第65回全国学校体育研究大会 新潟大会シンポジウム

より良い生活や環境づくりにつながる保健の学習

東海大学体育学部体育学科　教授　　森　良一

本日の内容

①WGの審議を踏まえた保健の方向性

②これからの保健の学習のイメージ

現状の課題

保健では、身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容の理解のスコアは高い一方で、日常生活において認識しにくい内容（小学校における例：保健所の取組等）に関する理解や、健康の概念やそれに関する原則と具体的な行動等を結び付けることには課題がある

<健康・安全に関する課題>

例えばメンタルヘルスに関する課題の顕在化など、健康課題は絶え間なく変化しつつ多岐にわたって存在しており、そうした健康等を取り巻く状況の変化に対応できる資質・能力の育成が一層求められている。

<その他の課題>

保健の学習は、小学校は「身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容」、中学校は「個人生活における健康・安全に関する内容」、高校は「個人及び社会生活における健康・安全に関する内容」としてスパイラル構造で資質・能力を育成することとなっているが、健康・安全に関する課題が多様化・複雑化する昨今の状況を踏まえ、改めて検討する必要がある。

本質的な意義を踏まえた改善の方向性

＜保健＞

○現代における多様化・複雑化している健康課題等を踏まえつつ、発達の段階に応じた学習の在り方を踏まえた目標及び内容の系統性とする。

○特に、未知の健康課題等にも対応できる柔軟で持続的な資質・能力を育成する観点から、健康や安全に関する「概念」や「それに関わる原則」を整理し、分かりやすく示す方向で検討する。

○これらの改善は、児童生徒が保健に関する課題を主体的に受け止め、よりよい生活を送ったり、よりよい社会の創り手となったりすることにつながる改善といえる。

【保健「見方・考え方」(暫定版)】
保健に関する課題や情報を、健康や安全に関する概念やそれに関わる原則に着目して捉え、リスクの軽減や生活の質の向上、及び健康・安全を支える環境づくりにつなげること。

