

がんについて学ぼう

- 1 目標
- がんという病気の概要や、病気の予防について学ぶことを通して、自他の健康と命の大切さに気付き、病気と共に生きる人の気持ちに寄り添うことができるようにする。

- 2 指導計画（2時間）

| 時 | 教科等                                        | 学習内容                                                                                       |
|---|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 体育（保健領域）<br>※単元「病気の予防」を8時間<br>計画で指導する中の1時間 | ・がんという病気について理解する。<br>・がんなどの病気を予防する生活習慣について理解する。                                            |
| 2 | 特別活動（学校行事）<br>※学年単位で実施                     | ・がんを経験した方の話を聴き、生活の様子や心情を理解する。<br>・自他の健康や命を大切にしようとする意識を高め、病気と共に生きる人に思いやりをもって接することができるようにする。 |

- 3 展開例

| 時 | 主な学習内容・学習活動                                                                                                                                                                                                                                                                         | 指導上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 1 本時では、病気の中でも「がん」について学ぶことを確認する。<br><br>2 がんという病気について、今もっているイメージや、その理由を話し合う。<br>「こわい病気」「つらい病気」「治らない病気」「テレビで見たから」<br><br>3 がんのあらましや現状について理解する。<br><br>4 がんにかかる危険性が低くなる生活習慣の在り方について理解する。<br><br>5 これからも健康に過ごすために、自分が気を付けたいことを考え、記述する。<br><br>6 がんについて更に知りたいこと、聞いてみたいことを話し合い、グループでまとめる。 | ○配慮を要する児童の情報等を事前に把握しておく。<br>○本時では「がん」について学習することを知らせ、もし悲しくなったりつらくなったりした場合にはいつでも申し出るよう言葉を掛ける。<br>○どのようなイメージも否定せず、ありのままを受けとめる。<br><br>○がんという病気のあらましや、日本ではがんにかかる人が増えていることなどを説明する（リーフレットP.1,2）。その際、がんにかかっても早く発見して治療を開始すれば治ることにも触れる。<br>○がんの原因は、生活習慣と関わりがあることを踏まえ、望ましい生活習慣の在り方を説明する（リーフレットP.2）。また、生活習慣が原因ではないがんもあることについて触れる。<br>○自分の生活習慣を振り返り、病気を予防する観点で気を付けたい点を具体的に記述するよう指導する（リーフレットP.4）。<br>○次時では実際にがんを経験した方に来ていただくことを伝える。 |
| 2 | 1 体育（保健領域）の学習内容を確認する。<br><br>2 外部講師（がん経験者）の講話を聴く。<br><br>3 講話を聴いて感じたことをグループで話し合う。<br><br>4 家族や友達ががんにかかったらどのように関わるかを考え、記述する。また、外部講師に感謝の気持ちを伝える。                                                                                                                                      | ○児童の知りたいこと、聞いてみたいことをあらかじめ外部講師に伝え、話していただく内容を打ち合わせておく。<br>○外部講師（がん経験者）を紹介し、講話を聴く。<br>・がんと分かったときの気持ち、家族への思い<br>・治療を始めてからの生活の様子<br>・心の支えになったこと、周囲の人との関わりなど<br>○講話の中で特に印象に残ったエピソードや、外部講師が今このように学校で話をしてくれる理由を問い掛け、活発な話し合いとなるよう促す。<br>○講話や話し合いを踏まえて、自分の考えや思いを各自で記入させる（リーフレットP.3）。                                                                                                                                             |

※評価計画等は略

|        |                                                  |                |                 |
|--------|--------------------------------------------------|----------------|-----------------|
| ●発行年月  | 平成 29 年 6 月                                      | ●東京都教育委員会印刷物登録 | 平成 29 年度 第 30 号 |
| ●編集・発行 | 東京都教育庁指導部指導企画課<br>〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目 8 番 1 号 | TEL            | 03-5320-6887    |

がんについて学ぼう  
活用の手引（教師用）

生涯のうち、国民の2人に1人がかかると推測されるがんは重要な課題であり、健康に関する国民の基礎的素養として身に付けておくべきものとなっています。

文部科学省では、平成 29 年度からがん教育の全国展開を目指しており、平成 28 年 4 月に「がん教育推進のための教材」及び「外部講師を用いたがん教育ガイドライン」を発行しました。東京都教育委員会では、これらの資料に基づいて、がん教育のリーフレットを作成しました。各学校でがん教育を実施する際、活用してください。

●がん教育とは

健康教育の一環として、がんについての正しい知識と、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して、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ります。

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。
- 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。

