

5 各校種・学年における指導内容

<小学校 第1学年・第2学年>

教科等	題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
生活科	「気持ちのいい一日」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分の生活の振り返り ○ 生活行動の理解 ○ 生活目標の気付き 	<p>内容(2)「家庭と生活」及び内容構成の具体的視点、ア「健康で安全な生活」、コ「基本的な生活習慣や生活技能」</p> <p>健康や安全に気を付けて、遊びや規則正しい生活ができるようにする。</p>
道徳	「よいことすすんで」	<ul style="list-style-type: none"> ○ よいことと悪いことの判断 ○ 体験の発表 ○ 意志決定の練習 	1主として自分自身に関すること (3) 良いことと悪いことの区別をし、よいと思うことを進んで行う
	「あいさつはこころのリボン」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 時、場所、相手によるあいさつの例 ○ 場面を想定した練習 ○ 習慣化するためのめあて 	2主として他の人のかかわりに関すること (1) 気持ちのよいあいさつ、言葉遣い、動作などに心掛けて、明るく接する
	「かぞくっていいね」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家族の役に立った経験の発表 ○ 自分にできることの計画 ○ 実行した感想 	4主として集団や社会とのかかわりに関すること (2) 父母、祖父母を敬愛し、進んで家の手伝いなどをして、家族の役に立つ喜びを知る
特別活動 (学級活動)	「あなたのことをおしえてね」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分についての記入 ○ お互いの紹介 ○ 感想の発表 	イ日常生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (ア) 希望や目標をもって生きる態度の形成
	「きれいなくうきがいいね」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 身のまわりの清潔 ○ 喫煙の影響 	イ日常生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (オ) 心身ともに健康で安全な生活態度の形成

＜小学校 第3学年・第4学年＞

教科等	題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
体育 (保健領域)	「私の健康生活」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 生活習慣の重要性 ○ 健康に関する価値観 ○ 基本的な生活習慣 	(1) 毎日の生活と健康 ア 1日の生活の仕方
	「リズムのある生活を送ろう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 身長、体重などの変化 ○ 個人差 ○ 調和のとれた食事、運動、休養、睡眠の重要性 	(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
	「きれいな空気－部屋の中－」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 部屋の空気を汚す原因 ○ 汚れた空気の影響 ○ 部屋の空気をきれいにする方法 	(1) 毎日の生活と健康 イ 身のまわりの清潔や生活環境
道徳	「すばらしい友だち」	<ul style="list-style-type: none"> ○ よい友だちの特性 ○ 自分や友だちのよい点 ○ よい友だちとしてできること 	2主として他の人とのかかわりに関すること (2) 相手のことを思いやり、親切にする
特別活動 (学級活動)	「そっと自分に聞いてみよう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分の長所と短所 ○ 目標にしたい人や将来の夢 	イ 日常の生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (ア) 希望や目標をもって生きる態度の形成
	「上手に話を聞こう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 話を上手に聞けない物語の主人公についての話し合い ○ よい聞き方についてのブレインストーミング 	ア 学級や学校の生活の充実と向上に関すること
	「自分の気持ちを伝えよう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学級内での問題把握 ○ 様々な対処の仕方 ○ 自己主張的コミュニケーションスキルの日常生活への適応 	ア 学級や学校の生活の充実と向上に関すること
	「広告の影響について知ろう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ お菓子の選択の仕方についての検討 ○ 広告の分析 	イ 日常の生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (オ) 心身ともに健康で安全な生活態度の形成
	「薬の使い方を知っている？」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 薬を使うとき ○ 医薬品の誤用 ○ 薬の正しい使い方 	イ 日常の生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (オ) 心身ともに健康で安全な生活態度の形成

