

保健体育教室

312

No.1 April 2021



令和4年度用
保健体育教科書

特設サイトでも
ご紹介しています▼



■特集

令和4年度用

教科書のご案内

■

令和3年度用 教科書・体育実技副教材
主な変更点について

■

今からでも間に合う、
新学習指導要領における〈体育〉のポイント

日本体育大学 近藤智靖

■

学校でのがん教育の考え方

——実施に向けての不安を解消するために——

聖心女子大学 植田誠治

機関誌・内容解説資料

特集

令和4年度用保健体育教科書・指導資料・副教材のご案内	1
現代高等保健体育(701)のご案内	2
新高等保健体育(702)のご案内	4
指導資料・副教材のご案内	7
体育実技副教材のご案内	8
体育実技副教材の主なルール改訂について	9
令和3年度用教科書の主な変更点	10
今からでも間に合う、新学習指導要領における〈体育〉のポイント	13
日本体育大学 近藤智靖	
学校でのがん教育の考え方 —実施に向けての不安を解消するために—	19
聖心女子大学 植田誠治	

連載

自著を語る

『スポーツ指導者に学ぶ 選手の心を動かすパワーワード』	12
至学館大学 笹竹英穂	

Book Review

『女性アスリートダイアリー2021』	18
筑波大学 大山卞圭悟	

冬に行われた全国高等学校総合体育大会 団体(令和2年度)の入賞校(1位～3位)	24
--	----



現代高等保健体育（701）

Check! P.2,6

大修館書店

保健体育教科書・
指導資料・副教材のご案内

令和
4 年度用
2022.4 ~



新高等保健体育（702）

Check! P.4,6

現代高等 保健体育



B5 判・218 頁・
オールカラー

学習の目標

具体的な見通しを持って学
ぶことができます。

側注

理解を助け、学習を深める
ことができます。

理解を助ける イラスト・図解

イメージがわきやすいよう、
イラストや図解を充実させて
います。

現代高等保健体育 (701)

令和 4 年度用教科書のご案内

これまでの当社教科書を生かした、親しみやすい
教科書です。

保健編 1 単元 現代社会と健康

05 がんの治療と回復



1 がんの治療と緩和ケア

① がんにおいては、一次予防、二次予防、治療と回復の三次予防が大切である。

② ふつうの治療法という意味ではなく、科学的根拠のもとづく、現時点で利用できる最良の治療方法のこと。

③ インフォームド・コンセント^①という。p.118「医療サービスとその活用」参照。

④ セカンド・オピニオン^②というしくみである。p.118「医療サービスとその活用」参照。

⑤ これらの支援は、がん患者だけでなく、がん患者を支える家族に対しても必要である。

⑥ p.6「健康の考え方と成り立ち」参照。

1 **がんの治療法** がん^①のおもな治療法には、手術療法、化学療法^②（抗がん剤など）、放射線療法^③があります【資料1】。これらの治療法をがんの種類や症状などにあわせて、単独であるいは複数のを組みあわせておこなう標準治療^④が推奨^⑤されています。

患者が、医師から十分な説明を受け、自分の病気・検査結果・治療法などについて理解した上で、どのような方法を用いるかを選択すること^⑥が重要です。治療法を選択については、医師によって異なることもあるため、別の医師に意見を求めること^⑦もできます。

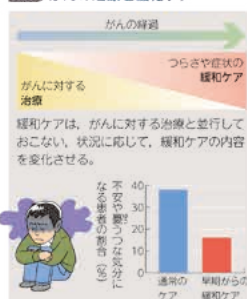
2 **緩和ケアとがん患者の生活の質** がん治療においては、患者やその家族1人ひとりの体や心などのさまざまなつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるように支えていく緩和ケア^⑧が大切です。緩和ケアは、がんと診断されたときから治療と並行しておこなわれます【資料2】。がんが治らないときでも、痛みやつらさをやわらげるための医療が末期までおこなわれます。

がん治療の場合、体の痛みだけではなく、がんになったことへのショック、将来への不安、治療費用の負担などの問題が起こることが多く、さまざまな支援が必要です^⑨。痛みを取るための医療のほかに、生活や医療費について公的援助の紹介をするなど、それぞれの分野の専門家がチームを組んで支援にあたることで【資料3】、患者とその家族の生活の質^⑩を高めます。

資料1 がんの治療の3つの柱

手術療法	化学療法	放射線療法
がんを手術によって切り取る方法。体への負担は大きい。最近では内視鏡（先端に小型カメラがついた管状の医療機器）を用いた手術なども普及しつつあり、体への負担を軽減するようになっている。	抗がん剤などの医薬品を服用したり、点滴・注射したりすることによって、がん細胞の増殖をおさえる方法。医薬品が血液とともに全身をめぐることでがん細胞を攻撃するので、全身の効果があるが、種類によっては、白血球減少、脱毛、吐き気などの副作用 ^① があらわれる。	放射線がん細胞に照射することによって、がん細胞の増殖を抑制して減らしていく方法。臓器を取りのぞくことができない。副作用が生じることがある。また、がんの痛みをやわらげるためにおこなわれることもある。
		

資料2 がんの治療と緩和ケア



構成・分量

- 保健編 本項目 46 項目
特設項目 29 項目
体育編 本項目 16 項目
特設項目 22 項目
■本項目は、1 項目につき
見開き 2 頁を基本としています。

特色

- 『現代高等保健体育改訂版 (304)』
『最新高等保健体育改訂版 (305)』
の著者を中心とした執筆陣
■丁寧で親しみやすい紙面
（「です・ます調」を採用）
■生徒の興味・関心を引き出す工夫

学習の目標

- がんのおもな治療法や緩和ケアについて説明できる。
- がん検診の普及や情報サービスの整備などの社会的な対策について説明できる。

2 がんとともに生きる社会づくり

1 **がんの社会的対策** わが国では、がん対策基本法[※]にもとづく「がん対策推進基本計画」によって、社会的対策が総合的かつ計画的に進められています。たとえば、がんの予防方法の普及啓発^{きふくわつ}だけではなく、がん検診などを利用した早期発見・早期治療の取り組み、がん診療をおこなうがん診療連携拠点病院の整備、遺伝子情報を活用したがんゲノム医療^{がんゲノムいりょう}の推進などです。また、小児・AYA世代^{こども・あやせいだい}の患者に対応した小児がん拠点病院の整備など、患者個人に最適化されたがん医療の実現もめざされています。

2 **がんについての情報の活用** がんに関してはさまざまな情報があふれており、なかには科学的に正しいとはいえないものもありますが、そのなかで私たちは、信頼性の高い情報を活用する必要があります。とくに「がん情報サービス」^{がんじょうほうサービス}④では、正確かつわかりやすいがんに関する情報の提供がおこなわれています。また、拠点病院にはがん相談支援センターが整備され、患者や家族など、誰もが利用することができます。

3 **がん患者への理解と共生** こんにちでは、がんになっても、多くの人が治療をしながら仕事を続けたり、これまでと同じような生活を送ったりできるようになってきています[※]。がん患者のことやその人が受けている治療について正しく理解し、患者とその家族、そしてそれらを取り巻く私たちの誰もが暮らしやすい社会を整えていくことが求められています。

資料3 専門家のチームによる支援



治療と仕事の両立 システムエンジニアの高橋康一さんは、会社の健康診断で大腸がんが見つかり、手術のために休職しました。復職の際には、産業医や人事部と相談し、残業や出張はせず、軽めの仕事を担当しました。抗がん剤治療の際には、副作用をおさえる医薬品を併用しながら、副作用のピークが週末になるように治療日を調整しました。「仕事をする意義は、治療費を稼ぐためだけではありません。仕事は社会との接点であり、社会貢献ができていると感じることで、生きる意欲にもつながるのです」と高橋さんは述べています。



高橋康一さん



がん患者が治療を受けながら働きやすい社会にするために、私たちに何ができるか話しあってみよう。

特設③ p.18

Point!

本項目と特設項目の
連動

理解が深まりやすいよう、
関連する特設項目ページを
示しています。

Point!

keywords

特に重要な用語をまとめて
おり、授業前後での内容確
認などにも活用できます。

Point!

豊富な事例

身近な視点で捉えることが
できるよう、様々な事例を
紹介しています。

学習のまとめ

効果的な取り組みができる
よう、「やってみよう」「考
えてみよう」「調べてみよう」
「話しあってみよう」を用意
しています。

新高等保健体育



B5 判・230 頁・
オールカラー

学習のねらい

目的意識を持って学習に臨むことができます。

Point!

関連するページとの連動

学習を深めることができるよう、関連するページを本文中に示しています。

Point!

