

保健体育科（保健）学習指導案

指導教官氏名

実習生氏名

1 日 時 平成 29 年 6 月 16 日（金）5 時間自

2 学年・組 第 2 学年 7 組 40 人

3 場 所 2 年 7 組 教室

4 単元名

保健 2 単元 生涯を通じる健康 7、高齢者のための社会的取り組み

5 指導にあたって

(1) 単元観

私たちの心と体は年齢とともに変化していく。それに伴って、私たちや社会が健康のためにすべきことも変化する。この単元では、思春期から中高年期までの健康に関わることからや、それぞれの段階で必要になる保健・医療サービスの活用の仕方などについて学ぶことで、生涯を通じて自らの健康を保持し、改善していく資質や能力を育てる。

(2) 生徒観

全体的に落ち着きがあり、基本的な学習事項に関しては正確に理解することができるクラスである。大半の生徒は真面目に授業を受け、話し合い等にも積極的に参加している。しかし一部の生徒は保健に対する意欲が低く、授業に集中できていない姿も見られる。

(3) 指導観

高校生にとって身近ではなく、イメージしにくい内容が多い単元であることから、画像資料等を活用しながら、授業の流れや内容を分かりやすく示すよう工夫する。また、話し合いの場や、考えをまとめてプリントに記入する時間を設けることで、知識を得るだけでなく、学んだことを自分なりに解釈し、今後活かしていくことができるよう指導する。

6 単元の目標

生涯の各段階において健康についての課題があり、自らこれに適切に対応する必要があることや、日本の保健・医療制度や機関を適切に活用することの重要性について理解できるようにする。

7 単元の評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
生涯の各段階における健康や保健・医療制度及び保健・医療機関について主体的に学習し、仲間と意見を交換したり発表したりしようとしている。	生涯の各段階と、健康や保健・医療制度とのかかわりを踏まえ、自分の経験や仲間の意見交換の元に、課題の解決方法を考えたり、日常生活に当てはめたりして、選択すべき行動を判断している。	生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理の必要性や、我が国の保健・医療制度や機関と地域の保健所、保健センター、医療機関の活用について説明したり、自分の考えをまとめて書き出したりしている。

8 指導計画（本時 7 時間目 / 11 時間中）

- 第一時 思春期と健康
- 第二時 性意識と性行動の選択
- 第三時 結婚生活と健康
- 第四時 妊娠・出産と健康
- 第五時 家族計画と人工妊娠中絶
- 第六時 加齢と健康
- 第七時 高齢者のための社会的取り組み（本時）
- 第八時 保健制度とその活用
- 第九時 医療制度とその活用
- 第十時 医薬品と健康
- 第十一時 さまざまな保健活動や対策

9 本時の展開

(1) 主題（題材名）

7、高齢者のための社会的取り組み

(2) 本時の目標

- ・日本の高齢化社会の現状と、必要な取り組みについて正しく理解することができる
- ・すべての人が健康で安全に暮らすために必要なことを考えることができる
- ・グループワーク等に積極的に参加し、意見や考えを伝えようとしている

(3) 本時の指導の重点

前回の授業で老化や高齢者について学んだ知識を活かし、高齢者が健康で活力ある生活をするために必要なことについて理解することができるよう指導する。また、高齢者だけでなくすべての人が暮らしやすい社会をつくるためにはどのような視点や考え方が必要なのか、身近なものを対象にしたグループワークを通して、主体的に考えられるよう工夫する。