＜小学校 第5学年・第6学年＞

教科等	題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
体育 (保健領域)	「不安や悩みへの対処」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 今までの対処法の振り返り ○ 望ましい対処法 ○ 自分にあった対処法 ○ リラクゼーションの体験 	(2) 心の健康 ウ 不安や悩みへの対処
	「見直そう 生活習慣」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 生活習慣病とは ○ 生活習慣病の原因 ○ 自分にできる生活習慣病の予防 	(3) 病気の予防 ウ 生活の行動がかかわって起こる病気の予防
	「喫煙と健康」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「禁煙マークの標識」の意味 ○ 喫煙が健康に及ぼす影響 ○ 喫煙をしない意志の発表 	(3) 病気の予防 ウ 生活の行動がかかわって起こる病気の予防
	「飲酒と健康」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 飲酒に対する意識と喫煙に対する意識の比較 ○ 飲酒が健康に及ぼす影響 ○ 飲酒をしない決意の発表 	(3) 病気の予防 ウ 生活の行動がかかわって起こる病気の予防
	「薬物乱用にかかわらない健康な心と体」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 薬物乱用とは何か ○ 薬物乱用が健康に及ぼす影響 ○ 薬物乱用をしない決意の発表 	(3) 病気の予防 ウ 生活の行動がかかわって起こる病気の予防
道徳	「これが今の私」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分らしさの確認 ○ 自己イメージが行動に及ぼす影響 ○ よりよい自己イメージをもつための方法 	1 主として自分自身に関すること (6) 自分の特徴を知って、悪い所を改めよい所を積極的に伸ばす
特別活動 (学級活動)	「学級のきまりを作ろう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学級目標の決定 ○ よりよい学級にするために自分ができること ○ みんなが守るべきルール、守れなかったときのきまり 	ア 学級や学校の生活の充実と向上に関すること
	「よりよい生活をめざして」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 生活習慣の見直し ○ 改善したい生活習慣の目標設定 	イ 日常の生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (オ) 心身ともに健康で安全な生活態度の形成
	「ストップ・ザ・薬物ー広告を調べてみようー」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 広告のイメージ ○ 広告のテクニックの確認 ○ 広告のテクニックとイメージの検討 ○ 広告を見るときにの注意点 	イ 日常の生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (オ) 心身ともに健康で安全な生活態度の形成
	「ストップ・ザ・薬物ーうまく断るにはー」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 設定された状況の確認 ○ コミュニケーションの方法 ○ 断り方の練習 ○ 効果的な対処法の確認 	イ 日常の生活や学習への適応及び健康や安全に関すること (ウ) 望ましい人間関係の育成

＜中学校 教科保健体育（保健分野）における指導＞

指導学年	題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
1年	「喫煙が身体機能の発達に及ぼす影響」	○ 呼吸、循環機能の発達に及ぼす喫煙の影響	(1) 心身の機能の発達と心の健康 ア 身体機能の発達
	「薬物乱用をしない私の生き方」	○ 将来の夢や目標 ○ 喫煙・飲酒・薬物乱用と自己形成とのかかわり ○ 乱用をしない決意	(1) 心身の機能の発達と心の健康 ウ 精神機能の発達と自己形成 (イ) 自己形成
	「ストレスと喫煙、飲酒、薬物乱用」	○ ストレスへのいろいろな対処の仕方 ○ ストレスに関する問題状況 ○ 適切なストレス対処法	(1) 心身の機能の発達と心の健康 エ 欲求やストレスへの対処と心の健康 (7) 欲求やストレスへの対処 (イ) 心身の調和と心の健康
2年	「たばこの煙は空気を汚します」	○ 空気を汚すもの ○ たばこの煙による空気の汚染 ○ 受動喫煙と健康	(2) 健康と環境 イ 空気や飲料水の衛生的管理 (7) 空気の衛生的管理
3年	「生活習慣と健康」	○ 健康に対する価値観 ○ 主体要因 ○ 環境要因 ○ 生活習慣病の予防	(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 イ 生活行動・生活習慣と健康
	「たばこの害のいろいろ」	○ 禁煙になっている場所 ○ 喫煙の健康への影響 ○ 未成年者へのメッセージカードの作成	(4) 健康な生活と疾病の予防 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (7) 喫煙と健康
	「酒、その一杯が…」	○ 飲酒の様々な影響 ○ 飲酒が引き起こす問題 ○ 飲酒の影響に関するまとめ	(4) 健康な生活と疾病の予防 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (イ) 飲酒と健康
	「薬物乱用の危険『ストップ・ザ・ドラッグ』」	○ 身近な薬物乱用の問題 ○ 薬物依存と乱用の影響 ○ 薬物乱用の影響に関するまとめ	(4) 健康な生活と疾病の予防 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (イ) 薬物乱用と健康
	「喫煙、飲酒、薬物乱用をしないために」	○ 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけ ○ コミュニケーションの方法 ○ シナリオの作成 ○ 自己主張的コミュニケーションスキルの日常生活への応用	(4) 健康な生活と疾病の予防 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康
	「健康を守る手だて」	○ 個人の健康と集団の健康の関係 ○ 人々の健康を守るための活動 ○ 保健・医療機関の役割と有効利用	(4) 健康な生活と疾病の予防 オ 個人の健康と集団の健康

