

科目の種類	必修	科目名	保 健	学 年	1	単位数	2
コ ー ス	文理特進コース						
教 科 書	「現代保健体育」 大修館書店						
副 教 材	「現代保健ノート」 大修館書店						
科目のねらい <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにします。</li> <li>・ 生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てます。</li> </ul>							
授業の進め方 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康に生きることをテーマとしているので、日常生活の出来事や身近な問題を取り上げ学習します</li> <li>・ 課題学習や実習も取り入れて学習します。</li> </ul>							
より良く学習を進めるためのアドバイス <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自分や家族、友達などもふくめて、人間としてどのようにして生きてゆくのかを考えます。</li> <li>・ 地球という環境の中で、健康で幸福な生活をするために、どのようなことに気をつけていけばよいかを考え理解しましょう。</li> <li>・ 高校生期は思春期の後半にあたり、体と心の特徴や、男女の性意識の違いがはっきりと現れる時期で、この時期が人間的成長にどのようにかかわっているかを理解して下さい。</li> <li>・ 個人の努力だけでなく、社会の一員として健康を考える必要性を理解し考えましょう。</li> <li>・ 健康であるためには、自然環境・社会の制度や活動も深く関わっており、それらが個人の努力と組み合わせあって、はじめて健康が実現することを理解して学習します。</li> </ul>							
評価方法 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 定期試験の得点为中心で、課題提出・ノート検査・授業態度・出席状況など総合的に評価します。</li> </ul>							

学期	学 習 単 元	学 習 の 内 容 と ね ら い
前 期	<p>【現代社会と健康】</p> <p>①私達の健康のすがた</p> <p>②健康のとらえ方</p> <p>③さまざまな保健活動や対策</p> <p>④生活習慣病と 日常の生活行動</p> <p>⑤喫煙と健康</p> <p>⑥飲酒と健康</p> <p>⑦薬物乱用と健康</p> <p>⑧医薬品と健康</p> <p>⑨感染症とその予防</p> <p>⑩エイズとその予防</p>	<p>①我国の疾病構造や社会の変化への対応を学習します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康の保持増進に必要なヘルプ<sup>o</sup>モーションの考え方を学習します。</li> <li>適切な生活行動を選択し実践することと環境を改善していく努力の重要性を学習します。</li> </ul> <p>②健康の考え方やその保持増進の方法を学習します。</p> <p>③国民の健康水準の向上や疾病構造の変化を学習します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>我が国や世界では、様々な保健活動や対策などが行われていることを学習します。</li> </ul> <p>④生活習慣病を予防するための方法を学習します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食事、運動、休養など調和のとれた生活の実践を学習します</li> </ul> <p>⑤喫煙に関する適切な意志決定や行動選択を学習します。</p> <p>⑥飲酒に関する適切な意志決定や行動選択を学習します。</p> <p>⑦薬物乱用に関する適切な意志決定や行動選択を学習します。</p> <p>⑧医薬品の正しい使用方法の必要性を学習します。</p> <p>⑨感染症予防の適切な対策を学習します。</p> <p>⑩エイズ予防の適切な対策を学習します。</p>
----- 中 間 試 験 -----		
	<p>11.健康にかかわる 意志決定と行動選択</p> <p>12.意志決定・行動選択 に必要なもの</p> <p>13.欲求と適応機制</p> <p>14.心身の相関とストレス</p> <p>15.ストレスへの対処 ※ストレスに対処しよう</p> <p>16.自己実現</p> <p>17.交通事故の現状と要因</p> <p>18.交通社会における 運転者の資質と責任</p> <p>19.安全な交通社会づくり ※安全な交通社会をめざして プランをつくろう</p> <p>20.応急手当の意義とその基本</p> <p>21.心肺蘇生法 ※心肺蘇生法を実習しよう</p> <p>22.日常的な応急手当</p>	<p>11.健康の保持増進は、適切な意志決定と行動選択が必要であることを学習します。</p> <p>12.それらには個人の知識、価値観、心理状態や社会環境が関連していることを学習します。</p> <p>13.人間の欲求と適応機種の種類を学習します。</p> <p>14.精神と身体には密接な関係があることを学習します。</p> <p>15.精神の健康を保持増進するためには、欲求やストレスに適切に対処することを学習します。</p> <p>16.自己実現を図るよう努力していくことを学習します。</p> <p>17.車両の特性理解、安全運転の必要性を学習します。</p> <p>18.運転者や歩行者など、自他の生命を尊重する態度を学習します。</p> <p>19.交通環境の整備などが重要であることを学習します。 ※交通事故には責任や補償問題が生じることなどを学習します</p> <p>20.傷害や疾病に際して、応急手当の重要性を学習します。</p> <p>21.心肺蘇生法等の応急手当の意義と方法について学習します。 ※ 『 人体模型を使って実習を行います 』</p> <p>22.応急手当には正しい手順や方法があることを学習します。</p>
----- 期 末 試 験 -----		