学びを深める「調べてみよう」

章扉の QR コードと連動。紙面での学びを発展させるためのヒントを提供しています。

新高等保健体育 (702)

令和 4 年度用教科書のご案内

見識を広げるのに役立つ、専門的な内容が豊富な教科書です。

4

応急手当の意義と救急医療体制

学習のねらい

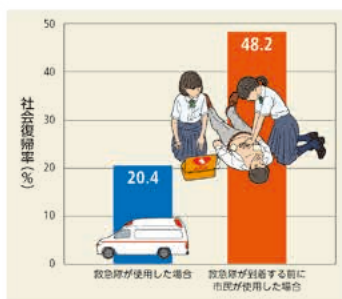
- ・ 応急手当の意義と、その手順や方法を身につける必要性について理解する。
- ・ 救急医療体制の仕組みと社会的整備の必要性、適切な利用法について理解する。

1 応急手当の意義

1. 応急手当とは 人は、ある日突然、思いもしない急な病気やけがに見舞われる。このような急な病気やけがに見舞われた人（傷病者）を助けるために、救急隊員や医師が到着するまでの間、その場に居合わせた人がとる行動を**応急手当**という。応急手当の中でも、**心肺蘇生**や**AED**の使用で命を助けるためには、一刻も早く開始することが重要である。119番通報や傷病者を安全な場所に移動することも含め、状況に応じて適切な応急手当を行うことで、病人やけが人の悪化を防いだり、苦痛を和らげたりする効果が期待できる。また、その後の救急隊員による処置や医師による治療の効果を高めるのにも役立つ。

2. 自ら行うことの重要性 応急手当は、知識としてもっているだけでは十分ではない。適切な応急手当の手順と方法を身につけ、必要となった時には**自ら進んで行う心構え**をもつことが大切である。誰もが、いつ、どこで応急手当が必要な場面に遭遇するかはわからない。日頃から応急手当の練習をして、いざという場合に自信をもって行えるようにしておく必要がある。いつでも**お互いがお互いを助け合う**ことができれば、生命と身体が守られる安全で安心できる社会となるだけでなく、不慮の事故や災害に対しても強い社会を築くことができる。

図1 市民によるAED使用の効果
(総務省消防庁「救急・救助の現状」2019年)

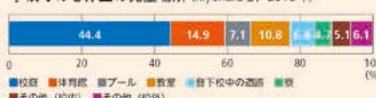


救急隊が到着する前に市民がAEDを使用すると、1か月後の社会復帰率が2.4倍高くなる。

Column 学校での心臓突然死ゼロを目指して

学校では、1年間に約50人が心停止となっている。その3分の2は運動中に起きており、発生場所は校庭と体育館が多い(図)。私たち1人ひとりが、胸骨圧迫の方法やAEDの使い方などを身につけ、素早く行動を起こすことができれば、学校での心臓突然死を防ぐことが期待できる。もし、あなたの目の前で友人が倒れたら、心停止に陥った友人の命を救うのは、その場に居合わせたあなたの勇気と行動である。

学校での心停止の発生場所 (Kiyoharaら、2018年)



70 調べてみよう 自分の生活している地域では、119番通報してから平均どのくらいの時間で救急車が到着するのか調べてみよう。

構成・分量

- 保健編 本項目 44 項目
特設項目 15 項目
- 体育編 本項目 16 項目
特設項目 21 項目
- 本項目は、1 項目につき
見開き 2 頁を基本としています。

特 色

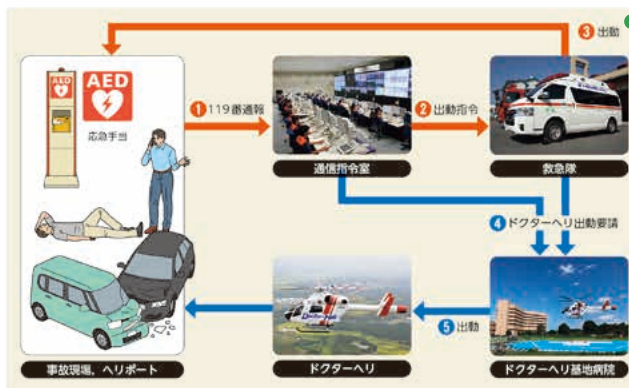
- 専門分野の著者を中心とした
執筆陣
- シンプルで洗練された紙面
（「である調」を採用）
- 生徒の興味・関心や主体性をよ
り高める工夫

2 救急医療体制の仕組み

1. 日本の救急医療体制 救急医療体制は、急な病気やけがに際して、誰もが適切な医療を受けられるようにするための社会基盤である。すべての国民がもつ健康な生活を営む権利を守るために救急医療体制を整備することは、国の責務の1つである。日本では、救急車による傷病者の搬送は、消防機関が担当している。119番通報すると救急車が出勤し、直ちに救急現場に向かう。現在では、医師が搭乗して直接救急現場に出動するドクターヘリやドクターカーの運用も増加している。救急医療機関は、機能別に初期・第二次・第三次に階層化されている。第三次救急医療機関は、救命救急センターと呼ばれ、急病やけがで生命に危険がある重度の救急患者のすべてを24時間体制で受け入れる。

2. 救急医療体制の適切な利用 救急車や救急医療機関は、限りある貴重な医療資源である。国民が皆で大切に使わないと、すぐに足りなくなってしまう。救急搬送される傷病者の数は全国で年間約596万人だが、その半数近くは結果的に入院する必要のない傷病者である。一方、緊急を要する病気やけがなのに、利用をためらっていると治療が間に合わないこともある。そのため、どのような症状やけがであればすぐに救急車を呼び、病院に急いで行くべきかを判断できる知識をもつことが重要である。

図2 119番通報から救急車が現場に到着するまでの仕組み



応急手当の意義と救急医療体制 ④

側注

理解がより深まるように、
内容を補足しています。

- ① 救急隊員の中でも救急救命士は、医師の指示の下、救急現場や救急車内で高度な救急救命処置を行うことができる。
- ② 119番通報から救急車が現場に到着するまでの時間は、全国平均で約9分となっている。
- ③ 全国で53機（2018年現在）のヘリコプターが、年間2万5千件以上出動している。
- ④ 初期救急医療機関は、軽度の救急患者の夜間・休日における診療を担当している。第二次救急医療機関は、必要に応じて救急患者の入院治療を行う。
- ⑤ 「#7119」に電話をすると、「すぐに病院へ行った方がよい」「救急車を呼んだ方がよい」といった助言をもらえる「救急安心センター」などを設置する地域が増えている。

Point!

豊富な図表

読み取る力を高めるために、
グラフなどの図表を豊富に
掲載しています。

考えてみよう

学習した内容を生かして取
り組める課題を用意してい
ます。

考えてみよう ▶ 傷病者を発見した時に積極的な救助をためらう理由を考えてみよう。

ここも Check!

現代高等保健体育 (701)

●特設項目：学習方法の提案

学習内容に関連づけて様々な学習方法を紹介します。

実生活に通じる思考力の養成につながります。

18 健康に関する意思決定・行動選択

特設項目
望ましくない習慣をやめる作戦を考えよう

PM 11:00

僕は同僚と夜食。最近、夜食がくさくなって困っている。自分でラーメンをつくって（しかも大盛り）食べてしまう。それも毎晩1時までに。健康によくないことはよくわかってはいるし、実際、脂肪はたくさんたまわっている。でも、我慢をしようと思っても、結局、我慢がきつくなって、毎日の小さな楽しみもなくなって……

「ブレインストーミング」をしてみよう

この事例に対して、どんな対策が考えられるでしょうか。自分で行うこと、人に助けてもらうことなどについて、いろいろな角度から考えて、できるだけ多くの対策をあげよう。あげられた対策もよいものを取りだして、その理由を説明してみよう。

その人にあった工夫があるよね。

ブレインストーミングとは

よいアイデアを生み出すための方法の1つで、みんなで自由に意見を出しあいます。大切なのは出された意見の内容よりも数であり、ほかの人の意見に便乗した発言も許されます。ただし、このとき、出された意見に対して「現実味がない」「実現不可能」などと批判をするのは、厳禁です。の検討は、後でまとめてみることができるだけ多くの意見を出された意見は記録をしようにします。

学習方法の例

- ・批判型思考
- ・ロールプレイング
- ・課題探求型学習
- ・課題発見型学習

ここも Check!

新高等保健体育 (702)

●口絵：具体的な数値の紹介

日本の現状について実感を持って捉えることができるよう、数値を用いて示しています。



第1章のまとめ

本章では、スポーツの歴史的發展、現代スポーツの意義・価値、スポーツの経済的効果、スポーツに求められる意識、スポーツと環境問題等について学習した。それらを通してスポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての課題を発見し、その解決を目指す考え方を学んできた。

これまでの学びを振り返り、以下の課題に取り組みよう。

課題の発見

- ① スポーツ文化を取り巻く課題が様々ある中で、あなたが特に重要であると考えたり、印象に残った課題（例えば、スポーツが自分や社会に与える影響、持続可能なスポーツの発展のために必要なこと等）を挙げる。また、様々な課題がある中で、特にそれを挙げた理由も付け加える。
- ② ①で挙げた課題について知っていること（課題の内容、課題の調べ方など）を挙げる。

●章のまとめ

章末に、対話的に学習を進めるための課題を設定。

課題解決に必要なコミュニケーション力の向上につながります。

の改善策も考える。



現代高等保健体育 (701) 新高等保健体育 (702) 指導資料・副教材の ご案内

※内容・判型はすべて予定

授業の進行・展開をサポート！

●指導ノート

B5 判・2 色刷 [保健編] 4 冊 [体育編] 1 冊

教科書内容の注釈，説明と板書例，コラム，参考資料，指導案など授業展開にとって必要な要素を凝縮した，教師用指導書の「授業計画・展開編」です。

●Teacher's Edition (朱注編)