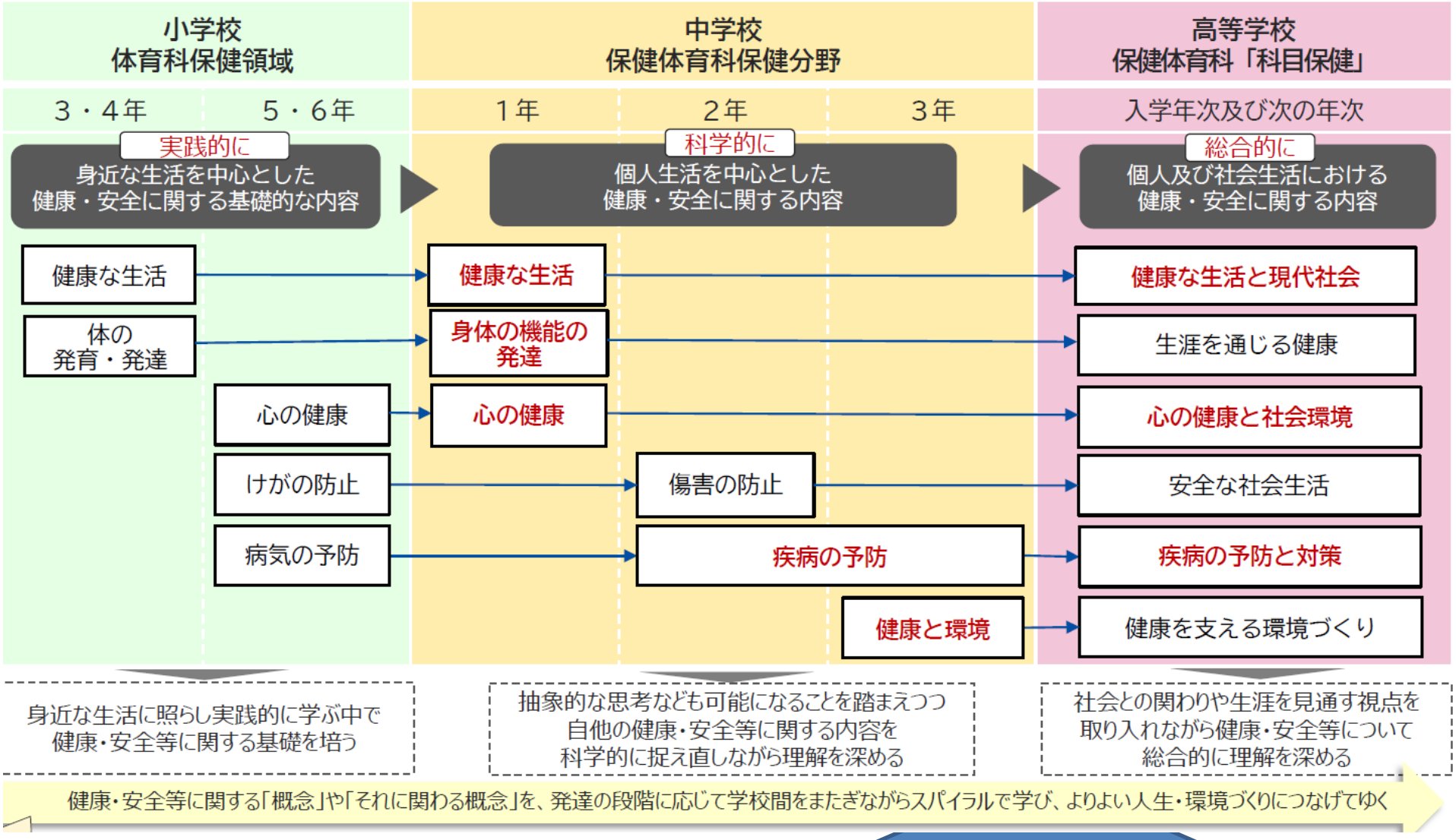
概念と原則が必ず示されるわけではないが・・・

概念
ある事柄について、どのような要素が関連して当該事象が発生等しているのかを表す
疾病の予防に関する例: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疾病であること
⇒「統合的な理解」で示す

原則
ある事柄について、どのような働きかけ等を行うことで望ましい結果を導くことができるのかを表す
疾病の予防に関する例:感染症を予防するには、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、身体の抵抗力を高めることが有効であること
⇒「統合的な理解」で示す

保健の学習の系統性の改善イメージ

補足イメージ⑨



内容のまとまりは、「健康な生活」「身体の機能の発達」「心の健康」「傷害の防止」「疾病の予防」「健康と環境」（中学校段階をイメージした例示）を基本とする。

本日の内容

①WGの審議を踏まえた保健の方向性

②これからの保健の学習のイメージ

2．次期学習指導要領を活用した指導と評価のイメージ
＝「高次の資質・能力」等を活かした指導と評価の改善＝

＜イメージ１（保健）＞　心の健康（小学校 第５学年）

高次の資質・能力

【統合的な理解（知・技）】 心の発達、心と体との密接な関係、不安や悩みへの対処は心の健康に関係性があり、健康全体にも関わることを理解する

（主な内容）「心の発達」「心と体との密接な関係」「不安や悩みへの対処」

【総合的な発揮（思・判・表）】 心をよりよく発達させたり、不安や悩みに対処したりする方法を考え、身近な生活に適用する

（主な内容）「心の健康に関わる課題の発見」「よりよい心の発達や心と体の関わりについて考えること」「不安や悩みへの対処方法を考えること」

学習を始めよう



教師の視点

◆「高次の資質・能力」から、「心の健康」の学習に関して、深い学びを実現する学習過程のイメージをつかみやすい！

教師の視点

◆「内容の構造化」や「高次の資質・能力」により、学習する内容項目（例）やそれに関連する資質・能力が分かりやすいので、評価機会や観点も設定しやすい！

日常生活に生きる
柔軟で持続的な資質・能力の育成

学習活動

＜課題や情報を、自分ごととして捉える＞

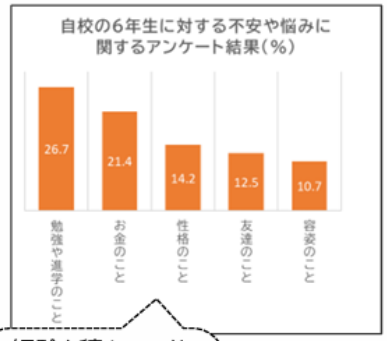
児童が、健康や安全に関する課題を見付けたり、解決を目指す学習をイメージしたりして、学習内容を自分ごととして捉える



