

発行者の 番号・略称	教科書の 記号・番号	教科書名
208 光文	保健 334 保健 534	新版 小学ほけん けんこうってすばらしい 3・4年 新版 小学保健 見つめよう健康 5・6年 顧問 吉田瑩一郎 監修代表 渡邊正樹

編集方針

- 1 望ましい生活習慣の形成
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の基礎を培うため，健康の大切さを理解し，望ましい生活習慣が身につくようにする。
- 2 学習内容を習得し，活用する力の育成
習得すべき学習内容を明確にし，これらを活用する思考力・判断力等を育成する。
- 3 今日的な課題に積極的に対応
近年の生活習慣の乱れや生活環境の変化，ストレスなどにかかわって深刻化しているさまざまな問題について，実践的な理解が図れるようにする。
- 4 ビジュアルな紙面構成
イラストや図表，写真を多用して，児童が理解しやすく親しみやすい紙面構成とする。

編集上の特色

1. 基礎的・基本的な知識を確実に“習得”

学習指導要領「基礎的・基本的な知識及び技能を確実に習得させ……」を受け，習得すべき基礎的・基本的な知識や原理・原則などの学習内容を，紙面の冒頭に「つかむ」コーナーとして明確に位置づけています。（例：次ページ）



2. 習得した知識を“活用”する学習活動 3つの活用パターン

学習指導要領解説「習得した知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより……」を受け，「つかむ」コーナーなどで習得した知識を“活用”して課題解決するための学習活動を，「思考・判断・表現」に合わせて3パターン設定しています。（例：次ページ）

	学んだことを，いろいろな場面にあてはめて考えます。	思考
	学んだことをもとに，これからどうしたいかなどを見つけます。	判断
	学んだことをもとに，ほかの人にアドバイスなどをします。	表現

例) 5・6年16ページ 学校や地域でのけがの防止

習得

けがの防止

けがを防ぐには、危険を予測し、正しい判断をして、安全に行動することが大切です。

①危険の予測
(正しい判断)

②安全な行動

すべて転ぶかもしれない。

ろうかにはまわりをよく見て歩く。

活用

あてはめよう

①つぎの図を見て、どんな危険があるかを予測し、事故をさける安全な行動のしかたを考えてみましょう。

危険の予測

安全な行動

3. 主体的な学習活動のための工夫

さまざまなキャラクターが、学習活動の手助けをします。

- ・児童キャラ……学習がスムーズに流れるようにフォローし、きめ細やかな学習活動の展開を児童の目線からサポートします。児童に学習内容をより身近に感じさせます。
 - ・養護教諭・学校医キャラ……専門的な立場から、学習内容についての的確な助言をします。
- 「習得・活用」コーナー以外にも、児童の理解や学習意欲を高める工夫が豊富にあります。

	活動マーク	自分の生活のチェックや、これまでの生活経験などから考える活動を「記述」や「話し合い」マークで示しています。
	保健の広場・発展マーク	今話題になっている内容や、各学年の学習内容より少し進んだ内容を扱うコーナーを示しています。興味に応じて調べるなど、学習活動に広がりをもたせるコーナー。
	食育マーク	各学年の学習内容に関連して、食育関連の内容を扱うコーナー。
	ひと言マーク	児童の興味・関心を刺激したり、学習内容を補足したりするひと言コーナー（脚注部分）を示しています。
	URL マーク	学習内容に関連したホームページアドレスを掲載しています。ICT環境を利用した調べ学習などに利用することができます。
	他教科・他学年との関連マーク	学習している内容が、他教科・他学年の学習内容と関連のあることを示すマーク。
	戻るマーク	前に一度学習した内容について、戻って確認・復習するためのマーク。振り返り学習が可能です。
	区切りマーク	1時間の授業の区切りがひと目でわかるマーク。

4. 豊富な資料

イラスト，図表，写真等，知識の習得を促進する資料を，数多く掲載しています。

特に以下のような写真資料を掲載し，視覚による理解を図ります。

- 3・4年……手型寒天培地による手の汚れの実験（p11）／薬品による着衣前後の体育着の汚れの実験（p12）／電子顕微鏡で見る繊維に付着した汚れ（p12）／カビ・ダニ（p14）／男女の体つきの違いの比較写真（p20）／卵子と精子の拡大写真（p22・23）など