B5 判・オールカラー

教科書の余白や行間に補足説明を赤字で示した，教科書の「朱注編」です。

●デジタル教科書

書き込みや内容の共有ができ，一体感のある授業ができます。

PC，タブレットでご利用いただけます。

●指導用データ集

DVD-ROM 各 1 枚

図表，シラバス，評価問題例集，スポーツの理解度テストなどのデータが入っています。

●パワーポイントスライド集

CD-ROM 各 1 枚

「現代高等保健体育 (701)」 「新高等保健体育 (702)」 それぞれに準拠したスライド集。

生徒の学習をサポート！

●保健体育ノート

B5 判・2 色刷

書き込む形式の学習教材です。授業のまとめや自習・課題学習の課題としても最適です。

●図説保健体育

B5 判・オールカラー

教科書内容に関連する図表・写真など，教科書を補完したり課題を導いたりする視覚教材で構成。

書き込み可能なノート部分もあり，日常生活でも役立つ保健体育資料集です。

試験問題づくりをサポート！

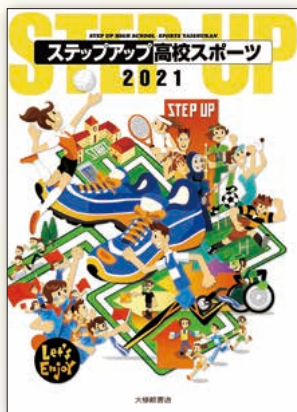
●評価問題自動編集ソフト

CD-ROM 各 1 枚

教科書の保健編・体育編，およびスポーツの問題が編集できます。

対象商品については，P C にディスクドライブがない場合も提供可能です。

体育実技副教材のご案内



ステップアップ高校スポーツ

B5判 オールカラー

- レベルに応じて学習が進められるステップアップ方式を採用。種目の中核となる技術や戦術が身につく練習方法を多数紹介しています。
- 練習方法やミニゲームがたくさん紹介されていますので、**選択制の授業**でも役に立つ内容です。
- 紙面が**大判**（B5判）でワイドです。また、見本の動きが**写真中心**で見やすいのが特徴です。
- 多くの一流選手にもご協力いただいた技術の連続写真は、生徒の皆さんの**モチベーションアップ**にもつながります。



アクティブスポーツ(総合版・女子版)

A5判 オールカラー

- 技術・戦術、練習方法やルールを立体的なイラストを使って**ビジュアル**に解説しています。
- 体育理論でも重視されている「**戦術学習**」を重点的に扱っていますので、より詳しく指導されたい先生におすすめです。
- スポーツを「する」「みる」「調べる」に対応した内容がコンパクトに1冊にまとめられ、**卒業後**も役に立つ内容です。



イラストでみる最新スポーツルール

A5判 オールカラー

- 各種目の**最新ルール**についてイラストを用いて詳しく解説しています。
- 弊社の体育実技副教材の中で、**ルールの充実度**は断トツのナンバー1です。
- 「スポーツを考えよう」「みんなのスポーツ栄養」「みんなの体カトレニング」という項目の内容は、**体育理論**の参考資料としてもお使いいただけます。

体育実技副教材の主なルール改訂について

○すでにご承知の先生方も多いことと存じますが、ルールや名称の変更等にもない、2021年度版の教材では主に次の点を改訂いたしました。

(アクティブスポーツ2021総合版／女子版，イラストでみる最新スポーツルール2021，ステップアップ高校スポーツ2021のいずれかにおいて掲載できました範囲に限られます。)

● バスケットボール

■ボールの扱いによる「バイオレーション」

「インタフェアの違反」

→「インタフェアレンスの違反」

● ハンドボール

■チームの構成

コートには最高7名のプレーヤー（自チームのゴールキーパーがいなくても同時に7人プレー可）が入ることができる。

■「フリースロー」となるゴールキーパー反則

プレーイングエリアの床にあるボールをゴールエリア内に持ち込む。

■競技の再開方法の「7mスロー」の方法

スロアーの手からボールが離れるまでゴールキーパーラインより前には出てはいけない。

● サッカー

■競技者の数

ただし、交代したプレーヤーはその試合に再び出場できない。なお、試合中の交代は各チーム最大3回とし、加えてハーフタイム時にも交代することができる。

■反則と不正行為の「ハンドリング」

ボールを手または腕で扱う。

(旧：ボールを意図的に手または腕で扱う。)

● ラグビー

■サポートプレーヤーと協力して攻める際の技術名称

「パス・イン・ザ・タックル」→「オフロードパス」

● バドミントン

■「失点となるフォルト（反則）」

「サービス時のフォルト」を以下のとおり修正しました。

旧：⑥サーバーがシャトルを打つ瞬間にラケットシャフトが下向きでない。

新：(⑥文章削除) 以下，文章番号を繰り上げる。

● 卓球

■ボールの特性

重さ 2.7g

■プレーヤーのミスとして、相手側のポイントとなるもの

・故意にボールを続けて2回以上打った場合。

● ソフトボール

■ルールと審判法

「タイブレーカー」→「タイブレイク」

● いろいろなスポーツ

その他、「フットサル」，「9人制バレーボール」，「ホッケー」，「ボクシング」，「レスリング」，「アメリカンフットボール」，「空手道」，「フェンシング」，「カヌー」，「セパタクロー」，「ゲートボール」，「自転車競技」に修正を加えています。

令和3年度用教科書の主な変更点

本年4月よりご使用いただく教科書「現代高等保健体育改訂版(304)」「最新高等保健体育改訂版(305)」は、令和2年度ご使用分から変更した点がございます。

つきましては、4月からのご指導に備え、これらの変更箇所およびその内容をご理解いただきますとともに、新1年生のご教授にあたりましては、先生におかれましても奥付が「令和3年4月1日発行」の教科書をお使いただきますよう、お願い申し上げます。

◇令和3年度供給用『現代高等保健体育改訂版』(304)の本文における主な変更箇所

ページ	変更前	変更後
p85 脇	⑥ 現在の分業率は、およそ <u>6割</u> 。…	⑥ 現在の分業率は、およそ <u>7割</u> 。…
p172 古代オリ ンピック	【古代オリンピック】(p.118) …闘った。古代ギリシャの哲学者プラトンは、 <u>このパンクラチオンを青少年の教育にもっとも 有効だとして推奨(すいしょう)した。</u>	【古代オリンピック】(p.118) …闘った。(下線部を削除)

◇令和3年度供給用『最新高等保健体育改訂版』(305)の本文における主な変更箇所

ページ	変更前	変更後
p156 古代オリ ンピック	【古代オリンピック】(p.114) …闘った。古代ギリシャの哲学者プラトンは、 <u>このパンクラチオンを青少年の教育にもっとも 有効だとして推奨(すいしょう)した。</u>	【古代オリンピック】(p.114) …闘った。(下線部を削除)



図解 みんなの救急のご案内

ガイドライン2015対応

坂本哲也[編]

B5判・136頁・オールカラー 定価715円(本体650円+税)

全面リニューアル 5つの特徴

1 JRC蘇生ガイドライン2015に準拠

2 日常や災害時に役立つ内容を網羅

従来のけがの手当、急病の手当の知識と方法に加えて、現状必要とされている、アレルギーや熱中症、災害への備えなどを充実

3 実践と実用を意識した、わかりやすい構成

豊富な図版とイラスト、書きこみ頁、いざというときに役立つ「その場でやる手当」

4 大きくて見やすい誌面

全頁オールカラー 判型はワイドなB5判

5 豪華著者陣

JRC蘇生ガイドライン2015の作成を中心となって進めた坂本哲也先生を編集委員長とした編集委員会体制。編集委員は、救急に関する各分野の専門家であり、ほぼすべてが、JRC蘇生ガイドライン作成の作業部会のメンバー。

最新の情報を盛り込み、
全面リニューアルしました!