<中学校 道徳における指導>

指導学年	題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
1年 2年 3年	「自分のことは自分で決めたい」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自己尊厳への気付き ○ 仲間の圧力への対処 ○ 喫煙、飲酒、薬物乱用に関する意志決定 	1 主として自分自身に関すること (3) 自立の精神、自主的な判断
	「しばられたくないのはみんな同じ」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 法やきまりと自分たちの生活 ○ 守るべき正義と規律ある社会 ○ 喫煙、飲酒、薬物乱用に関する意志決定 	4 主として集団や社会とのかかわりに関すること (2) 法やきまりの意義、権利と義務、社会の秩序と規律
	「元気ですか あなたの心と体」	<ul style="list-style-type: none"> ○ よい生活習慣と健康 ○ 欲望や衝動と節度及び節制 ○ 調和のある生活の実現と豊かな人生 	1 主として自分自身に関すること (1) 望ましい生活習慣、節度と節制、調和のある生活
	「自分を丸ごと好きになる」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自己理解 ○ 自己形成への意欲の向上 	1 主として自分自身に関すること (5) 自己理解と自己実現

<中学校 特別活動における指導>

教科等	指導学年	題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
学級活動	3年	「未成年者の喫煙、飲酒と自動販売機」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 事前調査の結果から見た自販機がもたらす問題点 ○ 自販機に関する日本及び諸外国の規制内容 ○ 未成年者の喫煙や飲酒の防止対策 ○ 防止のために日本で取り組むべき課題 	(2) 個人及び社会の一員としての在り方、健康や安全に関すること イ 健康や安全に関すること (7) 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成
	2年 3年	「広告を調べてみよう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 広告とその影響 ○ 広告のテクニックの確認 ○ 酒類の広告のテクニックとイメージの分析 ○ 反証（否定する証拠）と警告文の作成 	(2) 個人及び社会の一員としての在り方、健康や安全に関すること イ 健康や安全に関すること (7) 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成
	3年	「自信を持って断るために」	<ul style="list-style-type: none"> ○ ロールプレイングの目的、進め方 ○ 誘いへの対処の練習 ○ 代表による実演 ○ 効果的な対処法の確認 	(2) 個人及び社会の一員としての在り方、健康や安全に関すること ア 個人及び社会の一員としての在り方に関すること (ホ) 望ましい人間関係の確立
学校行事	1年 2年 3年	「断る勇気を持つとう」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 薬物乱用防止教室の開催 ○ 心身への影響 ○ 家庭や社会への影響 ○ 薬物乱用防止対策 	(3) 健康安全・体育的行事
生徒会活動		「もっと知ろう 喫煙、飲酒、薬物乱用の害」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 喫煙、飲酒、薬物乱用に関する意識調査と問題意識 ○ 生徒の意識の高揚 ○ 実態調査とその対策 	(1) 学校生活の充実や改善向上を図る活動 オ 身近な問題の解決を図るための活動 (3) 学校行事への協力に関する活動

