

保 健

保健領域の目標について
<p><b>【教科の目標】</b>            体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。</p>
<p><b>【学年・領域等の目標など】</b>  <b>[第3学年及び第4学年]</b></p> <p>(1) 各種の運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方及び健康で安全な生活や体の発育・発達について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 自己の運動や身近な生活における健康の課題を見付け、その解決のための方法や活動を工夫するとともに、考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 各種の運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで努力して運動をする態度を養う。また、健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組む態度を養う。</p> <p><b>[第5学年及び第6学年]</b></p> <p>(1) 各種の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方及び心の健康やけがの防止、病気の予防について理解するとともに、各種の運動の特性に応じた基本的な技能及び健康で安全な生活を営むための技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 自己やグループの運動の課題や身近な健康に関わる課題を見付け、その解決のための方法や活動を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 各種の運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に留意したりし、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組む態度を養う。</p>

**【参考】**

○ 目標の改善

教科の目標については、従前、「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験や健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる」としていたものを、上記のように改善を図った。

○ 標準授業時数

- ・ 第3学年及び第4学年の内容の「G保健」に相当する授業時数は、2学年間で「8単位時間程度」とする。
- ・ 第5学年及び第6学年の内容の「G保健」に相当する授業時数は、2学年間で「16単位時間程度」とする。

様式 2

番号 観点	発行者の番号・略称	使用学年	教科書の記号・番号	教科書名
取扱内容 学習指導要領の総則及び各教科、各学年の目標、内容等	2・東書	第3,4学年 第5,6学年	保健301 保健501	新しいほけん 3・4 新しい保健 5・6
内容の構成・排列、分量等				<p>○ 次のような学習活動を取り上げ、目標を達成できるようになっている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」については、実験結果を基に体を清潔にする理由を考えたり、健康に過ごすための友達へのアドバイスを考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>「体の発育・発達」については、自分の身長の変化や発育の個人差について調べたり、体をよりよく発育させるための生活に向けて実行したいことを考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」については、心と体が影響し合っていることについて考えたり、不安や悩みへの対処の方法について考えたりする活動を通して理解し、簡単な対処をするとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>「けがの防止」については、けがや事故の原因について考えたり、事例の場面で予測される危険や回避する方法について考えたりする活動を通して理解し、けがなどの簡単な手当をするとともに、けがを防止するために危険の予測や回避の方法を考え、それらを表現する。</p> <p>「病気の予防」については、感染症や生活習慣病の予防の仕方について考えたり、喫煙、飲酒などが健康に及ぼす影響について調べたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>○ 主体的・対話的で深い学びの実現に資する学習への対応については、次のような学習活動が取り上げられている。</p> <p>第3,4学年～ 健康な生活の学習において、「毎日を健康に過ごすにはどのような生活の仕方がよいのか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「調べる・解決する」で事例を基に健康な生活の仕方について話し合い、「深める・伝える」で生活を見直した子どもがどのように変わるのかを考え話し合うなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p> <p>第5,6学年～ けがの防止の学習において、「交通事故はどうすれば防止できるのか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「調べる・解決する」で事例を基に危険と回避するための対策について考え、「深める・伝える」で交通事故を防ぐための環境整備の例から工夫されていることについて話し合うなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p> <p>○ 内容の構成・排列については、次のような工夫がなされている。</p> <p>第3,4学年～ 体の成長について学習した後、体の発育と個人差について考える活動を位置付け、思春期の体の変化の学習においても同様の学習活動ができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>第5,6学年～ 不安や悩みへの対処について学習した後、相手に自分の気持ちや考えを上手に伝える活動を位置付け、自分から他者へと考える視野を広げられるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>○ 内容の分量については、次のようになっている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」は20ページ、「体の発育・発達」は21ページであり、総ページ数は45ページで、前回より約55%増となっている。(判型はA4判)</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」は16ページ、「けがの防止」は28ページ、「病気の予防」は32ページであり、総ページ数は81ページで、前回より約59%増となっている。(判型はA4判)</p>
使用上の配慮等				<p>○ 各項目末に学習内容と関連のある資料を掲載したり(全学年)、学習に関連するデジタル教材の充実を図ったり(全学年)するなど、児童の学習意欲を高める工夫がなされている。</p> <p>○ 単元のはじめに単元の目標や学習内容を示したり(全学年)、課題の解決に結び付く視点などをキャラクターの吹き出しで示したり(全学年)するなど、児童が主体的に学習に取り組むことができるような工夫がなされている。</p> <p>○ 健康についての考えや様子の変化を確認できるチェック表を掲載したり(第3、4、6学年)、ユニバーサルデザインフォントを使用したりするなど、使用上の便宜が図られている。</p>
その他				<p>※ 小学校用教科書目録(平成32年度使用 文部科学省)による</p> <p>○ 学習者用デジタル教科書の発行が予定されている。</p>

様式 2

番号 観点	発行者の番号・略称	使用学年	教科書の記号・番号	教科書名
取扱内容 学習指導要領の総則及び各教科、各学年の目標、内容等	4・大日本	第3,4学年 第5,6学年	保健302 保健502	たのしいほけん 3・4年 たのしい保健 5・6年
内容の構成・排列、分量等				<p>○ 次のような学習活動が取り上げ、目標を達成できるようになっている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」については、自分の1日の生活を振り返り、健康な生活の仕方について考えたり、身の回りの環境の整え方について考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>「体の発育・発達」については、1年生から4年生までの自分の身長の変化を調べたり、思春期における体の変化について調べたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」については、不安や悩みに関する自分の経験を振り返ったり、不安や悩みへの対処として呼吸法を行ったりする活動を通して理解し、簡単な対処をするとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>「けがの防止」については、予測される危険や安全な行動について考えたり、けがをしたときの行動について考えたりする活動を通して理解し、けがなどの簡単な手当をするとともに、けがを防止するために危険の予測や回避の方法を考え、それらを表現する。</p> <p>「病気の予防」については、病気になったときの要因について自分の経験を振り返ったり、喫煙や飲酒などが健康に及ぼす影響について考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>○ 主体的・対話的で深い学びの実現に資する学習への対応については、次のような学習活動が取り上げられている。</p> <p>第3,4学年～ 健康な生活の学習において、「毎日を健康に過ごすにはどのような生活をすればいいのか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「話し合ってみよう」で自分の生活の課題を解決するための方法を話し合い、「活用して深めよう」で事例の子どもの悩みを解決する方法を考え記述するなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p> <p>第5,6学年～ けがの防止の学習において、「犯罪被害から身を守るにはどうすればいいのか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「やってみよう」で事例を基に予測される危険や犯罪被害を防ぐための安全な行動について考え、「活用して深めよう」で犯罪被害を含めた安全マップを作成するなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p> <p>○ 内容の構成・排列については、次のような工夫がなされている。</p> <p>第3,4学年～ 1日の生活の仕方や健康によい生活環境について学習した後、自分の生活を振り返る学習を位置付け、課題を発見し生活に生かすことができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>第5,6学年～ 生活の仕方と病気の予防について学習した後、がんと生活習慣のかわりについて考える活動を位置付け、学習内容を広げて知識を深められるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>○ 内容の分量については、次のようになっている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」は16ページ、「体の発育・発達」は17ページであり、総ページ数は37ページで、前回より約27%増となっている。(判型はA B判)</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」は12ページ、「けがの防止」は16ページ、「病気の予防」は25ページであり、総ページ数は57ページで、前回より約16%増となっている。(判型はA B判)</p>
使用上の配慮等				<p>○ 児童が単元の学習課題に気付くことができる「学習ゲーム」を掲載したり(全学年)、学習に関連するデジタル教材の充実を図ったり(全学年)するなど、児童の学習意欲を高める工夫がなされている。</p> <p>○ 学習の流れを示した教科書の使い方を掲載したり、(全学年)、課題の解決に結び付くヒントなどをキャラクターの吹き出しで示したり(全学年)するなど、児童が主体的に学習に取り組むことができるような工夫がなされている。</p> <p>○ 健康や安全と自分の夢や目標とのつながりを伝えるページを掲載したり(第3学年)、ユニバーサルデザインフォントを使用したりするなど、使用上の便宜が図られている。</p>
その他	<p>※ 小学校用教科書目録(平成32年度使用 文部科学省)による</p> <p>○ 学習者用デジタル教科書の発行が予定されている。</p>			