【編著者】五十音順
所属は2017年1月現在

- | | |
|-------|--|
| 石見 拓 | 京都大学環境安全保健機構健康管理部門 教授 |
| 加藤 啓一 | 日本赤十字社医療センター 副院長・麻酔科部長 |
| 坂本 哲也 | 帝京大学医学部救急医学講座 主任教授 |
| 清水 直樹 | 東京都立小児総合医療センター 集中治療・救命救急部門長／
福島県立医科大学ふくしま子ども女性医療支援センター 特任教授 |
| 杉田 学 | 順天堂大学医学部附属練馬病院 救急・集中治療科 先任准教授 |
| 鈴木 卓 | 帝京大学医学部附属病院外傷センター 准教授 |
| 竹内 保男 | 帝京大学医学部救急医学講座・帝京大学国際教育研究所 講師 |
| 武田 聡 | 東京慈恵会医科大学救急医学講座 主任教授 |
| 田邊 晴山 | 一般財団法人救急振興財団 救急救命東京研修所 教授 |
| 三宅 康史 | 帝京大学医学部救急医学講座 教授／帝京大学医学部附属病院高度救命救急センター センター長 |
| 安田 康晴 | 広島国際大学保健医療学部救急救命学専攻 教授 |

【主要目次】

- 第1章 私たちが、救急蘇生法について学ぶ意味
- 第2章 私たちの命を脅かすもの
- 第3章 学んでおきたい救急蘇生法の基礎知識
- 第4章 場面に応じた応急手当
- 第5章 災害への備えと心がまえ
- 第6章 救急医療体制のしくみ





スポーツ指導者に学ぶ 選手の心を動かすパワーワード

◆ 笹竹英穂 著
◆ 四六判
◆ 定価1,980円
(本体1,800円+税)



至学館大学

笹竹英穂

■部活動を指導する教師たちのすてきな言葉

教師の言葉は卒業しても生徒たちの心の中に生き続ける。そんな思いを大学生と話をされていて強くすることが幾度となくある。

保健体育教師をめざす学生は、部活動の試合で負けた時の悔しさ、怪我した時の絶望感など、様々な挫折を味わっている。そして部活動を指導する教師から励まされ、その言葉によって立ち直ってきた。学生は「教師を志望するのは、部活動で落ち込んでいた時に、先生から励まされ、その言葉に支えられたからです。私もそのような先生になりたい」と口にする。落ち込んだ生徒を励まし、奮い立たせた教師の言葉は、大学生になった現在でも生き続けている。

たとえば、ある学生はこんなことを語ってくれた。高校の野球部の最後の試合は、自分のエラーで負けてしまった。試合後、一緒に頑張ってきたみんなに申し訳ないと思い、自分を思いっきり責めていた。その時、監督が声をかけてきた。「お前のエラーなんか、みんなすぐに忘れる。今までの練習に対する姿勢や、チームに貢献してくれたことが、みんなの心に残っている」。この教師の言葉によって、この学生はどんなに救われたことだろう。

また、別の学生はこんなことを語ってくれた。高校3年時にピッチャーから野手に転向し、朝練や夜練でひたすらバッティング練習をした。しかし緊張

すると思うようなバッティングができず、結局レギュラーに選ばれることはなかった。その時、自分を支えてくれたのはコーチの教師の言葉だった。「お前を試合に出してやりたい。悔しい思いをしているのは知っている。努力しているのも知っている」。レギュラーにはなれなかったが努力してきてよかったと、この学生は思うことができたという。

このように、部活動を指導する教師の言葉にどれほど励まされたかを学生は熱く語ってくれる。そして将来自分も教師になって、部活動で挫折して苦しんでいる生徒の気持ちを支え、励ましたいと意欲を示す。かつて教師の言葉によって自分が支えられたように、今度は自分がそのような言葉を投げかけて、挫折して苦しんでいる生徒を支えたいと思っている。

おそらく教師は、自分の投げかけた言葉が、その後も生徒の心の中に生き続けているとは思っていない。目の前で苦しんでいる生徒を一生懸命に励まそうとしていただけに違いない。それだけに教師の純粋な熱意が生徒の心に届いたのであろう。

部活動の指導は、時には身体的にも精神的にも大きな負担となる。しかし自分の言葉をこのように大切に受け取ってくれる体験を持てるのは、中学校や高校の教師ぐらいではなかろうか。

本書は、部活動で落ち込んでいる生徒を励まし、奮い立たせた教師たちのすてきな言葉を集めたものである。「スランプに悩む選手へ」「レギュラーになれない選手に」「試合に負けて落ち込む選手に」など場面ごとに分類してある。この本を読めば、部活動の指導時に教師のどのような言葉が生徒たちの心にどのように響いたのかわかる。部活動の指導では生徒にどのような言葉をかけたらよいか、苦慮することがあるが、そのような時に本書は必ず役立つであろう。

今からでも間に合う、新学習指導要領における〈体育〉のポイント

日本体育大学
近藤智靖

1 はじめに

平成30年に高等学校の新学習指導要領が告示され¹⁾、現在は移行期間となっています。新型コロナウイルス感染拡大の中で、各学校は様々な対応に追われており、令和4年度から年次進行で実施されていく新しい教育課程の準備や研修は、十分には進んでいないのが実情ではないかと思います。そこで本稿では、科目「体育」の改訂のポイントを確認し、新しい教育課程に向けた準備の一助としていただければと考えております。

2 新学習指導要領の前提〈4-4-4の枠組みの維持と実生活や社会との結びつき〉

高等学校は多くの生徒にとって保健体育の授業を受ける最後の時期にあたり、保健体育科の目標である「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する」の実現に向けて大きな役割を担っています。今回の高等学校学習指導要領の改訂は、幼稚園教育要領、小中学校の学習指導要領に続く、最後の位置づけとなります。幼稚園から中学校までの各校園種で全面実施に移行し、授業改善が進む中、まるで駅伝のように高等学校に改訂の襷が渡されます。そのため、高等学校における授業改善が進むかどうか、今回の学習指導要領の改訂の成否を分けるといっても過言ではないと思います。小中学校までの体育科・保健体育科の授業において、思考力・判断力の

大切さを学んできた生徒が、高等学校の授業において教師主導による技能中心の学びを受けるとすれば、学びの連続性が途切れてしまいます。生徒の学びの連続性を維持するためにも、教師は新学習指導要領の目指していることを十分に理解しておくことが大切です。

ちなみに今回の新学習指導要領は、平成21年の学習指導要領と同様、校種間の繋がりを重視しており、とりわけ、中学校からの接続を強く意識しています。ご承知の通り、小学校の最初の4年間を「各種の運動の基礎を培う時期」、小学5年～中学2年までを「多くの領域の学習を経験する時期」、中学3年～高校3年までを「卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期」とし、校種間の繋がりを持たせています。4年を1つの単位として指導内容の枠組みを設定していることから、「4-4-4」ともいわれています。こうした枠組みが基礎となっているため、中学校3年と高等学校の入学年次（以下、高校1年）の指導内容はほぼ同じものとなっています。また、新学習指導要領全体としては、実生活や社会との結びつきを強く意識しており、学校で学習したことが実生活でどのように生かされるか、そして将来の生活や社会の在り方と繋がっていくかが意識されています。

3 改訂のポイント

今回の学習指導要領改訂にあたって留意すべきポイントは次の4つです。

- (1) 3つの資質・能力の育成－「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」
- (2) 「主体的・対話的で深い学び」による授業改善
- (3) カリキュラム・マネジメント
- (4) 運動やスポーツとの多様な関わり方－「する、みる、支える、知る」

上記の4つを押さえておくことで、新学習指導要領では何を求めているのか、どのように授業を変えていくのかについて大方理解できるかと思います。では、4つのポイントを詳しく説明していきます。

- (1) 3つの資質・能力の育成－「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」

平成21年の学習指導要領と今回の新学習指導要領とでは、指導内容の示し方が大きく異なっていま

す。平成21年の学習指導要領では、「技能」「態度」「知識、思考・判断」の順でしたが、今回は「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」となっており、文言も変化しています。この点について、高等学校学習指導要領解説保健体育編²⁾(以下、学習指導要領解説)のp.3では次のように記されています。

「生きる力」をより具体化し、教育課程全体を通して育成を目指す資質・能力を、ア「何を理解しているか、何ができるか(生きて働く「知識・技能」の習得)」、イ「理解していること・できることをどう使うか(未知の状況にも対応できる「思考力・判断力・表現力等」の育成)」、ウ「どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか(学びを人生や社会に生かそうとする「学びに向かう力・人間性等」の涵養)」の三つの柱に整理するとともに、各教科等の目標や内容についても、この三つの柱に基づく再整理を図るよう提言がなされた。(下線は筆者)

これは改訂の基本方針の一部ですが、単に指導内容の順序が入れ替わっただけではない深い意味があります。今回の改訂では、「知識」を「思考・判断」から引き離して「技能」と一体化させています。体育でも単に技能が高まればよいのではなく、理解をして運動をすること、運動をする過程で理解を深めることの大切さを求めています。また、「思考・判断」も「力」が付加されることで、考えて判断できる力を求めており、さらに「表現力」を付加して、考えたことを言葉や文字で他者に表していくことを大切にしています。さらには、従来まで「態度」としていた内容が「学びに向かう力・人間性等」となっており、一過性の態度から、人生や社会を想定するものになっています。この項目では、公正、協力、責任、参画、共生という考え方が重視されており、運動をする中で、フェアな態度をとったり、様々な人と関わりながら違いを認めたり、さらには、積極的に物事に^{かんよう}関与していく人間性の育成がうたわれています。とりわけ、「涵養」という言葉が学習指導要領解説にはみられています。「涵養」という言葉は、明鏡国語辞典(大修館書店)によると「徐々に養い育てること。涵はうるおすの意」とされており、水が時間をかけて土に染み込んでいくといったイメージです。つまり、こうした「学びに向かう力・人間性等」という考え方を生徒が身につけていくには、ゆっくり時間をかけていく必要があるということを意味しています。

このように新学習指導要領では、生きて働く知識

や技能、また、深く考え判断し、他者を思いやって表現できる力、さらには、人生や社会を想定した人間性の育成を目指しています。その意味で、今回の改訂の背景には深い理念と理想の追求があります。

では、具体的にこの資質・能力を体育ではどう捉えたら良いか、高校1年の体づくり運動(イ 実生活に生かす運動の計画)を例にして考え方を説明したいと思います。なお、体づくり運動では、「知識及び技能」ではなく、「知識及び運動」と捉えているため、「技能」のところを「運動」と表現します。