●学習指導要領における位置付け

現行の学習指導要領（平成 20 年 3 月告示）及び学習指導要領解説では、体育（保健領域）において、がん教育に関する内容が以下のように示されています。

小学校学習指導要領体育（抜粋）

G 保健  
（3）病気の予防について理解できるようにする。  
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、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必要があること。  
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。

小学校学習指導要領解説体育編（抜粋）

ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防  
生活行動がかかわ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取り上げ、その予防には、糖分、脂肪分、塩分などを摂りすぎる偏った食事や間食を避けたり、口腔の衛生を保ったりするなど、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  
（ア）喫煙については、せきが出たり心拍数が増えたりするなどして呼吸や心臓のはたらきに対する負担などの影響がすぐに現れること、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。なお、喫煙を長い間続けると肺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。

また、総則における教育課程編成の一般方針として、体育・健康に関する指導は、児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとされています。学校の実態に応じて、特別活動や道徳、他の教科等と関連付けた授業計画を立てて取り組むことも考えられます。



がんについて正しく理解し、健康と命の大切さを考えるリーフレット【小学生用】

# がんについて学ぼう

あなたは、がんがどんな病気か知っていますか？  
がんは、治らない病気だと思いませんか？  
がんについて正しく理解するとともに、健康と命の大切さについて考えましょう。

**がんって、いったいどんな病気なの？**

人間の体は、たくさんの細胞が集まってできています。細胞は、遺伝子をコピーしながら、常に新しいものに生まれ変わっています。

しかし、時々遺伝子のコピーを間違えて、異常な細胞が生まれることがあります。ふだんは、異常な細胞は退治されますが、時々退治されずに生き残ってしまうことがあります。

このような異常な細胞が増えて、かたまりになったものが「がん」です。がんは、どんどん増え続けて周囲に広がり、他のところにも移動することがあります。

がんが大きくなると正常な細胞がうまく働けなくなるんだね。

東京都教育委員会

1

- 小学校では、がんを通じて健康と命の大切さについて考えることを主なねらいとするため、がんの疾病については、あらましを分かりやすく伝えるようにします。
- がんは全ての臓器に発生する可能性があり、一般的には発生した臓器などから名称が決められます。「がん」という名称は用いられていませんが、白血病なども、がんの一種です。

## 外部講師の活用

がんに関する科学的根拠に基づいた理解をねらいとした場合は、専門性の高い内容が含まれるため、学校医、がん専門医など、医療従事者による指導が効果的と考えられます。また、健康や命の大切さをねらいとした場合は、がん患者やがん経験者による指導も効果的です。

### <留意点>

- 例えば、教員が実施する授業と、外部講師の協力を得て実施する学校行事等に関連させて指導することで、教育効果が一層高まるように留意する。
- 対象となる児童の発達段階を十分考慮した内容や指導を心掛けるなど、学習指導上の留意点を事前に外部講師と共有する。また、授業計画の作成に当たっては、教員が主体となって企画するよう留意する。
- 教員と外部講師は、授業の事前・事後に打合せを行い、授業のねらいを確認するとともに教育効果を高めるようにする。
- がん患者やがん経験者の体験談は貴重ではあるが、児童の家族にがん患者やがん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に留意する。

**がんにかかる人はどれくらいいるの？**

●日本人の死因の内訳

●一生の間にがんにかかる人の割合（平成24年）

国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

一生の間に日本人の約2人に1人が、がんにかかるんだね！

早く発見して治療を始めれば、治るんだよ。

**どうすればがんを防ぐことができるんだろう？**

がんの原因は、私たちの生活習慣と大きな関わりがあります。次のようなことに気を付けて生活すると、がんになる危険性が低くなると言われています。日頃から健康的な生活習慣を心掛けましょう。

たばこを吸わない

運動をする

太りすぎない

やせすぎない

お酒を飲みすぎない

他にも、細菌やウイルスの感染が原因となるがんや、まだ原因が分からないがんもあります。また、子供がかかる小児がんもありますが、これは生活習慣が原因となるものではありません。

野菜や果物をとる

2

- がんは、昭和56年から日本人の死因の第1位となり、がんにかかる人は年々増え続けています。
- がんの怖さのみを印象付けるのではなく、望ましい生活習慣を実践することによって、がんにかかるリスクを軽減できることや、早く発見して適切な治療をすれば健康な生活に戻れることを強調します。
- 小児がんは多くが原因不明です。今回のがん教育では、主として大人のがんを対象としています。

**がんにかかるとうなるの？**

**がんを経験した人に聞いてみよう**

がんにかかっても、がんに向き合い、生き生きと日常生活を続け、治療を受けながら仕事をしている人もいます。がんを経験した人の気持ちを考えてみましょう。

友人という時間は、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、これまで通りの「自分」を取り戻せるような気がします。