様式 2

番号 観点	発行者の番号・略称	使用学年	教科書の記号・番号	教科書名
取扱内容 学習指導要領の総則及び各教科、各学年の目標、内容等	207・文教社	第3,4学年 第5,6学年	保健303 保健503	わたしたちのほけん 3・4年 わたしたちの保健 5・6年
内容の構成・排列、分量等	○ 次のような学習活動を取り上げ、目標を達成できるようになっている。 第3,4学年～ 「健康な生活」については、健康な生活を送るために大切なことを考えたり、1日の生活で自分が心がけていることを振り返ったりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。 「体の発育・発達」については、自分の身長の変化や発育の仕方の違いについて調べたり、思春期における異性の友達との関わり方について考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。 第5,6学年～ 「心の健康」については、不安や悩みに関する自分の経験を振り返ったり、対処の方法について話し合ったりする活動を通して理解し、簡単な対処をするとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。 「けがの防止」については、けがの場所や原因について考えたり、予測される危険や回避する方法について考えたりする活動を通して理解し、けがなどの簡単な手当をするとともに、けがを防止するために危険の予測や回避の方法を考え、それらを表現する。 「病気の予防」については、自分が経験したことのある病気の原因について学習したことを基に考えたり、喫煙や飲酒などが健康に及ぼす影響について考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。 ○ 主体的・対話的で深い学びの実現に資する学習への対応については、次のような学習活動が取り上げられている。 第3,4学年～ 健康な生活の学習において、「健康な生活を送るためには、1日の過ごし方をどうすればよいのか」という課題を設定し、児童に見通しを理由を話し合い、「考えてみよう」で事例を基に体調が変化する振り返り気を付けることを考え記述するなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動 第5,6学年～ 心の健康の学習において、「心の健康を保つにはどうすればよいのか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「考えてみよう」で不安や悩みを抱えたとき、誰にどのような相談をすることができるとかを考え、「新しい自分にレベルアップ」で相談の仕方や受け方で大切なことを話し合うなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動	○ 内容の構成・排列については、次のような工夫がなされている。 第3,4学年～ 毎日の生活と健康について学習した後、健康に関する目標や理由を伝え合う活動を位置付け、目標を意識して健康な生活を送ることができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫 第5,6学年～ 喫煙の害について学習した後、たばこを勧められたときの対処を考える活動を位置付け、飲酒や薬物乱用の学習においても同様の学習活動ができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫 ○ 内容の分量については、次のようになっている。 第3,4学年～ 「健康な生活」は16ページ、「体の発育・発達」は16ページであり、総ページ数は33ページで、前回より約32%増となっている。(判型はA4判) 第5,6学年～ 「心の健康」は12ページ、「けがの防止」は16ページ、「病気の予防」は24ページであり、総ページ数は53ページで、前回より約17%増となっている。(判型はA4判)		
使用上の配慮等	○ 学習に関連する資料やホームページのアドレスを掲載したり(全学年)、児童向けの豆知識を脚注に掲載したり(全学年)するなど、児童の学習意欲を高める工夫がなされている。 ○ 学習内容に応じて「考えてみよう」や「調べてみよう」などの学習方法を提示したり(全学年)、課題解決の視点等をキャラクターの吹き出しで示したり(全学年)するなど、児童が主体的に学習に取り組むことができるような工夫がなされている。 ○ 知ってほしい情報を「もっと知りたい」などのコーナーとして掲載したり(全学年)、ユニバーサルデザイン等の観点から書体や文字の大きさを工夫したりするなど、使用上の便宜が図られている。			
その他				

様式 2

番号 観点	発行者の番号・略称	使用学年	教科書の記号・番号	教科書名
<p>取 扱 内 容</p> <p>学習指導要領の総則及び各教科、各学年の目標、内容等</p>	208・光文	第3,4学年 第5,6学年	保健304 保健504	小学ほけん 3・4年 小学保健 5・6年
	<p>○ 次のような学習活動を取り上げ、目標を達成できるようにしている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」については、健康な生活を送るために手や衣服などの汚れを調べたり、身の回りの環境の整え方について調べたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>「体の発育・発達」については、思春期における男女の体の変化を比べたり、体をよりよく発育させるための生活の仕方について考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」については、自分の経験や事例を基に心と体の関係について考えたり、不安や悩みへの対処の方法について話し合ったりする活動を通して理解し、簡単な対処をするとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>「けがの防止」については、けがや事故の原因について考えたり、危険を予測し、安全な行動の仕方について調べたりする活動を通して理解し、けがなどの簡単な手当をするとともに、けがを防止するために危険の予測や回避の方法を考え、それらを表現する。</p> <p>「病気の予防」については、自分の生活を振り返り生活習慣病の予防の仕方について考えたり、喫煙や飲酒などが健康に及ぼす影響について調べたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>○ 主体的・対話的で深い学びの実現に資する学習への対応については、次のような学習活動が取り上げられている。</p> <p>第3,4学年～ 健康な生活の学習において、「健康に過ごすためには身の回りの環境をどのように整えればよいのか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「話し合おう」で部屋の明るさなど生活環境の大切さについて話し合い、「学んだことを生かそう 伝えよう」で事例を基に環境を整える方法を考え記述するなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p> <p>第5,6学年～ 病気の予防の学習において、「むし菌などを予防するためにはどうすればよいのか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「調べよう」でむし菌や歯周病の起こり方について調べ、「学んだことを生かそう 伝えよう」でむし菌を予防するために、今後の生活で気を付けることを考え記述するなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p>			
<p>内 容 の 構 成 ・ 排 列 ・ 分 量 等</p>				<p>○ 内容の構成・排列については、次のような工夫がなされている。</p> <p>第3,4学年～ 体の清潔で手の汚れについて学習した後、汚れの洗い残しが多い箇所を考える活動を位置付け、学習したことを広げ、実生活に生かすことができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>第5,6学年～ 交通事故の防止について学習した後、安全な行動の仕方について考える活動を位置付け、犯罪被害の防止の学習においても同様の学習活動ができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>○ 内容の分量については、次のようになっている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」は16ページ、「体の発育・発達」は19ページであり、総ページ数は41ページで、前回より約41%増となっている。(判型はA4判)</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」は14ページ、「けがの防止」は18ページ、「病気の予防」は27ページであり、総ページ数は65ページで、前回より約33%増となっている。(判型はA4判)</p>
<p>使 用 上 の 配 慮 等</p>				<p>○ 単元のはじめに、単元で学習する内容をストーリー形式で示したり(全学年)、学習に関連するウェブサイトの情報を掲載したり(全学年)するなど、児童の学習意欲を高める工夫がなされている。</p> <p>○ 考えを広げるための視点などをキャラクターの吹き出しで提示したり(全学年)、学習内容の理解を深める科学的な資料を掲載したり(全学年)するなど、児童が主体的に学習に取り組むことができるような工夫がなされている。</p> <p>○ 単元ごとに学習内容の確認や振り返りができる「学習のまとめ」を掲載したり(全学年)、基礎的・基本的事項は太字や色文字を使用したりするなど、使用上の便宜が図られている。</p>
<p>そ の 他</p>	<p>※ 小学校用教科書目録(平成32年度使用 文部科学省)による</p> <p>○ 学習者用デジタル教科書の発行が予定されている。</p>			