〈高校1年の体づくり運動(イ 実生活に生かす運動の計画)を例にして〉

学習指導要領解説には様々な内容が記載されていますが、情報量が多いために全体像を把握していくことが難しいかと思います。学習指導要領解説を理解する上で重要な手がかりとなるのが〈例示〉です。たとえば、高校1年の体づくり運動の「知識」の〈例示〉を見ると、次のような内容が示されています。

・運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかななどの運動の原則があること。

この記述からは、高校1年の体づくり運動の中では、「運動のねらい」や「バランスのよさや適切性」といった運動をする上での原則を教えていくことがわかります。ここでの「運動の原則」とは「トレーニングの原則」とも言い換えることができ、意識性・個別性・反復性等のことです。体づくり運動の授業内では、こうした知識を取り上げることが大切になります。

また、「運動」の〈例示〉では、次のような項目が示されています。

・運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組合せやバランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むこと。

この記述を読むと、体づくり運動は、運動量を確保して体を鍛え上げるというイメージではないことがわかります。生徒が授業外の休憩時間や家庭でも取り組めるような運動の計画を立て、それを実施できる力を求めています。

また、「思考力、判断力、表現力等」の〈例示〉では次のような項目が記されています。

- ・ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定すること。
- ・健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返ること。
- ・課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えること。

この内容は、適切に計画を立てて運動をし、その活動を振り返り、また、仲間と話し合うことを求めています。

さらに、「学びに向かう力・人間性等」では、次のような〈例示〉が示されています。

- ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。
- ・自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとする。

ここでは、共生や参画といった考え方について授業の中で伝えていくことを求めています。

このように高校1年の体づくり運動の〈例示〉をみると、運動を計画する上での知識、実生活を想定した運動の仕方、仲間との関わり方を育成しようとしているのがわかります。体づくり運動の一つとして試してみてもわかるように、体育においても、生きて働く知識や技能、あるいは社会を想定した人間性の育成など、新学習指導要領の方向性が反映されています。

(2) 「主体的・対話的で深い学び」による授業改善

2つ目の改訂のポイントとして「主体的・対話的で深い学び」を挙げることができます。この言葉の定義は学習指導要領解説に記載されていません。中央教育審議会や新学習指導要領に関する文部科学省の説明資料に記載されており、次のような説明がみられます³⁾。

①主体的な学び

学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しを持って粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる「主体的な学び」が実現できているか。

②対話的な学び

子供同士の協働、教職員や地域の人との対話、先哲の考え方を手掛かりに考えること等を通じ、自己の考えを広げ深める「対話的な学び」が実現できているか。

③深い学び

習得・活用・探究という学びの過程の中で、各教科等の特質に応じた「見方・考え方」を働かせながら、

知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に創造したりすることに向かう「深い学び」が実現できているか。

(下線は筆者)

下線でも示したとおり、主体的な学びの定義には「興味や関心」「見通し」「粘り強く取り組む」「振り返り」「次につなげる」という言葉が含まれています。生徒が関心を持って課題に取り組み、学んだことを振り返り、次の学習につなげる、というのが主体的な学びの意味です。

また、対話的な学びの定義には、「子供同士の協働」「教職員や地域の人との対話」「先哲の考え方」という言葉が含まれています。これは、生徒同士が各々の立場を尊重しながら、役割分担をして関わり合っていくことや、学内外の人と繋がりながら学びを深め、さらに文献やインターネットを使って調べる中で先人達の考え方に触れていく、というのが対話的な学びの意味です。

さらに、深い学びは、「知識を相互に関連付け」「情報を精査」「問題を見いだす」「解決策を考え」「創造する」という言葉で表されています。学んだことを関連付けたり整理したり、問題を見つけ、解決し、新たな考え方を創り出す、というのが深い学びの意味です。

このように「主体的・対話的で深い学び」をまとめると、生徒が高い意欲を持って学習に臨み続け、仲間や教職員、あるいは地域の人と関わり、問題を見出し、解決し、整理をしていく学習です。これは暗記を中心とする教え込みや、技能の反復に終始する授業とは明らかに違います。

「主体的・対話的で深い学び」において求められている学習形態は、アクティブ・ラーニングとも呼ばれ、現在、こうした形態については様々な研究がなされています。たとえば、協同学習や反転学習等がその例です。また、問題解決学習・課題解決学習も重要な学習形態です。体育では、とりわけ、この問題解決学習・課題解決学習が重視されています。これらは、「基礎となる知識や技能を踏まえて、生徒自身が問題に気づき、解決の方法を仲間と共に考え、解決に向けて活動をしていく」、また、「取り組みの過程を振り返り、再び新たな問題や目標を見つけていく」といったサイクルを持った学習です。こうした形態は、生徒主体の学習とも捉えられています。ただし、生徒に基礎的な知識や技能が定着して

いない場合、問題の理解もできず、学習が停滞してしまったり、解決できずに這い回ってしまうこともあります。よって、生徒が基礎的な知識や技能を身につけていくことも大切です、思考や判断をしていくことも大切です。また、生徒主体といっても生徒を放任しているわけではなく、教師は裏方のように振る舞い、問題発見の仕方や解決方法について、生徒の考え方を引き出し、指導と支援を繰り返していく必要があります。ここでは、生徒に試行錯誤の機会を保障していくことが求められています。ただし、時間も手間もかかることから、教師側も忍耐強い姿勢が求められます。

新学習指導要領の改訂の経緯（p.1）で「今の子供たちやこれから誕生する子供たちが、成人して社会で活躍する頃には、我が国は厳しい挑戦の時代を迎えていると予想される」「学校教育には、子供たちが様々な変化に積極的に向き合い、他者と協働して課題を解決していくことや、様々な情報を見極め、知識の概念的な理解を実現し、情報を再構成するなどして新たな価値につなげていくこと、複雑な状況変化の中で目的を再構築することができるようにすることが求められている」という記述があります¹⁾。この文を読むと授業改善の背景には深い理念と理想が描かれている、というのがわかります。

（3）カリキュラム・マネジメント

3つ目の改訂のポイントとしてカリキュラム・マネジメントを挙げることができます。カリキュラム・マネジメントについては、新学習指導要領の総則（p.20）で以下のように記載されています²⁾。

各学校においては、生徒や学校、地域の実態を適切に把握し、教育の目的や目標の実現に必要な教育の内容等を教科等横断的な視点で組み立てていくこと、教育課程の実施状況を評価してその改善を図っていくこと、教育課程の実施に必要な人的又は物的な体制を確保するとともにその改善を図っていくことなどを通して、教育課程に基づき組織的かつ計画的に各学校の教育活動の質の向上を図っていくこと（以下「カリキュラム・マネジメント」という。）に努めるものとする。

カリキュラム・マネジメントは、平易な言葉で言直すと、以下の3つのことです。

- ①カリキュラム自体をPDCAサイクルの視点からチェックしていくこと（教育課程のPDCA）。
- ②資質・能力の育成の視点を踏まえて、他教科や教科の中の指導内容を横断し、関連づけていくこと

（指導内容の横断や関連付け）。

- ③人的・物的な教育条件をより計画的に整備していくこと（教育条件の整備）。

この3つの総称として、カリキュラム・マネジメントという用語をあてています⁴⁾。この考え方が生まれてくる背景には、教師や外部指導員の人員配置が効率的なものとなっているのか、あるいは、内容面では同じ学年なのに、担当した教師が思い思いに統一感のない指導をしていないか、あるいは同じことを必要以上に繰り返していないか、といった学校における組織運営や指導上の課題があります。つまり、学校内の人的・物的資源や指導内容の効率や効果が問われた結果だと言えます。

この総則で示されたカリキュラム・マネジメントの方針を保健体育科に引き取ってみると次の内容となります²⁾。

- ①3年間の見通しを持った年間計画の作成
- ②生徒の実態に基づいた計画の作成、実施、評価、改善
- ③地域の人的・物的資源の活用

具体的に①では、3年間の見通しを持った年間計画を立てていくことと同時に、体育と保健の指導内容を関連させていくことが求められています。①の例として、体育と保健の関連付けでは、保健「現代社会と健康」の「(ウ)生活習慣病の予防と回復」や「(オ)精神疾患の予防と回復」の内容と、体育「体づくり運動」の内容との関連を図ることがあります。また、②では、生徒の実態に基づいた年間計画や単元計画の作成、実施、評価、改善といったPDCAサイクルを回していくことです。さらに③では、地域の人的・物的資源の活用をし、障害のある生徒などへの支援や実生活への繋がりよう充実するようにしていくことです。

