

【別紙 1】

保健「がんの発生と予防」ワークシート

月 日

1年 組 番 氏名

☑本時の目標

がんの現状と種類、 _____ や要因について知り、 _____ の大切さについて考えを深めることで、生活習慣を見直し、 _____ するきっかけとすることができる。

ワーク 1. がんの現状と種類、発生や要因について以下にまとめよう

①がんは、漢字で _____ と書く。

②悪性腫瘍しゅようや悪性新生物しんせいぶつとも呼ばれる。

③日本人の _____ 人に 1 人が罹患りかんし、 _____ 人に 1 人が亡くなる病気である。

④部位別がん罹患割合（2014）

	1	2	3	4	5
男性		肺がん	大腸がん	前立腺がん	肝臓がん
女性		大腸がん	胃がん	肺がん	子宮がん

⑤若年世代に多いがん（2009～2011）によると、15～19 歳で最も多いがんは、 _____ である。

⑥がん細胞は細胞分裂の際に突然 _____ したもので、勝手に _____ する。

すると大きな塊＝「腫瘍」となって正常な細胞を破壊したり臓器の機能を妨げる。

がんは血管やリンパ管の流れに乗って、他の臓器や器官に _____ する。

⑦日本における主ながん要因（2012）

	1	2	3	4	5
男性		ウイルス・細菌	飲酒	食生活の乱れ	その他
女性		喫煙	飲酒	食生活の乱れ	肥満

※予防が可能な要因の割合・・・男性 _____ % / 女性 _____ %

ワーク 2. ちょいディベ

テーマ『がん予防のために生活習慣の改善は必要か？』

ワーク3. がんを防ぐための新 12 か条を完成させよう

『がんを防ぐための新 12 か条』 がん研究振興財団より

一 次 予 防	① [] は吸わない
	②他人の [] の煙を避ける
	③ [] はほどほどに
	④バランスのとれた食生活を
↓	⑤ [] 食品は控えめに
	⑥ [] や果物は不足にならないように
	⑦適度に運動
	⑧適切な [] 維持
	⑨ウイルスや細菌の感染予防と治療
	⑩定期的な がん [] を
	⑪身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
	⑫正しい がん情報で がんを知ることから
二 次 予 防	

ワーク4. 現在の生活を振り返り、がんの予防に向けた改善点を挙げよう
将来の生活をイメージし、がんの予防に向けた見通しを立てよう

【現 在】	【将 来】

■例 1) 現在、○○な生活をしているので、△△がんのリスクを下げるために◆◆する。
□例 2) 将来も××を継続していきたい。将来は●●がんを防ぐために▽▽していく。

【別紙2】

保健「がん治療と共生」ワークシート

月 日

1年 組 番 氏名

ワーク1.

前回の授業から今日までの生活を振り返ってみよう ※改善した点、気をつけた点、新しい発見など

☑本時の目標

体験者の言葉に触れ、_____の現状について知識を深めることで、
がん_____の重要性に気付き、_____の大切さについて考えを深める。

ワーク2. 体験者の講話をまとめよう

①体験者の方の名前： _____

②患ったがんの種類： _____

③がんの治療方法 : _____療法・ _____療法・ _____療法

④体験者の方が今回の講話を通してあなたに伝えたかったこととは？

⑤講話を聞いての感想や印象に残ったこと、体験者の方へメッセージを書こう