様式 2

番号 観点	発行者の番号・略称	使用学年	教科書の記号・番号	教科書名
取扱内容 学習指導要領の総則及び各教科、各学年の目標、内容等	224・学研	第3,4学年 第5,6学年	保健305 保健505	みんなのほけん 3・4年 みんなの保健 5・6年
内容の構成・排列、分量等				<p>○ 次のような学習活動を取り上げ、目標を達成できるようになっている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」については、2人の1日の生活の仕方を比べ、健康な生活の仕方について考えたり、実験結果を基に部屋の環境と健康について考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>「体の発育・発達」については、思春期に起こる体の変化や男女の違いについて調べたり、給食の献立を調べ、栄養のバランスについて考えたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現する。</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」については、心と体が密接に関係している事例を基に自分の経験を振り返ったり、不安や悩みへの対処として呼吸法の実習をしたりする活動を通して理解し、簡単な対処をするとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>「けがの防止」については、けがや事故などの体験を振り返ったり、けがや事故を防ぐための工夫について調べたりする活動を通して理解し、けがなどの簡単な手当をするとともに、けがを防止するために危険の予測や回避の方法を考え、それらを表現する。</p> <p>「病気の予防」については、病原体が要因となって起こる病気の予防について調べたり、資料を基に喫煙や飲酒などが健康に及ぼす影響について調べたりする活動を通して理解するとともに、課題を見付け、その解決に向けて思考、判断し、それらを表現する。</p> <p>○ 主体的・対話的で深い学びの実現に資する学習への対応については、次のような学習活動が取り上げられている。</p> <p>第3,4学年～ 健康な生活の学習において、「部屋の明かりをつけたり、空気を入れた換えたりするのはなぜか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「考える 調べる」で部屋の換気など生活環境の大切さについて話し合い、「まとめる 深める」で事例を基に教室や部屋の環境を整える方法を考え記述するなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p> <p>第5,6学年～ 心の健康の学習において、「不安や悩みを抱えたときは、どうすればよいか」という課題を設定し、児童に見通しをもたせるとともに、「考える 調べる」で不安や悩みを抱えたときに自分で行えそうな対処について調べ、「まとめる 深める」で仲間との話し合いの中で参考になった対処の方法を考え記述するなど、自分の考えを広げたり深めたりする活動</p>
使用上の配慮等				<p>○ 内容の構成・排列については、次のような工夫がなされている。</p> <p>第3,4学年～ 1日の生活の仕方について学習した後、数日間の自分の生活を記録し、振り返る活動を位置付け、学習したことを実生活で確かめることができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>第5,6学年～ 不安や悩みへの対処について学習した後、体と心をリラックスさせる体験的な活動を位置付け、実感を伴って理解し、実生活に生かすことができるようにするなど、系統的・発展的に学習できるような工夫</p> <p>○ 内容の分量については、次のようになっている。</p> <p>第3,4学年～ 「健康な生活」は、14ページ、「体の発育・発達」は18ページであり、総ページ数は37ページで、前回より約12%増となっている。(判型はA4判)</p> <p>第5,6学年～ 「心の健康」は14ページ、「けがの防止」は14ページ、「病気の予防」は25ページであり、総ページ数は57ページで、前回より約8%増となっている。(判型はA4判)</p> <p>○ 単元のはじめに学習内容や児童がもつ疑問の例を示したり(全学年)、学習に関連するウェブサイトの情報を掲載したり(全学年)するなど、児童の学習意欲を高める工夫がなされている。</p> <p>○ 教科書のはじめに学習の進め方を掲載したり(全学年)、学習内容に関連する職業に携わる人や専門家による解説を掲載したりする(全学年)など、児童が主体的に学習に取り組むことができるような工夫がなされている。</p> <p>○ 単元ごとに学習の振り返りや学びを生かした取組ができる「振り返る・深める・つなげる」を掲載したり(全学年)、ユニバーサルデザインフォントを使用したりするなど、使用上の便宜が図られている。</p>
その他	※ 小学校用教科書目録(平成32年度使用 文部科学省)による			○ 学習者用デジタル教科書の発行が予定されている。

### 様式 3

#### ◎調査項目

- ① 各学年の内容のページ数及び総ページ数
- ② 運動に関する内容を取り上げているページ数
- ③ 発展的な学習内容を取り上げているページ数
- ④ 北海道とかかわりのある内容を取り上げている資料等の数
- ⑤ URL・QRコードを掲載している箇所数
- ⑥ がんに関する内容を取り上げているページ数

#### ◎調査項目にした理由

- ① 学習指導要領に示された各教科の目標・内容等を教科書に適切に反映することが求められていることから、内容ごとや全体としての分量を把握する必要があるため。
- ② 保健領域と運動領域との関連を重視することが求められていることから、運動に関する内容の掲載の状況について把握する必要があるため。
- ③ 児童の系統的な学習に資するよう、教科書上において「発展的な学習内容」であることを可能な範囲で明示することが求められていることから、発展的な学習内容の掲載の状況について把握する必要があるため。
- ④ 児童の興味・関心を生かした学習が促されるよう工夫することが求められていることから、北海道にかかわりにある内容の掲載の状況について把握する必要があるため。
- ⑤ 学習上の参考に供するために必要な情報の適切な取扱いが求められていることから、児童の主体的な学習につながるURL・QRコードの掲載の状況について把握する必要があるため。
- ⑥ 現代的な健康課題であるがんを予防するため、学習を通して望ましい生活習慣の身に付ける必要があることから、がんにかかわりのある内容の掲載の状況について把握する必要があるため。



様式 4

※調査項目が網掛けになっている項目は、別記にデータを掲載していることを示す。

調査項目		発行者	東書	大日本	文教社	光文	学研	
①	各学年の内容	3・4年 健康な生活	20	16	16	16	14	
		体の発育・発達	21	17	16	19	18	
	ページ及び数	総ページ数		45	37	33	41	37
		前回の総ページ数		29	29	25	29	33
		増減		55%	27%	32%	41%	12%
		5・6年	心の健康	16	12	12	14	14
			けがの防止	28	16	16	18	14
			病気の予防	32	25	24	27	25
		総ページ数		81	57	53	65	57
		前回の総ページ数		51	49	45	49	53
増減		59%	16%	17%	33%	8%		
②	運動に関する内容を 取り上げているページ数	3・4年	14	12	15	15	15	
		5・6年	14	13	14	12	15	
③	発展的な学習内容を 取り上げているページ数(※1)	3・4年	6	3	3	8	7	
		5・6年	14	11	14	17	13	
④	北海道とのかかわりの ある内容を 取り上げている 資料等の数(※2)	3・4年	0	0	0	1	0	
		5・6年	2	0	0	0	1	
⑤	URL・QRコードを 掲載している箇所数(※3)	3・4年	16	6	3	12	17	
		5・6年	25	11	13	25	23	
⑥	がんに関する内容を 取り上げているページ数	3・4年	0	0	0	0	0	
		5・6年	7	5	4	8	5	

(※1) 調査項目③については、「はってん」及び「発展」のマークを対象とする。

(※2) 調査項目④については、北海道とのかかわりのある写真や資料を対象とする。

(※3) 調査項目⑤については、東書は「URL」「QRコード」「Dマーク」「けんさく」、大日本は「URL」「QRコード」「ウェブ」、文教社は「URL」「QRコード」、光文は「URL」「QRコード」「Web」、学研は「QRコード」「教科書サイト」「ウェブサイト」が掲載されている箇所を対象とする。

