスへの対処と心の健康 【内容の整理】
【第2学年】 (2) 健康と環境 ア 身体環境に対する適応能力・至適範囲 (ア) 気温の変化と適応能力 (イ) 温度、湿度、明るさと至適範囲 イ 空気や飲料水の衛生的管理 (ア) 空気の衛生的管理 (イ) 飲料水の衛生的管理 ウ 生活に伴う廃棄物の衛生的管理 ○し尿やごみなどの廃棄物の処理 (3) 傷害の防止 ア 自然災害や交通事故などによる傷害の防止 (ア) 傷害の発生要因とその防止 (イ) 交通事故による傷害の防止 (ウ) 自然災害による傷害の防止 イ 応急手当 (ア) 応急手当の意義 (イ) 応急手当の方法	【第2学年】 (2) 健康と環境 ア 身体環境に対する適応能力・至適範囲 (ア) 気温の変化に対する適応能力とその限界 (イ) 温熱条件や明るさの至適範囲 【内容の明確化】 イ 飲料水や空気の衛生的管理 (ア) 飲料水の衛生的管理 【指導要領本文に対応】 (イ) 空気の衛生的管理 ウ 生活に伴う廃棄物の衛生的管理 ○し尿やごみなどの廃棄物の処理 (3) 傷害の防止 ア 交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因 ○傷害の発生要因としての人的要因と環境要因 イ 交通事故などによる傷害の防止 ○交通事故による傷害の防止 ウ 自然災害による傷害の防止 ○自然災害の発生、二次災害 【新】 エ 応急手当 (ア) 応急手当の意義 (イ) 応急手当の方法 ○気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫などの心肺蘇生法。 ○なお、必要に応じてAED（自動体外式除細動器）にも触れるようにする。 【内容の整理】
【第3学年】 (4) 健康な生活と疾病の予防 ア 健康の成り立ちと疾病の発生要因 (ア) 健康の成り立ち (イ) 主体と環境要因 イ 生活行動・生活習慣と健康 (ア) 食生活と健康 (イ) 運動と健康 (ウ) 休養及び睡眠と健康 (エ) 調和のとれた生活と生活習慣病 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (ア) 喫煙と健康 (イ) 飲酒と健康 (ウ) 薬物乱用と健康 エ 感染症の予防 (ア) 感染症の原因とその予防 (イ) エイズ及び性感染症の予防 オ 個人の健康と集団の健康 ○公衆衛生活動、医療機関、健康増進のためのスポーツ活動	【第3学年】 (4) 健康な生活と疾病の予防 ア 健康の成り立ちと疾病の発生要因 【内容の整理】 イ 生活行動・生活習慣と健康 (ア) 食生活と健康 (イ) 運動と健康 (ウ) 休養及び睡眠と健康 (エ) 調和のとれた生活と生活習慣病 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (ア) 喫煙と健康 (イ) 飲酒と健康 (ウ) 薬物乱用と健康 エ 感染症の予防 (ア) 感染症の原因とその予防 (イ) エイズ及び性感染症の予防 【指導上の配慮】 オ 保健・医療機関や医薬品の有効利用 【新】 ○健康の保持増進と疾病の予防のための地域の保健・医療機関や医薬品の正しい使用 カ 個人の健康を守る社会の取組 【新】 ○人々の健康を支える社会的な取組

高等学校保健体育科科目保健の学習指導要領の目標と内容（平成21年3月）

1 目 標

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

2 内 容

(1) 現代社会と健康

我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、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というヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が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。

ア 健康の考え方

健康の考え方は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って替わってきていること。また、健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。

健康の保持増進には、健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択及び環境づくりがかかわること。

イ 健康の保持増進と疾病の予防

健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること。

喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因になること。また、薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には、個人や社会環境への対策が必要であること。

感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること。その予防には、個人的及び社会的な対策を行う必要があること。

ウ 精神の健康

人間の欲求と適応機制には、様々な種類があること。精神と身体には、密接な関連があること。また、精神の健康を保持増進するには、欲求やストレスに適切に対処するとともに、自己実現を図るよう努力していくことが重要であること。

エ 交通安全

交通事故を防止するには、車両の特性の理解、安全な運転や歩行など適切な行動、自他の生命を尊重する態度、交通環境の整備などがかわること。また、交通事故には責任や補償問題が生じること。