5・6年……交通事故が起こりやすい環境（p15）／学校・地域での安全な環境づくり（p17）
交通事故を防ぐ環境づくり（p19）／犯罪被害を防ぐ環境づくり（p23）／土砂崩れ・火災
（p28）／地震や津波などに備える環境づくり（p29）／せきの飛散実験（p34）／菌やウ
イルスの拡大写真（p36-37）／血管の断面写真（p39）／ミュータンス菌（p40）／歯肉
の比較写真（p41）／たばこの害と肺の写真（p42）／禁煙・喫煙場所の写真（p43）／アル
コールの害と脳，肝臓の写真（p45）／MDMAや覚せい剤の写真（p46）／シンナーの害
と溶けた歯の写真（p46）／AED（p49）など

5．発展的な学習内容や今日的課題を豊富に掲載

印は「発展的な学習内容」を示す。

発展的な学習内容や今日的課題を「発展コーナー」「保健の広場」コーナーで豊富に扱い，学習
に広がりをもたせます。

3・4年……学校内のけんこうさがし（p15）／新しい生命のたんじょう（p25）／早ね・早
おき・朝ごはん（p29）

5・6年…… ストレス（p11）／なやみの相談先（p11）／自転車のルールとマナー（p19）
インターネットの使い方（p23）／熱中症に気をつけよう！（p25）／地震や津波か
ら身を守る！（p26-29）／新型インフルエンザと予防（p32）／副流煙の害（p39）
見たことある？ AED（p45）など

防災教育の充実を望む声に応え，5年「けがの防止」単元の発展的な学習内容として，「地震や
津波から身を守る！」（p26-29）を1時間の授業が可能な構成で取り扱っています。

6．健康・安全にかかわる社会的な課題を紙面に

特に5・6年では，健康・安全にかかわる社会的な課題を積極的に紙面に取り入れました。

いじめ（p8）／なやみの相談先（p11）／水の事故（p15）／自転車のルールとマナー（p19）
いかのおすし（p20 脚注）／犯罪被害にあった場所（p21）／インターネットの使い方（p23）
熱中症（p25・p33）／せきエチケット（p34）／インフルエンザ（p36）／はしか，結核（p36）
O157とノロウイルス（p37）／メタボリックシンドローム（p38 脚注）禁煙・喫煙場所の
写真（p43）／酒類の一气飲み防止に関する活動（p44 脚注）／MDMA や覚せい剤の写真
（p46）／薬物乱用者の話（p47）／AEDの普及（p49）など

社会的な課題として重視されている防災関係の内容を，充実して紙面に掲載しています。

地震や津波から身を守る！（p26-29）／緊急地震速報（p27）／身の安全の守り方（p27）
率先避難者（p28）／災害に備える地域での環境づくり（p29）／家庭での地震の備え（p29）
食育の観点を重視し，各学年の学習内容に関連して，食育関連の内容を扱っています。

どうしてだいじ？ 朝ごはん（3年・p9）／給食はのこさず食べよう（4年・p26）
食事は楽しく（5年・p5）／おやつを食べ方・選び方（6年・p39）

7. わかりやすく簡潔な表記・表現

文章はわかりやすく，簡潔な記述にしました。また，未習の漢字や，その学年で初めて習う漢字，専門用語には，見開き単位でふりがなをつけました。

8. 鮮明な印刷・丈夫な製本

印刷は鮮明で，色づかいも目にやさしく見やすい配色となっています。

製本は，2年間の使用に十分耐えられるよう丈夫な平綴じとなっています。

表紙・本文ともに再生紙を使用しています。

各単元の特徴

3・4年

けんこうな生活

健康の概念は，3年生の最初の学習内容としては難しい内容のため，導入ページを含めてページ数を5ページと充実し，保健学習の入り口として丁寧に学習できるよう配慮しています。自分の健康に目を向けさせる工夫として，一日の生活時間表や，チェック欄，書き込み欄などの活動を充実させています。