1年生の時の「心」って…？今は…？これからよりよく発達させていくには？



（知・技）心と体との密接な関係



経験を積んでいくと不安や悩みが起こることもあるんだ。もし、自分も悩みを抱えたら、どのように対処しようかな？

呼吸法を実際にやってみたら心がスッキリしたよ！

（知・技）不安や悩みへの対処

色々な対処の方法を理解しておこう

学習や生活経験などが心の発達に関係しているんだね



不安や悩みへの対処の仕方が分かったし、状況に応じて自分に合った対処方法を選べそうだよ

〇〇な場合は相談すべきかな？

△△な時は呼吸法で気分転換！





心の発達には生活経験などが重要なんだ

心は年齢にともなって発達していくんだね

（知・技）心の発達

学習活動

＜課題の解決に向けた学習①＞

課題の解決に向けて、着目すべき概念やそれに関わる原則を拠り所として、具体的な解決方法等を自己決定しながら考える

学習活動

＜課題の解決に向けた学習②＞

例えば、クラウドを活用して互いの考えを共有することをきっかけに、自分が考えた心の健康に関する対処の方法が適切なのかどうかを見つめ直すことなどによって、思考を再構築する

※体育・保健体育、健康、安全WG（第9回）資料「体育・保健体育の指導と評価の改善・充実について」より

「知識及び技能」と「思考力、判断力、表現力等」の関連

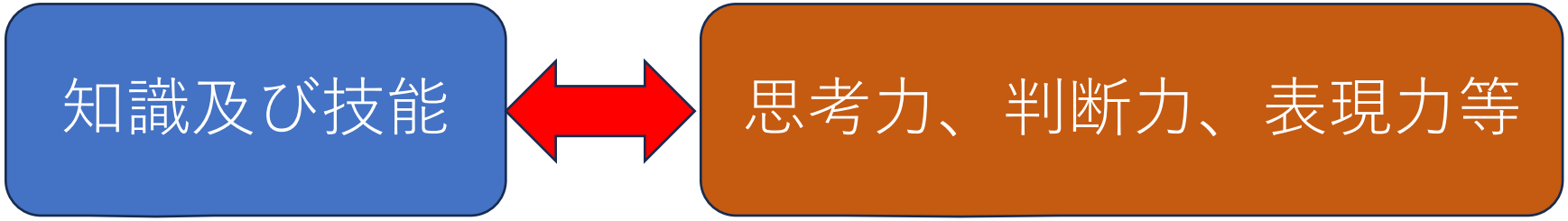
現在

例1　習得した知識等を課題解決に役立てる



これから

例2　例1はもとより、深く考えたことによってより理解が深まる



＜イメージ2（これからの保健の学習）＞　感染症の予防（中学校 第3学年）

「疾病の予防」の統合的な理解（知・技）

主体や環境は、疾病の発生に関連があり、その要因を踏まえた予防方法をとることは、個人生活における疾病の予防につながることを理解する

【感染症の概念例】 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疾病であること

【「感染症の予防」の原則例】 感染症を予防するには、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、身体の抵抗力を高めることが有効であること