(4) 展開

時間	学習活動	指導活動	評価活動
導入 10分	<p>○挨拶、出欠確認</p> <p>○復習テスト 〈回答〉 ①老化 ②形態・機能 ③8020運動 ④骨粗鬆症 ⑤生きがい</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●生徒の顔を見ながら元気よく行う</li> <li>●テスト用紙を配布し、名前を書いてから各自スタートするよう指示する</li> <li>●全員が書き終わったところに、隣同士で交換させ、答えを板書する。</li> <li>●丸つけの間違いがないかを確認し、回収する</li> </ul> <p>●前回の授業では、老化についてや将来健康に暮らすために今どのようなことが必要なか、避けることのできない老いをどう考え生活していくのか、などについて学んだことを口頭で振り返る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●本時は、前回の知識を活かして、高齢社会といわれる日本の現状を知り、みんなが健康で安心して暮らすために必要なことを考えることを伝える</li> <li>●プリントを配布する</li> </ul>	
展開 30分	<p>【発問1】みなさんは50年後、どのような生活を送りたいですか</p> <p>○高齢社会の現状を知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●答えはプリントに記入させる</li> <li>●まずは1人で考え、その後隣同士で相談してもよいことを伝える</li> <li>●何人かの生徒を指名し、答えを簡単に板書する</li> <li>●50年後、日本はどのような状況なのかを説明する</li> </ul> <p>☆日本は高齢社会と言われていて、高齢者人口割合がどんどん増えている。現在は4人に1人が高齢者であり、2025年には高齢者の割合が3割を、2060年には4割を超し、高齢社会はこれからも進むと言われていて、2000年には2人の高齢者を約7人の若者で支えることができたが、2025年には約4人で支えることになり、2050年には1.2人で1人の高齢者を支えることになる。</p> <p>1.2人で1人の高齢者を支えるとなると、様々な負担が出てくる。例えば日本の年金や医療保険・介護保険は、積み立て方式と賦課方式があり、日本は後者である。複数の現役世代で高齢者の年金を払う方式だが、若者が減るとそれだけ負担が大きくなる。年金等が2倍3倍となれば、給料の半分が税金として徴収される可能性もある。しかし、今の若い世代が高齢者に</p>	<p>◇日本の高齢化社会の現状と必要な取り組みについて正しく理解することができる (知識・理解)</p>

<p>○高齢者の支援に必要なことを知る</p>	<p>なるころには、十分な年金等がもらえるという保証はない。労働人口も減るので65歳以上になっても多くの人が働く時代が来るかもしれない</p> <p>☆前回の授業では元気な高齢者の方を紹介したが、実際は寝たきりや認知症などの介護を必要としている高齢者の方もいる。寝たきりとは、屋内の生活に介助を必要とし日中もベッドでの生活が主体である状態のことを言う。認知症とは精神機能が減退して日常生活に支障をきたす状態のことを言い、記憶障がいや過去の記憶がなくなったり、見当識障がいや時間や場所が分からなくなる、徘徊するなどの症状が見られる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●教科書 p 76 の図1を見るよう指示する</li> </ul> <p>☆一人暮らしの方や、高齢者だけで暮らす場合も増加していて、介護が必要になっても家族が介護できないという状況も増えている</p> <p>老老介護・認認介護と言われ老人が老人の介護を、認知症の方が認知症の方の介護をしなければならなくなる。スムーズな介護は期待できず、介護することに危険が生じる</p> <p>☆ただ長生きするだけでなく、自立して生活ができる健康寿命を伸ばすことが重要である</p> <p>健康寿命は、平均寿命から寝たきりや認知症の期間を差し引いて算出する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●健康寿命をのばすだけでなく十分な介護を受けるための公的な支援体制が必要であることを伝える</li> </ul> <p>☆日本には、高齢者の健康を守り、適切な支援をするために病気や怪我の予防からその治療、治った後のリハビリや介護など、様々なサービスが実施されている。そのサービスがこれまでは、転倒予防教室や健康診断などの予防を、保健所や保健センターなどの保健が、病気や怪我の治療は医療が、その後の介護やリハビリは、老人ホームや訪問介護などの福祉が、それぞれ個別で行ってきた。しかしそれだとサービスが重複したり、必要なサービスが受けられないということが起こる</p> <p>☆高齢化がさらに進むこれからは、保健は予防だけ、病院は治療だけと考えるのではなく、保健、医療と福祉が連帯する必要がある。実際に、医師や看護師・介護専門の資格をもったケアマネージャーなどの多職種連携会議を開催して介護の基盤づくりを行ったり、公民</p>
-------------------------	---