別記

様式4の調査項目②〔運動に関する内容を取り上げているページ〕の具体的な内容

発行	学年	単元及び教材名	主な内容	ページ
東書	3	1 けんこうな生活 ① けんこうというたからもの	「元気に運動ができる。」(記述、挿絵)	P 6
			「運動をする。」(記述、挿絵)	P 8
			「運動」(記述、挿絵) 「今日は、運動をたくさんしたので、夕食がとてもおいしかった。」(記述)	P 9
		② けんこうによい1日の生活	「運動をしない。」(記述) 「けんこうにすくすくするには、運動、食事、休養・すいみんに気をつけて、きそく正しい1日の生活リズムを作ることがひつようです。」(記述) 「しっかり食べると、元気に運動できる。」(記述) 「運動をすると、おなかがすく。」(記述) 「運動をすると、ぐっすりねむれる。」(記述) 「ぐっすりねむると、つかれがとれて元気に運動できる。」(記述) 「運動」(記述)	P 12
			「元気よく運動する。」(記述、挿絵) 「資料 毎日の生活に運動を取り入れよう」(記述)	P 13
			「体育以外に、運動や体を動かす遊びをする。」(記述)	P 14
	○ 学習をふり返ろう	「けんこうにすくすくするには、運動、食事、休養・すいみんに気をつけて、きそく正しい1日の生活リズムを作ることがひつようです。」(記述)	P 23	
	4	2 体の成長とわたし ③ よりよく成長するための生活	「運動や食事はどうかな。」(記述) 「体がよりよく成長するために、運動、食事、休養・すいみんでは、どんなことに気をつけるとよいでしょうか。」(記述) 「運動」(記述) 「運動が成長にもたらす効果」(記述、写真) 「資料 毎日の生活に運動を取り入れよう」(記述)	P 38
			「散歩など、軽い運動をする。」(記述、挿絵) 「体がよりよく成長するためには、適度な運動、バランスのとれた食事、十分な休養・すいみんを毎日続けることが必要です。」(記述)	P 39
			「十分なすいみんをとるためには、生活リズムを整え、日中に適度な運動をすることや、ねる前に食べすぎないことなどが必要です。」(記述、挿絵)	P 40
			「体がよりよく成長するためには、適度な運動、バランスのとれた食事、十分な休養・すいみんを毎日続けることが必要です。」(記述、挿絵)	P 41
			「毎日の生活に運動を取り入れよう」(記述) 「運動をすることで、健康に生活できたり、体をよりよく成長させたりすることができます。体育の授業はもちろん、遊びながら体を動かすことや、お手伝いなどもよい運動になります。普段の生活で積極的に運動を取り入れましょう。」(記述) 「運動の例」(記述) 「体を動かすお手伝い」(記述、挿絵) 「ふだんの生活をふり返り、あなたが生活に取り入れたいと思う運動を書きましょう。」(記述) 「運動遊びについて調べることができる。」(記述)	P 42
			「体づくり運動」(記述、写真)	P 43
「健康で元気に成長するためには、運動をしたり、外遊びをしたりすることが大切なことを学習しました。」(記述)			P 44	
5			1 心の健康 ① 心の発達	「運動やスポーツでの関わり」(記述) 「運動やスポーツを通して、人と関わることで、心は発達するよ。」(記述、挿絵)
	② 心と体のつながり	「体を動かしたくなる。」(記述)		P 10
	③ 不安や悩みなどへの対処	「適度に体を動かしたとき」(記述、挿絵)	P 11	
		「体を動かす。」(記述) 「体ほぐしの運動やききゅう法を行う。」(記述、挿絵)	P 14	
		「体を動かす。」(記述)	P 15	
		「軽い運動」(記述、挿絵)	P 16	

	2 けがの防止 ⑤ けがの手当	「運動をする場合」(記述) 「運動前に体調をチェックし、体調が悪い場合は運動しない。」(記述) 「熱中症は、気温だけでなく、湿度や体調、運動の仕方などが関わり合って起こります。」(記述)	P 45
6	3 病気の予防 ① 病気の起こり方	「運動不足」(記述、挿絵) 「運動不足、すいみん不足、栄養不足は、1、2どちらの要因にも関係します。」(記述)	P 51
	② 感染症の予防	「適度な運動をする。」(記述、挿絵)	P 55
	③ 生活習慣病の予防	「運動をあまりしない。」(記述、挿絵)	P 57
		「運動、食事、休養・すいみんなどの生活の仕方(生活行動)と深い関わりのある病気を生活習慣病といいます。」(記述)	P 58
		「下の図のような栄養の偏った食事や、運動不足の生活を続けていると、体の中ではどんな変化が起こるのでしょうか。」(記述) 「運動不足」(記述、挿絵) 「体の発育・発達には、適切な運動、食事、休養・すいみんが必要である。」(記述) 「心臓病や脳卒中などの生活習慣病は、長い期間の、糖分、しほう分、塩分のとりすぎ、運動不足などが原因となっています。」(記述) 「生活習慣病を予防するには、適度な運動をする、栄養のかたよりのない食事をする、十分な休養・すいみんをとるなど、健康に良い生活習慣を子どものころから身につける必要があります。」(記述)	P 59
		「このようながんは、たばこを吸わないこと、お酒を飲みすぎないこと、バランスの良い食生活を送ること、日頃から体をよく動かすことなど生活習慣の改善によって、『なりにくくする(予防する)』ことができます。」(記述) 「適度に運動」(記述)	P 62
○ 学習をふり返ろう	「生活習慣病を予防するには、運動、食事、休養・すいみんに気を配り、健康に良い生活習慣を子どものころから身につける必要があります。」(記述)	P 79	
大日本	3 巻頭	「佐藤さんはフットサルやランニングなどの運動をしています。」(記述、写真) 「運動をすることで、毎日のけんこうや将棋をさす体力にもつながっているそうです。」(記述、写真)	P 4
	1 毎日の生活とけんこう ① けんこうな生活	「元気いっぱい運動ができる。」(記述、挿絵)	P 8
		「元気に運動する。」(記述)	P 9
		「元気に運動して遊ぶ。」(記述、挿絵)	P 11
		「生活のリズムに合わせて運動、食事、休よう・すいみんをとろう」(記述) 「運動をすると、おなかやすいて、食事をおいしく食べられたり、体がちょうどよくつかれてぐっすりねむれたりします。」(記述) 「運動」(記述) 「毎日、体を動かして、あせをかくくらい元気に運動しよう」(記述、挿絵) 「きそく正しく食事をとると、生活のリズムが整い、体がよくはたらくようになるので、元気に運動や勉強ができます。」(記述、挿絵)	P 12
		「『早ね、早起き、朝ごはん』を守って生活のリズムをつくり、元気に体を動かせるようにしましょう。」(記述) 「わたしたちが毎日けんこうにすごすには、1日の生活のリズムに合わせて、運動、食事、休よう・すいみんをバランスよくとることがとても大切です。」(記述) 「よりよく育つための運動、食事、休よう・すいみんについて、4年の『よりよく育つための生活』でくわしく学習します。」(記述)	P 13
	② けんこうによい生活かんきょう	「いろいろな運動」(記述、挿絵) 「早ね、早起き、朝ごはん運動はたがいにえいきょうし合っています。早く起きて、日光をあび、朝ごはんを食べることで、元気に運動ができたり早ねができたりして、よい生活のリズムにつながります。」(記述、挿絵)	P 18
	○ 3年のまとめ	「わたしたちが毎日をけんこうにすごすには、1日の生活のリズムに合わせて、運動、食事、休よう・すいみんをバランスよくとることがとても大切であること。」(記述)	P 20
4 2 育ちゆく体とわたし ① 大きくなってきたわたし	「発達とは、運動や勉強など、今までできなかったことができるようになることです。」(記述)	P 24	