学期	学 習 単 元	学 習 の 内 容 と ね ら い
後 期	<p>【生涯を通じる健康】</p> <p>①思春期と健康</p> <p>②性意識と性行動の選択</p> <p>③結婚生活と健康</p> <p>④妊娠・出産と健康</p> <p>⑤家族計画と人工妊娠中絶 ※性について 話しあってみよう</p> <p>⑥加齢と健康</p> <p>⑦高齢者のための 社会的とりくみ</p> <p>⑧保健制度と 保健サービスの活用</p> <p>⑨医療制度と医療費</p> <p>⑩医療機関と 医療サービスの活用 ※こんな場合 どんな病院を選ぶ？</p>	<p>①思春期における心身の発達や健康問題について学習します。</p> <p>②性的成熟に伴い心理面や行動面が変化することを学習します</p> <p>③健康な結婚生活について、心身の発達や健康状態など保健の立場から理解できるように学習します。</p> <p>④受精・妊娠・出産の過程を学習します。</p> <p>⑤健康上からみた家族計画と女性の心身におよぼす影響について学習します。</p> <p>⑥生涯にわたって健康を保持増進することを学習します。</p> <p>⑦各段階の健康課題に応じた自己健康管理を学習します。</p> <p>⑧保健行政の役割や制度、サービスについて学習します。</p> <p>⑨医療保険や医療費のしくみについて学習します。</p> <p>⑩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重要であることを学習します。</p> <p>※どのような基準で病院を選ぶか学習します。</p>
中 間 試 験		
	<p>【社会生活と健康】</p> <p>1.大気汚染と健康</p> <p>2.水質汚濁と健康</p> <p>3.土壌汚染と健康</p> <p>4.健康被害の防止と環境対策</p> <p>5.環境衛生活動の しくみと働き</p> <p>6.食品衛生活動の しくみと働き</p> <p>7.食品と環境の保健と私たち ※食品と環境の 保健を守るために</p> <p>8.働くことと健康</p> <p>9.労働災害・職業病と健康</p> <p>10.健康的な職業生活</p>	<p>1.大気汚染による健康への影響を学習します。</p> <p>2.水質汚濁による健康への影響を学習します。</p> <p>3.土壌汚染による健康への影響を学習します。</p> <p>4.環境汚染の防止・改善を学習します。</p> <p>5.ゴミの処理やし尿・上下水道の整備を学習します。</p> <p>6.食品の衛生管理について学習します。</p> <p>7.食品の安全性を確保するための基準が設定され、食品衛生活動が行われていることなどを学習します。</p> <p>8.働くことと健康が相互に影響することを学習します。</p> <p>9.職業病や労働災害の防止について学習します。</p> <p>10.作業形態や作業環境の変化を踏まえた、健康管理及び安全管理を行うことが必要であることを学習します。</p>
学 年 末 試 験		