単元の最後には，「学校内のけんこうさがし」として，学校内でのさまざまな保健活動の紹介と，その大切さを理解することを意図したクイズ形式のコーナーを設けています。

育ちゆく体とわたし

単元導入の際の工夫として，生まれてからの身長伸びをシルエットで表し，生まれたときの身長と生後1年のときの身長の違い（第1発育急進期）などが，ひと目でわかります。

発育のしかたには個人差があることを，わかりやすく絵や図表，コメント例で示しています。

「よりよい発育」の単元では，「すくすく育つためのポイント！」として，子どもの興味をひくフレーズを用いて「食事，運動，休養・すいみん」を扱っています。

単元の最後に，社会的な取り組みである「早ね・早おき・朝ごはん」運動を紹介しています。

5・6年

心の健康

「心をさらに豊かにするために」の活用コーナーでは，自分の小さい頃と今とで人とのかわり方に変化が生まれていることを理解させるようにしています。

「思春期の心の問題」について，コラム形式で扱っています。「思春期」については，4年「育ちゆく体とわたし」で扱われる内容でもあり，学習の系統性を図っています。

「不安やなやみ」では，昨今問題となっている「いじめ」などに配慮し，自分ひとりで解決することが難しい問題について「なやみの相談先」を提示するなどのフォローをしています。

けがの防止

「けがの防止」単元全体を通して、危険予測と回避の原理・原則の確実な「習得」から、それを「活用」して思考・判断する構成となっています。

防災教育については、発展的な学習内容「地震や津波から身を守る！」として、1時間の授業ができる構成で扱っています。「家庭における地震の備え」として、「ファミリーチェック」コーナーも設けています。

病気の予防

病原体と病気の予防では、近年話題となっている「せきエチケット」を取り上げるとともに、インフルエンザや結核などを、鮮明でわかりやすい病原体の写真とともに扱っています。

むし歯や歯ぐきの病気の予防では、口中酸度のグラフを正確かつ児童にわかりやすい形で表現し、また、「炎症のある歯肉」の写真についても、10～11歳の実年齢に合わせた病状の写真を使用しています。

近年の社会状況から、たばこの害とアルコールの害、薬物乱用の害に各1時間配当しています。たばこの害では、副流煙の害などをより詳細に扱っています。

「地域の保健活動」は中学校への系統性の観点から重点をおき、児童がより学習内容を身近に感じられるよう、養護教諭と児童のキャラクターが実際に保健センターを訪れ、その活動内容を見学する設定で紹介しています。

内容構成と学習指導要領との関連

【3・4年】

学年	単元名	学習指導要領
第3学年	1 けんこうな生活(4時間)	
	(1)けんこうって、なに？	(1)ア
	(2)けんこうな1日の生活	(1)イ
	(3)体のせいけつ	(1)イ
第4学年	(4)部屋の明るさと空気	(1)ウ
	2 育ちゆく体とわたし(4時間)	
	(1)変化していく体	(2)ア
	(2)思春期の体の変化	(2)イ
体の外にあらわれる変化		
体の中の変化		
(3)よりよく体を発育させるには？	(2)ウ	

【5・6年】

学年	単元名	学習指導要領
第5学年	1 心の健康(3時間)	
	(1)心の発達	(1)ア
	(2)心と体のかかわり	(1)イ
	(3)不安やなやみ	(1)ウ
	2 けがの防止(5時間)	
第6学年	(1)けがの起こり方	(2)ア
	(2)学校や地域でのけがの防止	(2)ア
	(3)交通事故の防止	(2)ア
	(4)犯罪被害の防止	(2)ア
	(5)けがの手当	(2)イ
第6学年	3 病気の予防(8時間)	
	(1)病気の起こり方	(3)ア
	(2)病原体と病気の予防	(3)イ
	(3)生活のしかたと病気の予防	(3)ウ
	(4)たばこの害	(3)エ
	(5)アルコールの害	(3)エ
	(6)薬物乱用の害	(3)エ
(7)地域の保健活動	(3)オ	