	④ よりよく育つための生活	<p>「3年生で、毎日を健康に過ごすためには、運動、食事、休養・すいみんが大切なことを学習したね。」(記述)</p> <p>「あなたはいつも、どのくらい運動をしていますか。行っている運動には口に○をつけましょう。」(記述)</p> <p>「スポーツ以外でも、休み時間に外で遊んだり、散歩をしたりするのも、よい運動です。学校や地いきでも、楽しく体を動かす行事などがありますね。」(記述)</p> <p>「運動をする」(記述)</p> <p>「運動をすると、しょうがいを通して、ほねや筋肉がじょうぶになったり、心ぞうや肺のはたらきが高まって疲れにくくなったりします。適度な運動を毎日続けるようにしましょう。」(記述)</p> <p>「体づくり運動で行う、全身を使ったじゃんけんや、スキップなどの運動も、よい運動になります。」(記述)</p>	P 32	
		「体がよりよく育つためには、てきせつな運動や、バランスのとれた食事、てきせつな休養・すいみんをとることが大切です。」(記述)	P 33	
		「体がよりよく育つためには、てきせつな運動や、バランスのとれた食事、てきせつな休養・すいみんをとることが大切であること。」(記述)	P 36	
5	巻頭	「運動は安全に気をつけて。」(記述、写真)	P 4	
	1 心の健康	「思い切り運動して気分がすっきりした。」(記述、挿絵)	P 10	
	② 心と体のつながり			
	③ 不安や悩みがあるとき	「運動をする。」(記述、挿絵)	P 12	
		「体ほぐしの運動」(記述、挿絵)	P 13	
		「音楽に合わせて自由に体を動かす。」(記述、挿絵)		
	2 けがの防止	「体調が悪いときは運動をひかえる。」(記述)	P 31	
	⑤ けがの手当			
6	3 病気の予防	「運動不足やすいみん不足が続いていた。」(記述、挿絵)	P 36	
	① 病気の起こり方	「運動不足やすいみん不足」(記述、挿絵)	P 37	
	② 病原体と病気の予防	「適度な運動」(記述、挿絵)	P 40	
		「3年生で、毎日を健康に過ごすには、運動、食事、休養・すいみんが大切なことを学習したね。」(記述)	P 42	
	③ 生活のしかたと病気の予防①	「外で遊んだり、運動したりしている。」(記述、挿絵)	P 43	
	⑧ 地域で行われている保健活動	「2 保健センターで行っていること (7) 健康教育…運動、食事などの健康づくりについて、講習会などをする。」(記述)	P 52	
		「運動、食事、休養・すいみん、身の回りの清潔など」(記述、挿絵)	P 53	
		「たばこや酒、運動不足、栄養不足などの生活を続けていると、がんになる可能性が高まります。」(記述)	P 54	
		「運動をする」(記述)		
文教社	3	1 毎日の生活とけんこう	「元気に運動することができる。」(記述、挿絵)	P 4
	① けんこうな生活とわたし	「運動」(記述、挿絵)	P 5	
	② 1日の生活のリズム	「運動、食事、休よう・すいみんなどの生活のリズムも健康にとって大切なんだね。」(記述)	P 6	
		「みんなで楽しく運動する。」(記述、写真)	P 7	
		「友だちと、外でしっかり運動する。」(記述、写真)		
		「家に帰ってからも、外で元気よく運動する。」(記述、写真)		
		「けんこうな生活を送るためには、しっかり運動し、こまめに休けいすることが大切です。」(記述)	P 8	
		「運動、食事、休よう・すいみんを、きそく正しく生活に取り入れると、生活のリズムが整えられ、毎日を健康に過ごすことができます。」(記述)		
		「しっかり運動をしている」(記述、挿絵)	P 9	
		「さい近、休けい時間に運動していないから、外で遊ぶようにしましょう。」(記述)		
	③ 体のせいけつ	「運動すると、いっぱいあせをかくので、これからはすぐに着がえるようにするよ。」(記述)	P 13	
	④ けんこうによい部屋	「毎日しっかり運動するぞ!」(記述)	P 16	
		「さい近、体を動かしていなかったし、運動をつづけてい		

		くことで、心や体の調子を整えることが、とても大切だからだよ。」(記述) 「運動したあとは、ゆっくり休むこともひつようだよ。」(記述)	
		「運動のすすめ」(記述) 「さあ、けんこうのために、今日から運動を始めましょう。」(記述、写真)	P 17
4	2 体の発育・発達 ① 体の発育	「ただし、運動不足や食べ過ぎによる太りすぎには気を付けましょう。」(記述)	P 19
	④ 体のよりよい発育	「てきせつな運動」(記述・挿絵) 「ぼくは、運動をしっかりと、夜はぐっすりねているよ。」(記述) 「よりよい発育のために、運動、食事、休養・すいみんのバランスが、うまくとれていますか。」(記述) 「運動、食事、休養・すいみんなどの『生活のリズム』については、3年生でも習ったよね。」(記述)	P 28
		「運動、食事、休養・すいみんの3つの大切さについて考えましょう。」(記述) 「てきせつな運動を続けると」(記述、挿絵) 「運動をすると、じょうぶな体になるんだね。」(記述) 「毎日の生活の中で、続けていける運動」(記述) 「体育の時間で習った運動を、休けい時間にする。」(記述、挿絵) 「いろいろな運動のしょうかい～運動のよさを見つけよう～」(記述、挿絵) 「体を動かしたあとは、心もすっきりするね。」(記述) 「運動は、毎日続けていくことが大切だよ。」(記述)	P 29
		「成長ホルモンは、運動後と、睡眠中にたくさん出ます。」(記述) 「昼間に、てきせつな運動をすることで、ぐっすりねむることができるよ。」(記述) 「体のよりよい発育のためには、てきせつな運動、バランスのとれた食事、てきせつな休養・すいみんをとることが必要です。」(記述) 「運動をてきせつにしている人、朝食を毎日食べている人、睡眠をしっかりとっている人の方が、新体力テストの合計点がいいんだね。」(記述)	P 31
		「これからは、運動を続けたいな。」(記述)	P 32
	巻末	「先生が、『好きさらいなく何でも食べて、しっかりと運動しているからだよ。』と教えてくださった。」(記述)	P 33
5	1 心の健康 ② 心と体のつながり	「体調がよいときや楽しく体を動かしたときは」(記述、挿絵)	P 6
		「しっかりと運動できた！」(記述、挿絵)	P 7
	③ 不安や悩みへの対処①	「わたしは、友達よりも勉強や運動ができなくて、なやんだことがあるわ。」(記述)	P 8
		「仲間と運動を楽しむ。」(記述、挿絵) 「体ほぐしの運動をする。」(記述、挿絵) 「体育で学習した体ほぐしの運動をすると、友達のぬくもりが伝わってきて、心もあたたかくなったね。」(記述) 「規則正しい生活をしたり、運動やしゅ味などで気分転換をしたりすることで、心が軽くなるよ。」(記述)	P 9
		「体を動かして、やってみよう！気分転換」(記述、挿絵)	P 10
	① 不安や悩みへの対処①	「適度な運動をして、心をスッキリさせたいな。」(記述) 「運動をすると、心の調子もよくなるから。」(記述)	P 13
	2 けがの防止 ④ けがの手当	「運動するときは、こまめに水分をとる。」(記述) 「運動の合間には、すずしいところで休けいをとる。」(記述)	P 27
6	3 病気の予防 ① 病気の起こり方	「運動不足で、体力が落ちていた。」(記述、挿絵)	P 31
	② 病原体と病気	「適度な運動をする。」(記述、挿絵) 「また、予防接種、適度な運動、バランスのとれた食事、じょうぶな休養・すいみんをとることなどによって、体のていこう力を高めておくことも必要です。」(記述)	P 36
		「しっかりと運動して、体のていこう力を高めておくようにするよ。」(記述)	P 37
	③ 生活のしかたと病気①	「ほとんど毎日、外遊びや運動をしている。」(記述、挿絵) 「運動不足」(記述)	P 38
		「生活習慣の予防と、運動や食生活とは、どのような関係	P 39

