

第1章 指導編

1 鳥取県及び社会の現状と学校でのがん教育の必要性

鳥取県民の約3人に1人はがんで亡くなっており、がんで亡くなる人は、この30年間で男女とも約2倍に増えているといわれています。医療の進歩とともに、早期にがんが見つければ、治る可能性がかなり高くなってきましたが、未だに検診の受診状況が低いなどの状況にあります。

日本人の2人に1人が一生のうち何らかのがんにかかる可能性があるといわれており、がんについて正しく学ぶことや、幼少からのがんになりにくい生活習慣の形成が非常に重要です。

そのような背景を受け、国としても「第3期がん対策推進基本計画」（平成30年3月閣議決定）の中で、がんに対する正しい知識、がん患者への理解及び命の大切さに関する認識を深めることが大切と示されています。今後、県内の外部講師の活用体制の整備や、教職員ががんに関して正しく学ぶ機会の保障など更なるがん教育の充実が求められています。

2 がん教育の基本的な考え方

【がん教育の定義】

がん教育は、健康教育の一環として、がんについての正しい理解と、がん患者や家族などのがんと向き合う人々に対する共感的な理解を深めることを通じて、自他の健康と命の大切さについて学び、共に生きる社会づくりに寄与する資質や能力の育成を図る教育である。

(学校におけるがん教育の在り方について(報告)より)

【がん教育の目標】

- ① がんについて正しく理解することができるようにする。
がんが身近な病気であることや、がんの予防、早期発見・検診等について関心を持ち、正しい知識を身に付け、適切に対処できる実践力を育成する。また、がんを通じて様々な病気についても理解を深め、健康の保持増進に資する。
- ② 健康と命の大切さについて主体的に考えることができるようにする。
がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と触れ合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気付き、自己の在り方や生き方を考え、共に生きる社会づくりを目指す態度を育成する。

【がん教育の進め方の基本方針】

- ① 発達段階を踏まえた指導を行う。
小学校では、主としてがん教育を通じて健康と命の大切さを育むことを主なねらいとする。中学校、高等学校では主として、科学的根拠に基づいた理解をすることを主なねらいとする。その際、保健体育でがんを含む疾病の予防が位置付けられている中学校2年生や高等学校1年生の指導後に外部講師を活用したがん教育を行うよう配慮する。なお、効果的な指導を行うためには、学校保健計画に位置付けるなどして計画的に実施することが望ましい。
- ② 学校教育活動全体で健康教育の一環として行う。
保健体育科等を中心に学校の実情に応じて教育活動全体を通じて適切に行うことが大切である。学級担任や教科担任、保体主事などが中心となって健康教育の一環として企画するものであり、必要に応じ、養護教諭等とも連携する。また、家庭や地域社会との連携を図りながら、生涯にわたって健康な生活を送るための基礎が培われるよう配慮する。
- ③ 講師の専門性が十分に生かされるようにする。
地域や学校の実情に応じて、学校医、がん専門医、がん患者、がん経験者など、それぞれの専門性が十分に生かせるような指導の工夫を行い、教員と十分な連携のもと、外部講師を活用したがん教育を実施する。

【学習指導要領（一部抜粋）】

小学校学習指導要領（体育科保健領域 第6学年）

(3) 病気の予防

ア 病気の予防について理解すること。

(ウ) 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付けることが必要であること。

(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。

【解説】

(ウ) 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防

生活行動が主な要因となって起こる病気として、心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気、むし歯や歯ぐきの病気などを適宜取り上げ、(略)健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを理解できるようにする。

(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

㊦ 喫煙については、(略)受動喫煙により周囲の人々の健康にも影響を及ぼすことを理解できるようにする。また、喫煙を長い間続けるとがんや心臓病などの病気にかかりやすくなるなどの影響があることについても触れるようにする。(略)

その際、低年齢からの喫煙や飲酒は特に害が大きいことについても取り扱うようにし、未成年の喫煙や飲酒は法律によって禁止されていること、好奇心や周りの人からの誘いなどがきっかけで喫煙や飲酒を開始する可能性があることについても触れるようにする。

中学校学習指導要領（保健体育科保健分野 第2学年）

(1) 健康な生活と疾病の予防

ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。

(イ) 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。

(ウ) 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な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、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。

(カ) 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でき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。