このように限られた条件の中で教育活動を効率的・効果的に展開していくのが、カリキュラム・マネジメントの考え方です。

（4）運動やスポーツとの多様な関わり方ー「する、みる、支える、知る」

4つ目の改訂のポイントとして、運動やスポーツとの多様な関わり方ー「する、みる、支える、知る」を挙げます。

これは、保健体育科独自の方針であり、この考え方が提案される背景には、2010年の「スポーツ立国戦略」の策定、2011年の「スポーツ基本法」の

制定、2015年の「スポーツ庁」の創設といった一連のスポーツ振興政策の影響があります。とりわけ「スポーツ立国戦略」では、「ライフステージに応じたスポーツ機会の保障」や「トップアスリートの育成」等の5つの目標を設定しており、その基本的な考え方として「人（する人、観る人、支える（育てる）人）の重視」があります。スポーツを「する」人の増加を目指しつつ、それだけに留まらず「みる、支える（育てる）」人を増やし、スポーツに関わる人の裾野を広げていくという考え方です。この考え方は新学習指導要領にも影響しています。また、新学習指導要領では、先記した通り、生きて働く「知識」を重視していることから、「する、みる、支える」に「知る」という動詞が追加され、「する、みる、支える、知る」という一連のフレーズとなっています。学習指導要領解説のp.28ではこの「する、みる、支える、知る」について次のように記されています²⁾。

特に超高齢社会の到来や、生活が便利になること等によって体を動かす機会の減少が予想される21世紀の社会において、生涯にわたり、運動やスポーツを「する」ことのみならず、「みる、支える、知る」などの運動やスポーツとの多様な関わり方を社会で実践するなど、「豊かなスポーツライフ」を送ることは大きな意義がある。

この記述にみられるように「する、みる、支える、知る」は、保健体育科の大きな目標である「豊かなスポーツライフの実現」と直結していることがわかります。実際、高校生は体力差、技能差、関心・意欲の差が顕著であり、大きく二極化しています。そのため、体育の中では「する」ことだけに価値を置かず、「みる、支える、知る」ことの楽しさを伝えていく必要があります。たとえば、日常の体育授業でも常に仲間と動きを見合ったり、体育の授業と学校行事とを関連付けて、球技大会等の行事運営や仲間のサポート活動を体験させたりと、「する」ことだけではなく運動やスポーツへの関わり方をさらに価値づけていくことが必要です。

4 結びに

本稿では、以下の4つの改訂のポイントについて触れてきました。

(1) 3つの資質・能力の育成－「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」

(2) 「主体的・対話的で深い学び」による授業改善

(3) カリキュラム・マネジメント

(4) 運動やスポーツとの多様な関わり方－「する、みる、支える、知る」

いずれも大切なポイントであり、その実現に向けて今後準備をしていく必要があると思います。しかし、現実を目を向けてみると、アクティブ・ラーニングといっても、どの単元でも十分な時間が確保されているわけではありませんし、生徒の意欲差、技能差、体力差も顕著です。また、コロナの問題がまだ収束しておらず、生徒たちの学びの機会が十分に保障できる状況に戻っているわけではありません。たとえば、実技中に「対話的な学び」を実施しようとしても、直接的な会話が制限されており、その実施は困難を極めます。新学習指導要領の実施にあたり、各学校では現実を前にして難しい対応が迫られているといえます。

筆者は、新学習指導要領への向き合い方として、各教師が高い志を持って授業や組織の改革を志向しつつ、同時に成果を早急に求めすぎずに、目の前の生徒の心と体を見ながら「ぼちぼち」と対応していく必要があると考えています。その際、教師同士が協働的に関わり、試行錯誤をし、取り組むことを整理していくことが必要です。真の意味での「主体的」「対話的」で「深い」学び、そしてカリキュラム・マネジメントの力は教師側にも求められていると思います。

主な引用・参考文献

- 1) 文部科学省 (2018) 高等学校学習指導要領 (平成30年告示)。東山書房。
- 2) 文部科学省 (2019) 高等学校学習指導要領 (平成30年告示) 解説保健体育編。東山書房。
- 3) 文部科学省 (2017) 新しい学習指導要領の考え方－中央教育審議会における議論から改訂そして実施へ－
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/_icsFiles/afieldfile/2017/09/28/1396716_1.pdf
(参照日：2021年1月31日)
- 4) 近藤智靖 (2017) 平成29年版小学校新学習指導要領の展開体育編－3章3カリキュラム・マネジメント。明治図書出版。



女性アスリートダイアリー 2021

- ◆女性スポーツ研究センター
編
- ◆A5判
- ◆価格880円(本体800円+税)



▲特設サイトはこちら



筑波大学体育系

大山 圭悟

<コンディショニングの基本はモニタリング>

陸上競技の指導に携わる身ですが、「女性アスリート特有の悩みに寄り添ったサポートを」と頭では考えるものの、まだ十分とは言えず、日々模索しているところです。そのような私が、自分の努力を棚に上げてアスリートに求めるのは、過去・現在・未来にわたって自分のコンディションを知るモニタリングです。

<若者の内分泌異常の影響は将来にわたる>

女性において11-14歳の時期が最も骨の形成が活発であると言われていますが、10代は疲労骨折が起こりやすい時期でもあります。女性ホルモンのうち、特にエストロゲンが適切に分泌されることで、骨への骨塩（カルシウムなど）の沈着が促進され、骨の強度が保たれます。最近では、骨が弱い状態で競技を継続すると骨折や疲労骨折につながり、若い時期に長期にわたってエストロゲンが不足した状態が続くと、その時期の骨強度が低くなるだけでなく、将来的にも骨強度が上がりにくくなることがわかってきています。ところが、「大丈夫だよ、競技を引退すれば月経が来るから」「トップアスリートはみんな月経が来てないよ」などと言って、対策を後回しにしている事例を耳にすることがあります。この問題が将来にわたるものだという点については意外と知られていないのです。

このような背景から、就学期にあたる若い世代の女性アスリート自身が正しい知識を持って、問題を

理解することが、アスリートとしての活躍はもとより、生涯にわたる心身の健康的な生活を担保する基盤となるのです。

<モニタリングと周期理解の重要性>

個人差があるものの、女性の体調は内分泌の影響を大きく受け周期的に変動しやすいことが知られ、エストロゲンの分泌が活発になる卵胞期の特徴として、骨形成への良い影響や精神的な安定が挙げられます。また、プロゲステロンの分泌が優位になる黄体期には、精神的に不安定になり、気持ちが沈みがちになる人もいます。このような周期的な変動は、時にアスリートにとって大きな負担となります。たとえば、卵胞期はエストロゲンの作用で体重が増加しやすいですが、そのことを無視した体重制限は、過剰な負担につながります。

しかし、モニタリングの継続によって、現時点のコンディショニングが順調かどうかの確認とともに、今後の月経発来やそれに伴う体調変化の期間が予想できれば、目標とする競技会や試験など、特定時期のコンディションを予測することができ、適切なトレーニング負荷の配置も行いやすくなります。

<モニタリングと知識の確認>

前置きが長くなりましたが、本書は、長い期間を俯瞰しやすい見開き一ヶ月の「カレンダーページ」に続いて、「体調及び基礎体温の記録ページ」が同様に見開きで配置されています。アスリート自ら書き込んで活用していく手帳形式で、コンディションの周期的な変動を認識したモニタリングに適しています。デジタル全盛の今日であっても、手書きの文字情報の温かみには重要な意味があるように思います。実際、手書きの文字には文字情報以上の情報が含まれており、記載当時の思いや微妙な心の動きが反映されて気づきを与えてくれます。その一方で、巻末には非常時の相談に役立つ「身体と心のサポート情報」として、外部のウェブサイトへのリンクがQRコードで記されているなど、スマートフォンと手帳の両刀使いにも配慮された内容となっています。[からだコンディショニングの基礎知識]はイラスト付きの便覧で、女性アスリートが意識したい月経周期や貧血などのトピックについて保健体育の教科書の範囲を拡張した情報の解説があります。このダイアリーは、学校での保健体育授業を実践に活かす第一歩の、頼もしいサポートとなるでしょう。

学校での がん教育の考え方

—実施に向けての不安を解消
するために—

聖心女子大学
植田誠治

1. 新しい段階に入ったがん教育

がんは、1981年より日本人の死因の第1位である。年間30万人以上ががんで亡くなっており、これは全死亡の約3割に相当する。また、生涯でがん罹患するリスクは年々増加し、最近では男性が60%、女性が45%と推計されており、日本人のおよそ2人に1人が一生のうちにがんと診断されるということになる。その一方で、がんに対する関心の低さや誤った認識も指摘されている。そして、そのことが必要以上の不安を引き起こしたり、検診率の低さをもたらしたり、がん患者あるいはその家族への差別や偏見を持つことにつながることも指摘されている。

また、国のがん対策を進めるために2012年6月に閣議決定された第2期「がん対策推進基本計画」では、がん教育の必要性が指摘され、「子どもに対しては、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい認識を持つよう教育することを目指し、5年以内に、学校での教育のあり方を含め、健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにするべきか検討し、検討結果に基づく教育活動の実施を目標とする」ことが示されている。そして、2018年7月に告示された『高等学校学習指導要領解説 保健体育編』では、入学年次又は次の年次の「現代社会と健康」(ウ)生活習慣病などの予防と回復におい

て、がんの予防と回復が内容として示された¹⁾。

ここでは、これらの解説を中心に、特に高等学校でのがん教育の目標、内容や授業づくり、評価などを紹介する。

2. 学校におけるがん教育の目標

「がん対策推進基本計画」を受けて、文部科学省は公益財団法人日本学校保健会に「がんの教育に関する検討委員会」を設置した。そこでは学校におけるがん教育の枠組みがまとめられている²⁾。またこれを受けて、文部科学省は「学校におけるがん教育の在り方について（報告）」で、学校におけるがん教育の目標を次のようにまとめている³⁾。