「疾病の予防」の総合的な発揮（思・判・表）

疾病概念や予防の原則を拡張し、疾病の予防方法を考え、自他の生活に適用する

（「感染症の予防」の主な内容）「感染症に関わる課題の発見」「適切な感染症予防の方法について考えること」「エイズ・性感染症や未知の感染症の予防方法を考えること」



(知・技)と(思・判・表)とが往還し合いながら学習が進むことで、感染症の概念や予防の原則の理解が深まり、高次の資質・能力の育成につながる。

より良い生活や環境づくりにつながる学びの深まり

＜小学校の学びの成果を確認する＞
既存の知識を基に感染症を予防する方法を確認する。

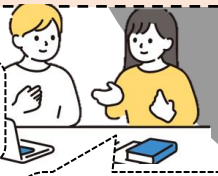
病原体を体に入れないことと体の抵抗力を高めることだったね。



マスクの着用や予防接種があったよ。

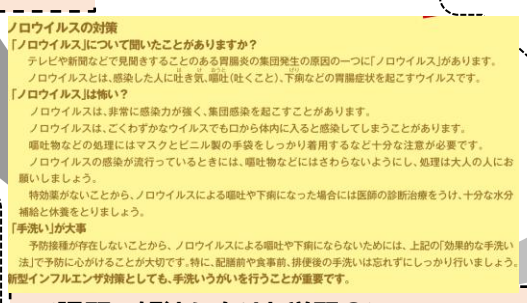


＜新たな情報等から、課題を発見する＞
新たな健康情報等から、既存の知識だけでは解決できない課題を見付けたり、解決を目指す学習をイメージしたりする



病原体の種類によって、感染経路が違うらしいよ。

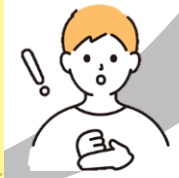
予防接種がある疾病とない疾病があるけれど、その場合どうしたらよいの？



＜課題の解決に向けた学習①＞
新たな課題の解決に向けて、着目すべき概念やそれに関わる原則を拠り所として、具体的な解決方法等を考える

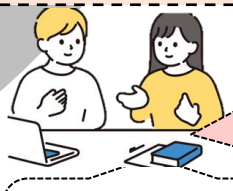
＜課題の解決に向けた学習②＞
エイズ・性感染症の予防について考える。また、未知の感染症についての対策を考える。

複数の感染症をみんなで調べて、それぞれの違いや共通点を見つけてみよう。





＜学びの成果の確認と新たな課題の発見＞
感染症について予防方法をまとめるとともに、性感染症などの新たな課題について考える。



接触感染の中でも、性的接触が主な感染経路になっているエイズや性感染症もこれまでの学習で予防できるのかな？

発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、身体の抵抗力を高めることが、感染症予防の共通する原則であることが確認できたね。個別の疾病によっては特徴的な方法もあるね。

そういえば、新型コロナ感染症のときも、今回学習した予防方法を用いていたね。



今回の学習で、未知の疾病にも活用できる知識を身に付けることができたということだね。

＜イメージ3（これからの保健の学習）＞　がんの予防と対策（高等学校 第1学年）

【「疾病の予防と対策」の統合的な理解（知・技）】

主体や環境は、疾病の発生に関連があり、個人の行動選択や社会的な対策によって、個人及び社会生活における疾病の予防と回復につながることを理解する

【がんの概念例】 正常な細胞の遺伝子に様々な原因で傷がついてできる異常な細胞のかたまりの中で悪性のものを「がん」という。

【がんの予防の原則例】 がんを予防するには、健康的な生活習慣の実践や感染症対策などの一次予防、がん検診によって早期発見・早期治療につなげる二次予防などが有効であること

「疾病の予防と対策」の総合的な発揮（思・判・表）

疾病の概念や予防の原則を拡張し、疾病の特徴や生涯の各段階に応じた予防や回復の方法、社会的な対策を選択し、社会生活に適用する

（「がんの予防と対策」の主な内容）「がんの予防と回復に関わる課題の発見」「がんの予防方法や回復の方法について考えること」「予防や回復に関する社会的な対策を考えること」

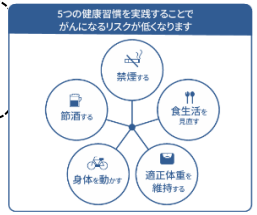
知識がないと思考・判断ができないけれど、課題解決などの思考・判断がなければ知識が深まらない。これらを連動させたいね。

より良い生活や環境づくりにつながる学びの深まり

＜中学校の学びの成果を確認する＞
がんについての既存の知識を基にがんを予防する方法を確認する。

がんは健康的な生活習慣を実践することで予防できるよね。

そうそう、これら5つだね。



がんは個人の努力だけでは予防は難しい。環境づくりも大切だね。

がんはまだまだ原因が分かっていないことが多いので、一次予防と二次予防に取り組む必要があるんだね。がんに罹患してからの三次予防も組み合わせて総合的に考えていきたいね。