			<p>があるのでしょうか。」(記述)  「全身を使った運動の例」(記述、挿絵)  「外での遊びも全身運動になるよ。」(記述)  「日ごろから全身を使う運動をしていると、血液や血管の状態がよくなります。」(記述)  「運動も、生活習慣病の予防になりそうだね。」(記述)  「生活習慣病を予防するには、適度な運動をすること、糖分、脂肪分、塩分のとりすぎに注意し、バランスのよい食生活を毎日続けること、早ね早起きをして、じゅうぶん睡眠をとることなど、健康によい生活習慣を子どものころから身に付けることが必要です。」(記述)  「健康な体でいるために、毎日運動しよう。」(記述)</p>	
		⑧ 地域の保健活動	<p>「運動」(記述・挿絵)</p>	P 50
			<p>「ぼくは、運動、食事、すいみに気を付け、病原体に負けないでこう力をつけるぞ。」(記述)  「自分に合った運動を毎日続けるよ。」(記述)  「全身を使った運動をすることで生活習慣病の予防につながるから。」(記述)</p>	P 52
光文	3	巻頭	<p>「小学生のときは体を動かすのがすきで、かぜをあまりひかない元気な子どもでした。」(記述・写真)</p>	P 1
		1 けんこうな生活	<p>「めんどうくさいから運動しなくてもいいや。」(記述、挿絵)</p>	P 7
		① けんこうって、なに？	<p>「てきせつな運動をする。」(記述、挿絵)</p>	P 10
			<p>「てきせつな運動のしゅうかん」(記述)  「心や体のけんこうには、運動、食事、休養・すいみんなど1日の生活のしかたと、部屋の明るさの調節や空気入れかえなどの、身の回りのかんきょうがかんけいしています。」(記述)  「4年のほけん34～37ページでは、運動、食事、休養・すいみんの大切さについて、さらにくわしく学習します。」(記述)</p>	P 11
		② けんこうな1日の生活	<p>「運動をする。」(記述、挿絵)  「あきらさんとさとみさんの1日の生活のしかたを見て、運動、食事、休養・すいみんのとり方をくらべてみましょう」(記述、挿絵)  「これも運動！」(記述)</p>	P 12
			<p>「運動、食事、休養・すいみんなどの生活のリズムがくずれると、どうなるのでしょうか。」(記述)  「わたしたちは毎日、同じ時間にねたり起きたりして、朝ごはんを食べたり、運動したりすることをくり返しています。」(記述)  「運動する気になれない」(記述、挿絵)  「運動をしないと。」(記述)  「元気に運動」(記述)  「毎日をけんこうにすごすためには、運動、食事、休養・すいみんを、自分の生活のリズムに合わせてとることが大切です。」(記述)</p>	P 13
			<p>「これも運動！」(記述)  「わたしは毎日、どのくらい運動しているのだろう？」(記述)  「あなたは1日の生活のなかで、どのくらい運動をしていますか。体育の時間以外にもふだんの生活の中で運動になることは、たくさんあります。自分にできそうな運動を見つけて、毎日運動をつづけるしゅうかんを身につけましょう。」(記述)  「遊びも運動！」(記述、挿絵)  「お手つだいも運動！」(記述、挿絵)  「勉強や運動でも、自分もっている力を、出しやすくなります。」(記述)  「朝ごはんを食べないと、エネルギー不足で頭がよくはたらかなかったり、運動をすると、すぐにつかれてしまったりします。」(記述)</p>	P 14
			<p>「この時間が長いほど、運動やすいみん時間が短くなる人が多いといわれています。」(記述)  「1日のすいみん時間や運動時間と、スクリーンタイムをくらべてみるといいですね。」(記述)</p>	P 15
		○ 学習のまとめ	<p>「運動、食事、休養・すいみんを、自分の生活のリズムに合わせてとることが、毎日をけんこうにすごすためには大切です。」(記述)</p>	P 22
			4	2 体の発育と発達
		① 変化していく体		
		④ よりよい発育のために	<p>「体育の時間以外に運動や外遊びをしている。」(記述、挿絵)  「たくさん運動して、たくさん食べて、たくさんねると○</p>	P 34

		<p>がつくのかな。」(記述)  「無理なく、楽しみながらできる運動を毎日続けよう！」(記述)  「無理なく、毎日続けられる運動には、どのようなものがあるのでしょうか。」(記述、挿絵)  「あなたに合った運動は何でしょうか。体育の時間の運動もしっかり行いましょう。」(記述)  「生活のなかの運動」(記述)  「スポーツや遊びだけでなく、毎日の生活のなかで体を動かすことも運動です。」(記述、挿絵)  「自分に合った無理のない運動をいくつか見つけて、毎日行うようにしましょう。」(記述)  「体を動かそう」(記述)  「3年の保健では、運動、食事、休養・すいみんが、毎日を健康に過ごすために大切だということを学習しました。」(記述)</p>	
		<p>「適切な運動を毎日続けていると、体にどんな効果があるのでしょうか。」(記述)  「運動の効果」(記述、挿絵)  「骨と運動」(記述)  「上は健康な骨で、下は運動不足やカルシウム不足などで、すかすかになってしまった骨です。」(記述、写真)  「適切な運動を毎日続けていると。」(記述)  「運動」(記述)  「生活の中の運動」(記述)  「右の各運動を、図に書いてある時間行くと、それぞれ同じぐらいの『運動量』になります。」(記述、挿絵)  「同じ運動でもちがう運動でもよいので、これらの運動を1日の中で3つ以上行くとよいとされています。いろいろな運動を組み合わせ、自分にできる運動を毎日行うようにしましょう。」(記述)  「宇宙飛行士と運動」(記述)  「それをふせぐため、宇宙にいる宇宙飛行士は、毎日2時間の運動をしています。」(記述、写真)</p>	P 35
		<p>「軽い運動をする」(記述、挿絵)  「よりよい発育のためには、適切な運動、多くの種類の食品をバランスよくとる食事、十分な休養・すいみんが、毎日の生活に必要です。」(記述)  「日中に適度な運動をする。」(記述)  「運動、食事、休養・すいみんで、あなたが今日から気をつけたいと思ったことを、それぞれ書いてみましょう。」(記述)</p>	P 37
		<p>「体を動かそう」(記述)  「全身を使ったいろいろな運動や、体を動かす遊びをして、さまざまな体の動きに取り組んでみましょう。」(記述、挿絵)  「したことがない運動や体を動かす遊びをもっとしてみたいな。」(記述)  「これらのウェブサイトでは、いろいろな運動や遊びが紹介されています。」(記述)  「いたみを感じているのに運動を続けると、どんどん悪化してしまいます。いたみを感じたら、すぐにその運動をいったんやめて、病院などの医療機関でみてもらいましょう。」(記述)</p>	P 38
	○ 学習のまとめ	<p>「ア運動」(記述)  「わたしは、毎日運動しようと思ったよ。」(記述)</p>	P 40
5	巻頭	<p>『試合の日は4時間目に起きてごはんを食べる』、『登る前には同じ準備運動をする』など、自分で見つけた自分の体が動きやすくなる準備もするようにしています。」(記述、写真)</p>	P 1
	1 心の健康 ② 心と体の関わり	<p>「適切な運動をしたとき」(記述、挿絵)  「運動は、心によいえきょうがあります。その反対に、心の状態がよくないときに運動をすると、思ったように体が動かないと感じることもあります。」(記述)</p>	P 12
		<p>「体の調子よかつたり、運動したりすると。」(記述、挿絵)</p>	P 13
	③ 不安や悩みなどへの対処	<p>「体ほぐしの運動をする。」(記述、挿絵)</p>	P 17
6	3 病気の予防 ① 病気の起こり方	<p>「運動不足」(記述、挿絵)</p>	P 41
	② 感染症の予防	<p>「適切な運動」(記述、挿絵)</p>	P 44
		<p>「ご飯を食べた後や運動した後、お風呂に入った後すぐには測らない。」(記述)</p>	P 47
	③ 生活習慣病の予防①	<p>「外で遊んだり、運動をしたりしている。」(記述)  「運動、食事、休養・すいみん、喫煙、飲酒などの生活のしかたや習慣が関わって起こる病気を、生活習慣病といい</p>	P 48