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もち、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く、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。

このように学校におけるがん教育の目標は、大きく〔がんに関する理解〕と〔健康と命の大切さを考える態度〕の2つとなる。

学校における健康教育は、小学校では体育科（保健領域）、中学校では保健体育科（保健分野）、高等学校では保健体育科（科目保健）を中心として、特別活動や総合的な学習の時間、道徳、その他関連する教科をも通じて計画的に行われことも踏まえると、この目標は、小学校体育科、中学校保健体育科、高等学校保健体育科での目標であるとともに、学校教育全体で目指す目標であると捉えることができる。

なお、筆者は、児童生徒には、がんに対する不安が認められること⁴⁾、その一方でがんについての基本的な知識が乏しかったり誤っていたりすること⁵⁾、そして小児がんの子どもたちへの教師の理解や友達の励ましが大きな支えになる一方で不用意な言葉や態度がいじめや差別にもつながること⁶⁾などを踏まえて、それらを払拭することを、あえて明確に示しながら、次のような目標を持つことが必要ではないかと考えている。

学校におけるがん教育の目標は、がんの疾病概念、予防方法、検診の意義、治療法や社会的な対策を正しく理解し、がんを予防する能力や態度を高め、がんに対するいたづらな不安や偏見を払拭する。また、がんやがんと向き合う人々について学ぶことによって、自他の健康といのちの大切さを知るとともに自己のあり方や共生社会について考える態度を育成する。

3. がん教育の内容

学習指導要領とその解説において、がん教育に関連する内容を抜粋すると次のとおりである^{7, 1)}。

●中学校〔第2学年〕 教科：保健体育（保健分野）

〔中学校学習指導要領〕

(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。

(ア) 省略

(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。

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

■内容の(1)のアの(イ)及び(ウ)については、(中略) また、がんについても取り扱うものとする。

そして上記アの(ウ)、(エ)については解説に次のように示されている。

〔解説〕

(ウ) 生活習慣病などの予防

㊦ 生活習慣病の予防

(前略) 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。

㊧ 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、㊦、㊧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。

(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

㊦ 喫煙と健康

喫煙については、たばこの煙の中にはニコチン、タール及び一酸化炭素などの有害物質が含まれていること、それらの作用により、毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下など様々な急性影響が見れること、また、常習的な喫煙により、がんや心臓病など様々な疾病を起こしやすくなることを理解できるようにする。特に、未成年者の喫煙については、身体に大きな影響を及ぼし、ニコチンの作用などにより依存症になりやすいことを理解できるようにする。（以下、省略）（下線、網かけは筆者）

●高等学校〔入学年次又は次の年次〕 教科：保健体育（科目保健）

〔高等学校学習指導要領〕

(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。

(ア) (イ) 省略

(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。（以下、省略）

■（前略）(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。

そして、上記アの(ウ)については、解説に次のように示されている。

〔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。
(下線、網かけは筆者)

さて、中学校と高等学校の学習指導要領解説の文章を、語尾に気をつけながら再度確認したい（既出の解説の網かけ部分を参照）。

中学校では、がんは異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であること、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、そしてがんの予防には、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、さらに常習的な喫煙とがんの関係といった内容は、理解できるようにする基本的な内容として示されている。そして、がんの回復については触れるように配慮する内容となっている。ここでのがんの回復とは、「健康診断やがん検診などで早期に発見できることなど」と示されていることから、二次予防である早期発見・早期治療、そして「など」として三次予防である治療と社会復帰などの内容と考えることができる。

このように高等学校では、がんのリスクを軽減し予防するには、調和のとれた健康的な生活を続けること（一次予防）とともに定期的な健康診断やがん検診などを受診すること（早期発見・早期治療といった二次予防）が必要であることが、まず基本的な内容として示されている。そして、がんには様々な種類があることと、その原因には生活習慣のみならず、細菌やウイルスの感染などもあることも基本的な内容として示されている。さらに、がんの回復においては、手術療法、化学療法（抗がん剤など）、放射線療法という、いわゆるがんの三大治療法があること（などとあるのでそれ以外も紹介は可能と思われるが）、そして、患者や周囲の人々の生活の質を保つことと緩和ケアの重要性にも触れることが示されている。これらは、中学校の内容をさらに発展させたものとなっていることが見て取れる。

また、高等学校の科目保健では、多くのテーマで社会的対策が内容として含まれているが、がんの予防と対策、すなわちがんの一次予防、二次予防、三次予防においても、個人の取り組みとともに、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が基本的な内容として示されている点も重要である。

ところで、文部科学省におかれた「がん教育」の在り方に関する検討会は、学校におけるがん教育の学習内容について、次の9つを例示している³⁾。

- 1) がんとは（がんの要因等）
- 2) がんの種類とその経過
- 3) 日本におけるがんの状況
- 4) がんの予防
- 5) がんの早期発見・がん検診
- 6) がんの治療法
- 7) がん治療における緩和ケア
- 8) がん患者の「生活の質」
- 9) がん患者への理解と共生

これら9つの内容を、先の中学校・高等学校学習指導要領解説に示された内容と照らし合わせるならば、基本的な内容とするのか、触れることとする内容とするのかは分けて考える必要があるものの、概ね中学校・高等学校における保健体育科保健分野と科目保健で網羅しているとみることができる。

また、特別活動については、校種により表現が一部異なるものの、「自主的、実践的な集団活動を通して身に付けたことを生かして、主体的に集団や社会に参画し、生活及び人間関係をよりよく形成するとともに、人間としての在り方生き方についての自覚を深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。」ことが目標として示され、内容の一つとして「生命の尊重と心身ともに健康で安全な生活態度や規律ある習慣のある確立」があり⁸⁾、関連付けた指導も可能である。

4. がん教育の授業展開とすぐに使える補助教材

2022年4月からは、高等学校において新入生から新しい教科書を用いた学習が始まる。授業を実際に展開する際には、3. で紹介したがん教育の内容と照らし合わせて、教科書の記述内容、図表等から教材研究するとよいだろう。

学習指導要領を踏まえての、高等学校における授業展開例は次のとおりである⁹⁾。

【高等学校における授業展開例（その1）】

本時の目標：がんを引き起こす要因には、生活習慣、細菌・ウイルスなど様々なものがあることを理解する（知識・理解）。健康的な生活習慣とがんとの関係、がんの病歴と5年生存率、がんの罹患リスク・予防要因について分析し、自分が取るべき行動を考え、判断し、説明することができる（思考・判断・表現）。

学習内容：がんを引き起こす要因には、生活習慣、細

菌・ウイルスなど様々なものがあること。／がんを予防するうえで、健康的な生活習慣の維持と、早期発見・早期治療が重要なこと。

学習活動：

【導入】知っているがんをできるだけたくさんあげる。

【展開】日本での罹患数が多い順にがんの種類を整理する。／がんを引き起こす原因として知っているものをあげ、それぞれのがんとの関係を整理する。／健康的な生活習慣とがんの罹患リスクの関係を分析する。／日本のがん検診率を諸外国のデータと比較し整理する。／がんのリスクを高くする、リスクを低くする行動について、国立がん研究センター「がんのリスク・予防要因評価一覧」を用いて整理する。

【まとめ】自分が今後、がんを予防するうえで取るべき行動についてまとめ記述する。

【高等学校における授業展開例（その2）】

本時の目標：がんに罹患した場合には、三大治療をはじめとする治療法や緩和ケアがわかる（知識・理解）。がん患者に対する様々な治療法や緩和ケア、社会的支援について、課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明することができる（思考・判断・表現）。

学習内容：がんの治療には、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。／がんの回復には、治療のほかに、緩和ケアや患者や周囲の人々の生活の質を保つことが重要であること。／がんの予防や回復には、がん情報のサービスを活用すること。

学習活動：

【導入】がんになった方の中には、ウィッグを付けることがあるがそれはなぜかを考える。

【展開】がんの三大治療の特徴について、国立がん研究センター「がん情報サービス」のウェブサイトを用いて調べ整理する。／緩和ケアとは何かを知るとともに、がんの治療とともになぜ緩和ケアが重要であるか意見交換する。

【まとめ】がんに関する情報を活用する際の留意点について、国立がん研究センター「がん情報サービス」にある「がん情報さがしの10か条」を参考にしながら、活用可能性について、意見を述べる。

また、授業展開の際、学習指導要領解説に示された内容に関連させて、すぐに使える補助教材が開発されている¹⁰⁾。教材は、「教師用指導参考資料」「映像教材」「ワークシート」「スライド教材」などからなり、ダウンロードして使用することができる。特に「スライド教材」は、p.21に示したがん教育の9つの内容に準じ、モジュール化して作成されており、中学校・高等学校の授業を準備する際にすぐに使えるものとなっている。授業において、授業の目標に合わせて「スライド教材」の一部を用いたり、いくつかを用いたり、あるいは学校や生徒の状況を踏まえて一部変更したりして使用することができる。