国立がん研究センターがん情報サービス「身近な人ががんになったとき」

がんの告知を受けたとき、入院や長期に及ぶ治療のことを子供たちにどう説明しようか、病名を知らせると不安になりはしないか、大変悩みました。病気のことを調べていたり本を探していると、いつの間にか隣に来てのそこうしたりしていました。私の様子がいつもと違うことを子供たちは敏感に察していたのです。随さず説明しなければ、と思い、その時点ではっきりしていることをありのままに話しました。話すことで、分かっていること、これから準備しなければならなかったことが、頭の中で冷静に整理されたような気がしました。子供の不安はイコール私の不安でした。後に娘は言っていました、「知らされないことが不安だった」と。病名を知らせることで、家族が本音で話し合うことができ、安心感が増してゆきました。

国立がん研究センターがん情報サービス「患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及版」

**お医者さんに聞いてみよう**

がんは、早く発見して適切な治療をすれば、健康な生活に戻ることができます。がんを早く発見するために、大人になったら定期的に検査を受けましょう。

もし、家族や友達ががんにかかったら、どのように関わりたいですか？

3

- 医学の進歩により、がん患者の生存率も高まり、社会に復帰する人、病気を抱えながら働く人も増えてきています。
- がんの患者や家族の多くは、周りの人たちに対してこれまでと同じように接してほしいと望んでいます。体験談をもとに話し合うことを通して、がん患者や周囲の人々の気持ちを考え、寄り添うことができるようにします。

## 家族にがん患者やがん経験者がいる児童への配慮

がん教育の実施に当たっては、事前に保護者から情報を得るなどして、以下のような事例に該当する児童がいないかどうかを把握します。そのような児童の存在が事前に把握できない場合においても、存在する可能性があることを想定して配慮する必要があります。

- 小児がんの当事者、もしくは小児がんにかかったことのある児童がいる場合
- 家族にがん患者やがん経験者がいる児童や、家族をがんで亡くした児童がいる場合
- 生活習慣が原因とならないがんの患者やがん経験者が児童の身近にいる場合
- がんに限らず、重病・難病等にかかったことのある児童や、家族に重病・難病等の患者がいたり、家族を亡くしたりした児童がいる場合 など

### <配慮の例>

- 児童本人や家庭の状況等を鑑み、がん教育の内容や方法、実施時期を工夫する。
- 本人に限定されるような内容に特化せず、事例を一般化するなどの工夫をする。
- 授業の冒頭で「悲しくなったり、聞いているのがつらくなったりした場合は、先生に伝えてください」等の言葉掛けをする。など

**がんを防ぐための新 12 か条**

がんを防ぐための生活習慣のポイントです。小学生のみなさんにはまだ関わりのない項目もありますが、おうちの人と一緒に確認しましょう。

- 1条 たばこは吸わない
- 2条 他人のたばこのけむりをできるだけさける
- 3条 お酒はほどほどに
- 4条 バランスのとれた食生活を
- 5条 塩からい食品はひかえめに
- 6条 野菜や果物は不足にならないように
- 7条 適度に運動
- 8条 適切な体重維持
- 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10条 定期的ながん検診を
- 11条 体の異常に気が付いたら、すぐに受診を
- 12条 正しいがん情報でがんを知ることから

（公益財団法人 がん研究振興財団）

**あなたは、健康に過ごすためにどんなことに気を付けようと思いますか？**

保護者のみなさまへ

がんは日本人の死因の第1位であり、約2人に1人は一生の間に一度はかかると思われる身近な病気です。医学の進歩により、がんは、早期発見・早期治療によって治療することもできるようになりました。「怖い病気」「死んでしまう病気」といったイメージにとられず、がんについて正しく理解すること、がんについて学ぶことを通して健康と命の大切さについて考えることが、がん教育の目標です。是非この機会に、お子様と一緒にがんについて学び、話し合ってみてください。

●発行年月 平成29年6月  
●東京都教育委員会印刷物登録 平成29年度 第30号  
●編集・発行 東京都教育庁指導部指導企画課  
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号 TEL 03-5320-6887

リサイクルマーク 70

4

- がん教育を実施するに当たっては、保護者への広報、啓発活動を同時に行うと効果的です。がん教育を実施することやその内容について、保護者会等で周知しましょう。
- 「がんを防ぐための新12か条」は、大人を対象とした項目です。リーフレットを自宅に持ち帰り、保護者と一緒に確認し、保護者の意識啓発を促すことをねらいとしています。