		ます。」(記述) 「運動不足」(記述、挿絵) 「3年の保健では、毎日を健康に過ごすために、運動、食事、休養・すいみんのとり方に気をつけて生活することが大切だと学習しました。」(記述)		
		「心臓病や脳卒中などの生活習慣病は、運動不足や、糖分、しぼう分、塩分のとりすぎ、不規則な生活などが関係して起こります。」(記述) 「生活習慣病を予防するには、適切な運動、栄養のバランスのよい食事、十分な休養・すいみんなど、毎日の生活のしかたに気をつけて、健康によい生活習慣を身に付けることが大切です」(記述) 「運動不足になると。」(記述) 「運動不足が続くと、体力が低下するだけではなく、生活習慣病にかかる危険性が高まります。大人になってからも、適切な運動を生活のなかにとりいれることは、健康を保つために必要なことです。」(記述) 「特に、生活習慣病の予防には、ウォーキングや水泳など、全身を使った運動を日常的に行うことが効果的です。」(記述) 「運動不足と生活習慣病」(記述)	P 49	
	④ 生活習慣病の予防②	「運動不足と生活習慣病」(記述) 「毎年約5万人の人が、運動不足が原因で生活習慣病などの病気にかかり、なくなっているというデータがあります。最近では、交通手段の発達によって移動が楽になったり、ゲーム機などの登場により、体を使って遊び機会が減ったりして、大人だけではなく子どもの運動不足が問題になってきています。生活習慣病を予防するためにも、進んで体を動かして、今のうちから健康な生活習慣を身に付けることが大切です。」(記述) 「運動不足」(記述、図)	P 52	
	⑧ 地域の保健活動	「がんなどの生活習慣病予防の検査や、健康な生活習慣づくりのための運動・食生活の相談などを行っています。」(記述、写真)	P 62	
	○ 学習のまとめ	「ウ適切な運動」(記述)	P 64	
学 研	3 巻頭	「いろいろな運動・スポーツをしよう。」(記述・写真)	P 1	
	楽しく学ぼう！ほけんの学習	「運動？」(記述)	P 3	
	1 健康な生活 ① かけがえのない生活	「体を動かすのが楽しい。」(記述、挿絵) 「体をたくさん動かして遊んだ後は、ご飯がおいしく食べられたよ。」(記述) 「朝食をしっかりと食べた日は、運動する気や、やる気が出た。」(記述)	P 6	
		「運動 てきどに毎日」(記述、挿絵) 「運動、食事、休養やすいみんなどの1日の生活のしかたと、部屋の明るさや空気などの身の回りのかんきょうは、健康と深く関係しています。」(記述)	P 7	
		「運動や食事、休養・すいみんなどについて、きそく正しいリズムのある生活を続けていると、毎日を健康にすごすことができます。」(記述) 「体育やスポーツ以外で取り入れられる運動の例」(記述) 「体を動かすような家の手伝いをする。」(記述) 「体を動かす遊びや運動をしている。」(記述) 「いろいろな運動をしているかな？」(記述) 「体育で学習した運動の中からできそうなものを選んで、毎日の生活で行ってみましょう。」(記述) 「運動」(記述、挿絵)	P 9	
		「運動、食事、休養・すいみん、便と健康」(記述) 「運動」(記述) 「体をよく動かさない」と。(記述・挿絵) 「体をよく動かさない生活が続くと」(記述)	P 10	
		「体を動かす遊びや運動をしましたか？」(記述)	P 11	
	4 2 体の発育・発達 ○ 表紙	「きちんと育つためには、どんな運動や食事がいいのかな？」(記述)	P 19	
		① 変化してきたわたしの体	「食べすぎや運動不足による太りすぎに注意しましょう。」(記述)	P 21
		④ よりよい発育・発達のために	「運動、食事、休養・すいみんは、体の発育・発達のためにどのくらい大切だと思いますか。」(記述) 「運動、食事、休養・すいみんのそれぞれで、特にどんなことに気を付けるとよいでしょうか。」(記述) 「運動 発育・発達にできた運動を毎日続けよう」(記述) 「発育・発達にできた運動を続けていると。」(記述、挿絵) 「運動では、全身を使ったいろいろな運動をしたり、でき	P 30



		<p>るだけ外遊びをしたり、毎日の生活の中で積極的に体を動かしたりすることが大切です。体育の時間以外にも、毎日、軽くあせをかくくらいの運動をしましょう。」(記述)  「楽しく運動を続けよう」(記述)  「ジャンプやランニングなど、骨に大きな力が加わる運動を小学生のころから続けていると、骨がじょうぶに発育することがわかっています。」(記述)</p>	
		<p>「発育・発達にできた運動、バランスのとれた食事、十分な休養・すいみんなど、毎日の生活のしかたに気を付けることが、体のよりよい発育・発達につながります」(記述)  「よりよい発育・発達のために、運動、食事、休養・すいみんのそれぞれについての目標を一つずつ書いてみましょう。」(記述)</p>	P 31
		<p>「楽しく運動を続けよう」(記述)  「体育で学習した運動や、ふだん行っている運動の中から、毎日の生活でできそうなものを挙げてみましょう。」(記述)  「運動の例」(記述、挿絵)  「室内でもできる運動の例」(記述、挿絵)  「体育で楽しかった運動を、外遊びでもやってみよう。」(記述)  「積極的に、いろいろな運動や体を動かす遊びをしましょう。」(記述、挿絵)  「ウェブサイト『子どもの体力向上』ホームページ』(日本レクリエーション協会)で、いろいろな運動や遊びについて知ることができます。」(記述)</p>	P 32
		<p>「規則正しい食事と運動を毎日続ける。」(記述)  「運動、食事、休養・すいみんについての工夫の例」(記述、写真)</p>	P 33
		<p>「体力をもっと高めたり、いろいろな動きを身に付けたりするためには、どんな運動をしたり、毎日の生活の中でどんなことをしたりすればよいでしょうか。」(記述、挿絵)</p>	P 34
		<p>「健康とよりよい発育・発達のためにも、安全に気を付けながら、外遊びや運動をたくさんしてくださいね。」(記述)</p>	P 35
5	巻頭	<p>「いろいろな運動・スポーツをしよう。」(記述、写真)</p>	表紙裏
	1 心の健康	<p>「脳と主な働き 運動する」(記述、図)</p>	P 8
	① 心の発達		
	② 心と体のつながり	<p>「適度な運動をすると」(記述、挿絵)</p>	P 10
		<p>「適度な運動」(記述、挿絵)</p>	P 11
	③ 不安や悩みへの対処	<p>「不安やなやみをかかえたときは、周りの人に相談して気持ちを楽にしたり、運動をして気分転換したりするなど、自分に合った適切な方法で対処することができます。」(記述)</p>	P 12
		<p>「運動をしたり、音楽を聞いたり、気分転換をしたりする。」(記述、挿絵)  「体ほぐしの運動を行う」(記述、挿絵)  「『体ほぐしの運動』は、体の調子に気付いたり、気持ちをほぐしたりできるので、効果のある方法の一つです。」(記述)  「不安やなやみへの対処として、体ほぐしの運動や呼吸法を行うことができるように、14ページの資料を使って、実習してみましょう。」(記述)</p>	P 13
		<p>「体ほぐしの運動」(記述、挿絵)</p>	P 14
		<p>「運動で気分転換」(記述、挿絵)</p>	P 16
	④ けがの手当	<p>「体調が悪いときは運動をしない。」(記述)</p>	P 31
6	1 病気の予防	<p>「生活のしかた(運動や食事、休養・すいみんなど)はどうでしたか。」(記述、挿絵)  「運動や食事、休養・すいみんなどが十分でないと、体のていこう力が低下して、かぜにかかりやすくなる。」(記述)</p>	P 34
	① 病気の起こり方	<p>「運動不足」(記述、挿絵)</p>	P 35
	② 病原体と病気	<p>「体の動きを高める運動などで体力を高めましょう。」(記述)  「適度な運動」(記述、挿絵)</p>	P 37
	③ 生活のしかたと病気①	<p>「ほとんど毎日、外遊びや運動をしている。」(記述)  「運動、食事、休養などの生活のしかたと深く関係している病気を、生活習慣病といいます。」(記述)</p>	P 40
		<p>「運動不足」(記述、挿絵)  「目ごろから全身を使った運動をすること、バランスのよい食事、十分な休養など、健康によい生活習慣を身に付け</p>	P 41