5. 学校におけるがん教育を進めるうえでの配慮点

(1) 生徒への配慮

学校におけるがん教育の実施にあたっては、小児がんの当事者や小児がんの既往のある生徒がクラスにいる場合、家族にがん患者がいる児童生徒、家族をがんで亡くした生徒がいる場合、クラスにがん患者やがんの既往のある生徒がいる場合などには配慮が必要である。個人情報保護の観点から、教える側が生徒や家族の情報を持っていない場合もありうるが、こにちは生涯で2人に1人ががんに罹患する時代でもあるため、まず教室や学校にはこのような生徒がいるという前提で授業を行うことも必要である。ただしこのことは、実は他の病気や事故といった保健の内容を扱う場合も同じである。

まず生活習慣が主な原因とならないがんがある（生活習慣がよくてもがんになることもある）という基本的な内容を踏まえる。小児がんの当事者あるいは小児がんの既往のある児童生徒がいる場合、情報を有する養護教諭と授業担当者が連携を図り、プライバシーに配慮しながら、生徒や保護者に授業内容について事前に伝える配慮も必要である。筆者の経験では、このような場合に、生徒や保護者が「学校全体にがんについての理解が広がってほしい」とむしろ前向きに捉えるという報告も聞く。学校におけるがん教育はまさにそういう広がりを目指して行われるものではあるが、がんに関する内容を一定のまとまりとして取り扱い始める過渡期には慎重な対応が必要である。

(2) 外部講師の活用

学校におけるがん教育では、がんの専門性の高さに鑑みて、広く専門機関等との連携を進める必要性が強調されている。地域や学校の実情に応じて、学校医やがん専門医をはじめとする医師や看護師、保健師等の保健医療専門家、あるいはがん経験者やがん経験者団体等の外部講師の参画・協力を推進するという内容である。自治体においては、がん教育外部講師リストや外部講師活用の手引きを作成したりしているところもある¹¹⁾。学校と自治体、特に教育委員会との連絡をとり、推進することが必要である。

例えば、がんの治療法や緩和ケアについて、高等学校の科目保健の内容として基礎基本を学んだうえで、保健医療専門家やがん経験者からその実際や最先端の内容を学ぶなどのような学習の深め方も期待できる。その場合に、保健体育科（保健分野／科目保健）の時間を用いるのか、特別活動や特別教科道

徳の時間を用いるのかについては、保健主事とともに検討するとよい。外部講師の参画・協力は、生徒にとって貴重な学習の機会となるが、外部講師が、学校における教育課程の特徴を踏まえていること、がんに関する学習の進捗状況を把握しておくこと、そして学校が年間計画を立てる段階から参画することなどが必要である。

6. がん教育の評価

がん教育を行ううえで、教育効果を確認するためにまず生徒を対象とする評価が必要であり、目標に準拠した評価が行われるとよい。また、授業では、新たな知識が得られたか、今日学んだことが大切なことがらや生活の役に立つものであったか、主体的に学ぶことができたか、あるいは仲間と協同的に学ぶことができたかといった学習過程の評価もあるとよい。以下に、具体的な評価の観点を列記する^{2,9)}。

【評価の例】

児童生徒を対象とする評価の観点及び内容

1) がんやがん患者についての関心、態度、考え方

がんは身近な病気であると思うか／がんを怖いと思うか／がん検診を受けられる年齢になったら検診を受けようと思うか／がんを学ぶことで命の大切さを考えることができたか／がんを学ぶことでがん患者に対する印象が変わったか

2) がんやがん患者に関する知識・理解

がんは体の中で異常な細胞が増えてしまう病気であることがわかったか／がんには様々な原因があることがわかったか／がんは誰もがかかる可能性のある病気であることがわかったか／がんを予防する方法には、たばこを吸わないこと、規則正しい生活とバランスのとれた食事をする、適度な運動をすること、ワクチンを受けることなどの方法があることがわかったか／がんを早期発見する検診の大切さがわかったか／がんの治療には、手術、抗がん剤、放射線という方法があることがわかったか／がんによる心身の痛みを和らげるための医療が行われていることがわかったか／がんの治療後には、今までどおりの生活の質を大切にすることが重要であることやがんになっても充実した生き方ができることがわかったか／がん患者への偏見をなくし、共に生きる社会の大切さがわかったか

3) がん教育の学習過程に関連する評価

この勉強は大切なことがらだと思ったか／この勉強でこれからの生活に役に立つことがあると思ったか／新しい発見や驚きがあったか／夢中になって勉強することができたか／もっと続けて勉強したいと思ったか／もっと知りたい、もっと調べたいと思うことがあったか／自分から進んで勉強することができたか／わからないことや疑問に思うことは、自分で調べたり質問したりしたか／自分の考えや意見を持つことができた

か／友だちと協力して勉強することができたか／友だちの意見を聞いて共に考えることができたか／友だちから教えてもらったり、助けてもらったりしたか

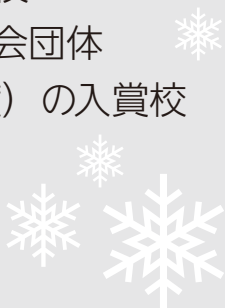
7. おわりに

学校におけるがん教育によって、がんの基礎的・基本的な理解が促進されるとともに、がんに対する意識、がんに対する予防行動、がん検診に対する意識や行動の変化が期待される。この半世紀ほどの間に喫煙に対する意識と行動は大きく変化した。それには少なからず保健での学習が影響しているといえるだろう。少し時間はかかるかもしれないが、学校におけるがん教育にも同様の成果を期待したい。

引用文献

- 1) 文部科学省 (2018) 高等学校学習指導要領 (平成30年告示) 解説 保健体育編 体育編, 東山書房。
- 2) 公益財団法人日本学校保健会 (2014) 「がんの教育に関する検討委員会」報告書。
<http://www.gakkohoken.jp/modules/books/index.php?act=photo&p=152>
- 3) 文部科学省 (2015) 「学校におけるがん教育の在り方について 報告」
http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/_icsFiles/afieldfile/2016/04/22/1369993_1_1.pdf
- 4) 植田誠治, 杉崎弘周, 物部博文ほか (2014) 日本の児童生徒のがんについての意識の実態, 学校保健研究, 56 (3): 185-198。
- 5) 物部博文, 植田誠治, 杉崎弘周ほか (2014) 日本における児童生徒のがんの原因についての認識と情報源, 学校保健研究, 56(4): 262-270。
- 6) 中川原章 (2015) 小児がんとこどものがん教育, UICC 世界対がんデー2015公開シンポジウム「小学生のがん教育を考える」抄録集, 14-15。
- 7) 文部科学省 (2018) 中学校学習指導要領 (平成29年告示) 解説 保健体育編, 東山書房。
- 8) 文部科学省 (2019) 高等学校学習指導要領 (平成30年告示) 解説 特別活動編, 東京書籍。
- 9) 植田誠治編著, 物部博文・杉崎弘周著 (2018) 学校におけるがん教育の考え方・進め方, 大修館書店。
- 10) 文部科学省 (2017) がん教育推進のための教材 指導参考資料 中学校・高等学校版。
https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1385781.html
- 11) 長野県教育委員会 (2021) がん教育の手引き 別冊 外部講師を積極的に活用したがん教育。
<https://www.pref.nagano.lg.jp/kyoiku/hokenko/hoken/hoken/gankyokutebiki.html>

冬に行われた
全国高等学校
総合体育大会団体
(令和2年度)の入賞校
(1位~3位)



駅伝

【男子】

- 1位 世羅（広島）
- 2位 仙台育英（宮城）
- 3位 洛南（京都）

【女子】

- 1位 世羅（広島）
- 2位 神村学園（鹿児島）
- 3位 仙台育英（宮城）

ラグビー

- 1位 桐蔭学園（神奈川）
- 2位 京都成章（京都）
- 3位 大阪朝鮮（大阪） 東福岡（福岡）

スキー

【男子】

- 1位 飯山（長野）
- 2位 東海大札幌（北海道）
- 3位 富良野（北海道）

【女子】

- 1位 飯山（長野）
- 2位 十日町（新潟）
- 3位 新井（新潟）

スピードスケート

【男子】

- 1位 帯広三条（北海道）
- 2位 白樺学園（北海道）
- 3位 小梅（長野）

【女子】

- 1位 山形中央（山形）
- 2位 白樺学園（北海道）
- 3位 帯広三条（北海道）

アイスホッケー

【男子】

- 1位 武修館（北海道）
- 2位 白樺学園（北海道）
- 3位 駒大苫小牧（北海道） 埼玉栄（埼玉）

フィギュアスケート

【男子】

- 1位 就実（岡山）
- 2位 埼玉栄（埼玉）
- 3位 駒場学園（東京）

【女子】

- 1位 中京大中京（愛知）
- 2位 岡山理大附（岡山）
- 3位 駒場学園（東京）

通巻312号

保健体育教室 2021年 第1号

2021年3月25日発行

編集人 — ©大修館書店「保健体育教室」編集部

発行人 — 鈴木一行

発行所 — 株式会社 大修館書店

〒113-8541 東京都文京区湯島2-1-1

電話 03-3868-2297 (編集部)

03-3868-2651 (販売部)

振替 00190-7-40504

印刷・製本 - 広研印刷株式会社

図本誌のコピー、スキャン、デジタル化等の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。本書を代行業者等の第三者に依頼して、スキャンやデジタル化することは、たとえ個人や家庭内での利用であっても著作権法上認められておりません。