オ 応急手当

適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には、正しい手順や方法があること。また、心肺蘇生等の応急手当は、傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから、速やかに行う必要があること。

(2) 生涯を通じる健康

生涯の各段階において健康についての課題があり、自らこれに適切に対応する必要があること及び我が国の保健・医療制度や機関を適切に活用することが重要であることについて理解できるようにする。

ア 生涯の各段階における健康

生涯にわたって健康を保持増進するには、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりがかかわっていること。

イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関

生涯を通じて健康の保持増進をするには、保健・医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用することが重要であること。

また、医薬品は、有効性や安全性が審査されており、販売には制限があること。疾病からの回復や悪化の防止には、医薬品を正しく使用することが有効であること。

ウ 様々な保健活動や対策

我が国や世界では、健康課題に対応して様々な保健活動や対策などが行われていること。

(3) 社会生活と健康

社会生活における健康の保持増進には、環境や食品、労働などが深くかわっていることから、環境と健康、環境と食品の保健、労働と健康にかかわる活動や対策が重要であることについて理解できるようにする。

ア 環境と健康

人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすこともあること。それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること。

イ 環境と食品の保健

環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に適したものとするよう基準が設定され、それに基づき行われていること。また、食品衛生活動は、食品の安全性を確保するよう基準が設定され、それに基づき行われていること。

ウ 労働と健康

労働災害の防止には、作業形態や作業環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があること。

本書は、文部科学省補助金による学校保健センター事業として、下記の財団法人日本学校保健会に設置した「保健学習推進委員会」で作成したものである。

「保健学習推進委員会名簿（平成17～20年度）」

委員長 野津 有司 筑波大学大学院人間総合科学研究科教授

(小学校部会) 委員 岩田 英樹 金沢大学人間社会学域准教授
委員 小林 正明 大田区立仲六郷小学校教諭
委員 佐藤 博志 さいたま市教育委員会学校教育指導1課長
委員 戸田 芳雄 国立淡路青少年交流の家所長
委員 富岡 寛 川崎市立鷺沼小学校総括教諭
委員 渡邊 正樹 東京学芸大学教育学部教授（副委員長）

(中学校部会) 委員 青木 孝子 江戸川区立葛西第二中学校校長
委員 荻原 芳彦 山形県高畠町立第二中学校教諭
委員 高須 孝司 名古屋市立天白中学校教諭
委員 西岡 伸紀 兵庫教育大学大学院学校教育研究科教授（副委員長）
委員 横嶋 剛 宇都宮市教育委員会学校健康課指導主事
委員 吉田 初美 熊谷市立玉井中学校教諭（平成19～20年度）
委員 龍 義文 鹿屋市立高隈中学校教頭（平成17～18年度）
委員 渡部 基 北海道教育大学教育学部准教授

(高等学校部会) 委員 赤木 京 広島県立神辺旭高等学校教諭
委員 今関 豊一 順天堂大学スポーツ健康科学部准教授（平成20年度）
委員 植田 誠治 聖心女子大学文学部教授（平成19～20年度副委員長）
委員 久保 史裕 千葉県立佐倉南高等学校教諭（平成19年度）
千葉県立八街市立南中学校教諭（平成20年度）
委員 小泉 圭二 山梨県立甲府東高等学校教諭（平成17～18年度）
委員 白石哲太郎 群馬県立高崎東高等学校教諭
委員 高野 能弘 埼玉県立浦和北高等学校教頭
委員 高橋 浩之 千葉大学教育学部教授（平成17～18年度副委員長）
委員 和唐 正勝 新潟医療福祉大学健康科学部教授

なお、本書の作成にあたり、

森 良一 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課教科調査官（平成20年度）

今関 豊一 前文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課教科調査官（平成18～19年度）

のほか、下記の方々に、多大な援助とご助言をいただきました。

采女智津江 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課健康教育調査官

北垣 邦彦 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課健康教育調査官

高山 研 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課専門官

思考力の育成を重視した これからの高等学校保健学習

初版 平成21年6月12日

発行者

財団法人 日本学校保健会

〒105-0001 東京都港区虎ノ門2-3-17

虎の門2丁目タワー6階

☎03(3501)3785・0968

印刷所

大東印刷工業株式会社