＜課題の解決に向けた学習②＞
治療を含めた進行防止、QOLの維持など、がんをり患した時の対策について考える。また、がん検診の受診率を上げるための社会づくりについて考える。

友人といる時間は，病気とは何の関係もない自分でいられる時間です。何でもない話をして，一緒に笑って，共に過ごすことで，「患者」としてではない，これまでどおりの「自分」を取り戻せるような気がします。　（患者手記より）

＜新たな情報等から、課題を発見する＞
新たな健康情報等から、既存の知識だけでは解決できない課題を見付けたり、解決を目指す学習をイメージしたりする

がんは早期発見・早期治療すれば治るのか！
がん検診を調べてみよう。

＜学びの成果の確認と新たな課題の発見＞
がんについて予防方法をまとめるとともに、新たな課題について考える。

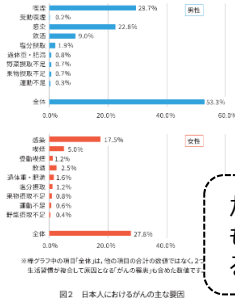


図2　日本人におけるがんの主な要因

原因の多くが分かっていないなんて、予防できるの？

がんは感染も原因になるのか。

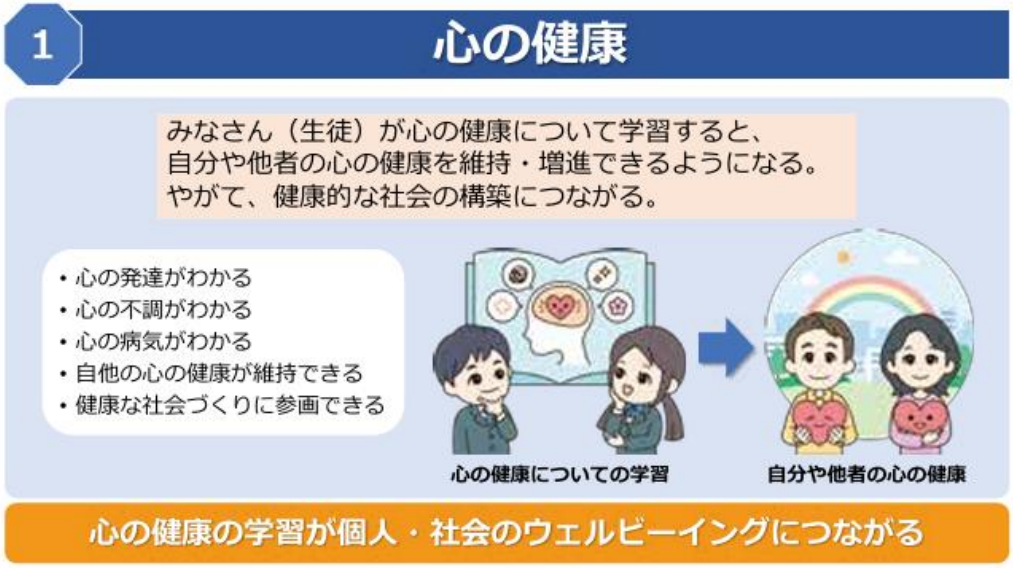


でも、がん検診を受けている人は多いとは言えないみたい。がんにかかってしまった人はどうしたらよいのかしら。

確かに一次予防も大切だね。それから早期発見・早期治療につながるがん検診もとても大切。これらを組み合わせてがんのリスクを軽減することができるね。

＜課題の解決に向けた学習①＞
新たな課題の解決に向けて、着目すべき概念やそれに関わる原則を拠り所として、具体的な解決方法等を考える

5つの生活習慣に感染対策を加えた6つの予防が大切だね。



「心の健康」スライド資料集の一部

日本学校保健会刊行物

- 令和7年度
- ＞ 心の健康に係る参考資料

参考資料の詳細は
こちらから→

御清聴ありがとうございました。