			ることによって、生活習慣病を予防することができます。」 (記述) 「体育で学習する全身を使った運動を日ごろの生活に取り入れてみましょう。」(記述) 「健康によい生活習慣として、あなたがこれから特に実行したいことを、運動について一つ、運動以外で一つ挙げてみましょう。」(記述)	
		④ 生活のしかたと病気②	「暑い日に激しい運動をして、大量のあせをかいて体の水分や塩分が不足したり、体温が上がりすぎたりすると、熱中症にかかることがあります。」(記述、挿絵)	P 45

様式4の調査項目⑥〔がんに関する内容を取り上げているページ〕の具体的な内容

発行	学年	単元及び教材名	主な内容	ページ
東書	6	3 病気の予防 ③ 生活習慣病の予防	「日本人の死因の内訳 がん」(図) 「がん がん細胞が増えて、体の器官のはたらきが悪くなる」(記述)	P 58
			「死因の一位であるがんの多くも、生活行動との関係が明らかになっています。」(記述)	P 59
			「がんを予防しよう」(記述、写真)	P 62
		④ 喫煙の害と健康	「がんによる死亡の危険性」(図) 「がんや心臓病で死亡する危険性はどちらが高いですか。」(記述)	P 64
			「また、喫煙を長期間続けると、やめるのが難しくなり、がんや心臓病などの病気にかかりやすくなります。」(記述、写真)	P 65
			「タール がんの原因になる」(記述)	P 66
⑦ 地域の保健活動	「がんの早期発見などのための検診」(記述、写真)	P 76		
大日本	6	3 病気の予防 ③ 生活のしかたと病気の予防①	「生活習慣の中でも、がん、心臓病、脳の血管の病気などは、日本でのおもな死亡原因となっています。」(記述、図)	P 42
			⑤ たばこの害と健康	「また、長い期間たばこを吸い続けると、がんや心臓病などの生活習慣病にかかりやすくなります。」(記述) 「たばこが原因でかかりやすくなる肺がんや胃がんなどのがんは、日本でのおもな死亡原因となっているがんのなかでも、特に死亡数が多い病気です。」(記述)
		⑧ 地域で行われている保健活動	「2 保健センターで行っていること (5) がんや生活習慣病などの検診」(記述)	P 52
			「がんの予防」(記述、図)	P 54
		○ ともに生きる	「もし身近な人ががんが見つかったら、あなたはどうしますか」(記述)	P 57
文教社	6	3 病気の予防 ③ 生活のしかたと病気①	「主な生活習慣病 ・がん」(記述) 「がん、心臓病、脳の血管異常による病気は、生活習慣病です。」(記述、図)	P 38
			⑤ 喫煙の害	「がんや心臓病にかかりやすくなる」(記述、挿絵) 「喫煙とがんの死亡率の割合」(記述、図) 「たばこを吸うと、煙にふくまれる有害物質(ニコチン・タール・一酸化炭素など)によっていろいろな症状が起こったり、がんや心臓病などの生活習慣病にかかりやすくなったりします。」(記述)
		「喫煙開始年れいと肺がん死亡率の割合」(記述、図) 「吸い始める年れいが低いほど、がんなどの死亡率が高くなります。」(記述)		P 43
		「さらに長い間続けていると、がんや心臓病などの病気にかかりやすくなります。」(記述)		P 44
		光文	6	3 病気の予防 ③ 生活習慣病の予防①
「日本では多くの人が生活習慣病にかかっている、そのなかでも、がん、心臓病、脳卒中が、主な死亡原因となっています。」(記述)	P 49			
④ 生活習慣病の予防②	「『がん』のことを知ろう」(記述、図)			P 52
⑤ 喫煙の害	「非喫煙者とくらべた場合の喫煙者のがんになるリスク(男性)」(図)			P 54

			「喫煙開始年齢と心臓病やがんによる死亡率の関係」(図)	
			「また、一度習慣になると簡単にはやめられなくなり、長い間吸い続けると、肺がんや心臓病などにかかりやすくなります。」(記述) 「タール…がんの原因になる」(記述) 「受動喫煙とたばこを吸わない女性の肺がんとの関連」(図)	P 55
		⑥ 飲酒の害	「口、のど、食道などのがんになる。」(記述) 「肝臓がんなどの病気にかかりやすくなる。」(記述、写真)	P 57
		⑧ 地域の保健活動	「がんなどの生活習慣病予防の検査や、健康な生活習慣づくりのための運動・食生活の相談などを行っています。」(記述、写真)	P 62
			「各種がん検診等の受診について」(写真) 「日本人に最も多いがん『胃がん』」(写真)	P 63
学 研	6	3 病気の予防		
		③ 生活のしかたと病気①	「がん、心臓病、脳卒中は、日本人の死亡原因の上位をしめています。」(記述、図) 「がん、心臓病、脳卒中のことを、3大生活習慣病と呼ぶこともあります。」(記述) 「がん細胞が増えていって、体の働きが悪くなる。」(記述、写真)	P 40
		④ 生活のしかたと病気②	『「がん」って、どんな病気?』(記述、挿絵)	P 44
		⑤ 喫煙の害	「タール…がんの原因となる」(記述、図) 「有害物質は200種類以上もあり、がんの発生に關係する物質はそのうち約70種類といわれています。」(記述)	P 46
			「がん 肺がん、乳がん、食道がん、胃がん、すい臓がん、大腸がん」(記述、図) 「やめられないまでに長期間吸い続けると、がんや心臓などにかかりやすくなります。」(記述) 「夫の喫煙と妻の肺がんの危険性」(記述、図)	P 47
	○ ふり返る・深める・つなげる	「がんを防ぐための生活」(記述)	P 56	