【内容の取扱い】

食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結びつくように配慮するとともに、必要に応じて、コンピュータなどの情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮するものとする。また、がんについても取り扱うものとする。

【解説】

(ウ) 生活習慣病などの予防

㊦ 生活習慣病の予防

(略) その際、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足、喫煙、過度の飲酒などの不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、やせや肥満などを引き起こし

たり、また、心臓や脳などの血管で動脈硬化が引き起こされたりすることや、歯肉に炎症等が起きたり歯を支える組織が損傷したりすることなど、様々な生活習慣病のリスクが高まることを理解できるようにする。

生活習慣病を予防するには、適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えること、喫煙や過度の飲酒をしないこと、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることを理解できるようにする。

④ がんの予防

がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることを理解できるようにする。

また、がんの予防には、生活習慣病の予防と同様に、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることを理解できるようにする。

なお、㉗、㉘の内容と関連させて、健康診断やがん検診などで早期に異常を発見できることなどを取り上げ、疾病の回復についても触れるように配慮するものとする。

(カ) 健康を守る社会の取組

健康の保持増進や疾病の予防には、健康的な生活行動など個人が行う取組とともに、社会の取組が有効であることを理解できるようにする。社会の取組としては、地域には保健所、保健センターなどがあり、個人の取組として各機関が持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。(略)

また、心身の状態が不調である場合は、できるだけ早く医療機関で受診することが重要であることを理解できるようにする。さらに、医薬品には、主作用と副作用があること及び、使用回数、使用時間、使用量などの使用法があり、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。

高等学校学習指導要領（科目保健 入学年次又はその次の年次）

(1) 現代社会と健康

ア 現代社会と健康について理解を深めること。

(ウ) 生活習慣病などの予防と回復

健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見、及び社会的な対策が必要であること。

(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

喫煙と飲酒は、生活習慣病などの要因になること。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。

(4) 健康を支える環境づくり

ア 健康を支える環境づくりについて理解を深めること。

(ウ) 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関

生涯を通じて健康を保持増進するには、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必要であること。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。

【内容の取扱い】

(1) のアの(ウ)については、がんについても取り扱うものとする。

【解説】

(ウ) 生活習慣病などの予防と回復

がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適宜取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることを理解できるようにする。

その際、がんについては、肺がん、大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて理解できるようにする。がんの回復においては、手術療法、化学療法（抗がん剤など）、放射線療法などの治療法があること、患者や周囲の人々の生活の質を保つことや緩和ケアが重要であることについて適宜触れるようにする。

また、生活習慣病などの予防と回復には、個人の取組とともに、健康診断やがん検診の普及、正しい情報の発信など社会的な対策が必要であることを理解できるようにする。

なお、日常生活にスポーツを計画的に取り入れることは生活習慣病などの予防と回復に有効であること、また、運動や食事について性差による将来の健康課題があることについて取り上げるよう配慮する。

3 がん教育を実施する際に留意すべき事項

- 各教科担任が実施する授業と、専門家の外部講師の協力を得て実施する学校行事等を関連させて指導するなど、効果的な指導となるよう時間設定を工夫する。
- 外部講師に依頼する場合は、事前に打合せを行うなど、学習内容等について情報を共有する。
- 各学校で学習のねらいに応じた外部講師の効果的な活用を図る。
 - ・がんに関する科学的根拠に基づいた理解をねらいとする学習・・・学校医、がん専門医療従事者等
 - ・健康や命の大切さをねらいとした学習・・・がん患者やがん経験者等
- 授業計画の作成に当たっては、授業を企画する教員が主体となるよう留意する。
- がん患者・経験者の体験談は貴重であるが、家族に経験者がいる場合などには強い印象を与える可能性があることを考慮し、事前に授業で扱う内容を家庭へ情報提供するなどし、授業の参加について配慮をする。

4 家庭、関係機関の連携

- 情報提供（実施前や実施後のタイムリーな情報提供）
 - ・保健だより
 - ・学級だより
 - ・ホームページの活用
 - ・学校内の掲示の工夫 等
- 学校行事の活用
 - ・参観日等の学校行事を活用し保護者の理解を図る。
- 学校保健委員会の活用
 - ・学校保健委員会の中で、がんについてのテーマでグループ討議を行う。
- PTA 活動における講演会や研修会の実施
 - ・がん教育講演会やがん教育の研修会を開催し、広くがんについて保護者や地域の方へ周知する。

