

1 健康の成り立ち (5/15・金)

3年 組 番名前

- 最初に、教科書P110、111を2回読みましょう。【5分】

次に、教科書を見ながら、下のワークシートの()を書きましょう。

- わたしたちの健康の成り立ち【8分】

私たち人間の健康は、()の心身の状態と、()を取り巻くさまざまな()が()に保たれているときに成り立っています。病気は、()の要因と()の要因が()発生します。()では、世界保健憲章の前文の中で健康を「()、()および()に完全に良好な状態であって、単に()でないとか()でないということではない」としています。人々が()をおくることができる状態が、健康のあり方といえます。世界では、各地の歴史や特質に応じてさまざまな健康への取り組みが行われています。日本でも、古くから健康についての主体的な取り組みが進められてきました。

- 世界保健機関のWHOは、正式名称を調べてみましょう。【5分】

W → _____

H → _____

O → _____

- 健康の定義をもう一度書いてみましょう。【5分】

健康とは・・・

- 主体と環境の諸要因【8分】

健康にかかわる主体の要因には、人間に()備わっているものと、環境との相互作用によって()ものがあります。生まれつき備わっているものは、()、()、()条件、()のはたらきの一部などです。生後に身につけるものには、()、()などの生活習慣や行動のしかた、免疫のはたらきの大部分などがあげられます。一方、環境の要因には、()、()、()などの()要因、()や()物質などの()要因、()、()などの()要因、そして()や()状態、()、健康に対する考え方などの()要因があります。

- 資料-3を見て、主体の要因と環境の要因を分かりやすくまとめてみよう。【8分】

- あなたが健康だと思うときはどんなときですか。ふり返りをしながら書いてみましょう。【5分】