○すべての人が暮らしやすい社会について考える	館で介護士や医師の助言の元介護予防のセミナーが行われている	◇すべての人が健康で安全に暮らすために必要なことを考えることができる(思考・判断)
○バリアフリーやユニバーサルデザインについて考える 【発問2】みんなの身の回りにあるバリアフリーやユニバーサルデザインについて、知っているものを挙げてみよう	<p>●高齢者の支援について話をしましたが、障がいをもっていたり、事故や病気で介護が必要になってしまった人など、私たちが住んでいる社会には様々な人がいる。みんなが不自由なく、主体的に社会に参加でき、楽しく過ごせる社会をつくるには、ノーマライゼーションという考え方が必要であることを説明する</p> <p>☆ノーマライゼーションとは、年齢や障がいの有無に関係なくすべての人が助け合い、等しい生活を送ることができる社会が本来の社会の姿であるとする考え方のことである</p> <p>☆ノーマライゼーションの考え方の元に、バリアフリーやユニバーサルデザインに配慮したものをつくり、施設を整備するなどの取り組みがされている</p> <p>●バリアフリーとは、主に障がい者や高齢者の方に配慮して策定されたもので、設備をととのえたり、専用の道具を使ったりすることで目の前のバリアを取り除いていこうという考え方のこと、ユニバーサルデザインとは個人差や国籍の違い等にも配慮し、特別な製品や調整なしで、最大限可能な限り、すべての人々に利用しやすい製品、サービス、環境のデザインのことを説明する</p>	◇グループワークに積極的に参加し、意見を伝えようとしている(態度)
【発問3】様々な人が快適に利用することのできる学校をつくらう	<p>●1グループ4～5人で9つにグループ分けをし、机を合わせるよう指示する</p> <p>●知っているものを挙げて、出た答えはプリントに記入させる</p> <p>●どのような意見が出たかグループで1つずつ発表させる</p> <p>●学校を、障がいがある人や体が不自由な人、高齢者など、様々な人が利用しているとする。その時、どのような学校であればみんなが不自由なく利用することができるのかを考えさせる</p> <p>●①どのような人を対象にして考えるのか</p> <p>②その人にとって不自由だと感じる場所やものは何なのか</p> <p>③どうすれば不自由なく授業を受けられるのか</p> <p>の順に考えることを伝える</p> <p>●①は高齢者の方、車いすや松葉づえを使用している方、視覚障がいや聴覚障がいなどの障がいがある方、国籍が違う方、②は廊下、階</p>	

○様々なバリアフリーやユニバーサルデザインの考えを知る	<p>段、トイレ、教室を例として挙げる</p> <p>●机間指導をしながら、つまづいているグループにはアドバイスをする</p> <p>●グループごとに発表させる</p> <p>●ユニバーサルデザインの様々なコンテストの受賞作品を紹介する</p> <p>●施設が整備されていくこと、商品が開発されていくことはもちろん大切だが、一番大切なことは、様々な人の立場に立って、その人の立場から物事を考えようとする態度であることを伝える</p> <p>●社会のほとんどのものは、健常者が中心につくられているが、社会では様々な人が暮らしている。障がいがあったり、高齢者の方だからできなくても仕方がない、というのは、自分を基準とした考え方である。少しでも自分以外の人の立場にたって物事を考えることは差別や偏見をなくしたり、誰もが快適に過ごすことのできる社会へとつながっていくことを伝える</p>
○授業を踏まえて自分の考えをまとめる 【発問4】誰もが快適にくらすことのできる社会とはどのような社会ですか。また、そのために今できることにはどのようなことがありますか	<p>●今日の授業を踏まえて考えるよう指示する</p> <p>●プリントに記入させる</p> <p>●生徒に本読みを行わせ、復習をする</p> <p>●現在の日本は高齢社会であり今後もさらに進むこと、ただ長生きをするだけでなく健康寿命を伸ばすこと、保健・医療・福祉の連携が必要なこと、すべての人が安全に、楽しく過ごすことができるよう様々な工夫があること、色々な人の立場に立って考えてみることを確認する</p>
○本時のまとめ	●元気よく行う ●挨拶が終わった後、プリントを提出させる
○ワークシートに感想を記入する	
○挨拶	