＜高等学校 教科保健体育（科目保健）における指導＞

題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
「あなたの生活の質を高めるには」	○ ヘルスプロモーション ○ 健康成立の要因や条件 ○ 健康に対する価値観	(1) 現代社会と健康 ア 健康の考え方 (4) 健康の考え方と成り立ち
「健康は自分のライフスタイルから」	○ 生活習慣病について ○ 生活習慣病と生活行動 ○ 喫煙、飲酒と生活習慣病との関連	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (7) 生活習慣病と日常の生活行動
「知ろう、たばこの害」	○ 喫煙による健康への影響 ○ 喫煙による社会的影響 ○ 喫煙問題に対する対策 ○ 喫煙に対する意志決定と行動	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (4) 喫煙、飲酒と健康
「知ろう、酒の害」	○ 飲酒による健康への影響 ○ 飲酒による社会的影響 ○ 飲酒問題に対する対策 ○ 飲酒に対する意志決定と行動	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (4) 喫煙、飲酒と健康
「NO！ドラッグ」	○ 薬物乱用に関する問題状況の把握 ○ 薬物乱用の健康や社会に及ぼす影響、防止対策、意志決定（新聞作り）⇒新聞の紹介	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (7) 医薬品の正しい使用、薬物乱用と健康
「安全で効果的な薬の使い方」（学校薬剤師とのTT）	○ 医薬品の役割 ○ 医薬品の正しい使い方 ○ 医薬品の誤用の影響 ○ 医薬品と健康	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (7) 医薬品の正しい使用、薬物乱用と健康
「危険なこと、なぜするのか－意志決定と行動選択①意志決定に影響する要因－」	○ 喫煙、飲酒、薬物乱用を促す個人及び社会的要因 ○ 喫煙、飲酒、薬物乱用を避けるために必要な能力	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (4) 喫煙、飲酒と健康 (7) 医薬品の正しい使用、薬物乱用と健康
「あなたはどうしますか？－意志決定と行動選択②意志決定の過程－」	○ 飲酒のすすめに関するケーススタディ ○ 喫煙や薬物乱用のすすめに関するケーススタディ ○ 意志決定の基本的なステップ	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (4) 喫煙、飲酒と健康 (7) 医薬品の正しい使用、薬物乱用と健康
「ストレスと上手につきあおう」	○ 様々なストレスへの対処法 ○ 見方、とらえ方を変える練習 ※ 体ほぐしの運動との関連	(1) 現代社会と健康 ウ 精神の健康 (7) ストレスへの対処
「可能性を求めて、自らを大切に」	○ 二人の「自己実現」 ○ 自己実現とその過程 ○ 自分の夢と将来の目標	(1) 現代社会と健康 ウ 精神の健康 (エ) 自己実現
「大切な母体と胎児の健康」（課題学習）	○ 課題の設定と学習計画の立案 ○ 課題の追究 ○ 情報の整理と分析 ○ 発表の準備、まとめと評価	(2) 生涯を通じ健康 ア 生涯の各段階における健康 (4) 結婚生活と健康

＜高等学校 特別活動における指導＞

教科等	題材名	学習内容・活動	学習指導要領における位置付け
ホームルーム活動	「リーフレットを作ろう－周囲の人の禁煙を手助けしよう－」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 禁煙の効果及び難しさ ○ 禁煙の方法 ○ 目標の設定とリーフレットの作成 ○ 作品の発表 	(2) 個人及び社会の一員としての在り方生き方、健康や安全に関すること イ 心身の健康と健全な生活態度や習慣の確立、生命の尊重と安全な生活態度や習慣の確立など
	「OPERATION BLUE WIND －CD-ROMを用いて－」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 薬物及び薬物乱用の心身への影響 ○ 薬物乱用の心理的、社会的な問題 ○ 関係機関との連携 	
	「自分の夢や目標の実現を阻むもの－進路実現と飲酒」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分の将来の目標の実現にかかわる要因 ○ 自分の将来の目標の実現を妨げるもの ○ 喫煙、飲酒、薬物乱用防止に向けたメッセージの記入 	(3) 学業生活の充実、将来の生き方と進路の適切な選択決定に関すること
学校行事	「JUST SAY NO!」	<ul style="list-style-type: none"> ○ 外部の専門家による講演会、薬物乱用防止教室の開催 ○ TTによる授業（外部の専門家、教職員など） 	(3) 健康安全・体育的行事

＜参考文献＞

- 「小学校学習指導要領解説 体育編」 文部科学省 平成20年9月
- 「中学校学習指導要領解説 保健体育編」 文部科学省 平成20年9月
- 「高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編」 文部科学省 平成21年12月
- 「喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する参考資料」 文部科学省、(財)日本学校保健会
小学校編：平成17年 中学校編：平成16年、高等学校編：平成16年
- 「新学習指導要領に基づくこれからの保健学習」 (財)日本学校保健会 平成21年2月