

しが学校支援センター  
「地域の力を学校へ」推進事業の実践校（2020年度実施分）



|                      |                                 |
|----------------------|---------------------------------|
| テーマ                  | がん教育・健康づくり教室                    |
| 学校・園名                | 大津市立 青山中学校 第2学年                 |
| 講師等<br>Lecturer etc. | 公益財団法人滋賀県健康づくり財団<br>専務理事 水田和彦医師 |
| 実施日                  | 令和2年 11月 4日                     |
| 教科等                  | 保健・体育科                          |

授業  
Class



がん教育にかかる保健・体育科の授業が、大津市立青山中学校と公益財団法人滋賀県健康づくり財団との連携で実施されました。授業は、講師の水田和彦医師が項目にそって講話され、生徒たちは真剣に傾聴することができました。講話の主な内容は以下の通りです。

(1)はじめに

日本人が亡くなる一番の原因は悪性新生物＝がんです。『がん』という病気はまれなものではなくて、男性は3人に一人、女性は4人に一人ががんで亡くなります。今日は「がんについての正しい知識」を得てもらい、「自分や大切な人のために自分ができること」を考える時間にしてほしいと思います。

(2)-①「がん」とはどんな病気？

ヒトは毎日細胞分裂を繰り返しています。その際、ごくまれに「設計ミス」が起こり具合の悪い細胞が出来ますが、通常は、「免疫」機能によって排除され正常を保持します。しかし極まれに具合の悪い細胞が見逃されどんどん増殖して正常な細胞に障害を与えるようになるとこれをがんといいます。がんはどこにでもできますが、死亡数では、肺がん・大腸がん・胃がん・膵臓がん・肝臓がんの順です。長生きすれば、細胞分裂の回数が多くなり設計ミスの機会が増えます。また、免疫機能も年とともに低下していきます。つまり、長生きすればがんは誰もがかかる病気とも言えます。

②なぜ「がん」ができるのか？

病気の発症には、遺伝や体質、環境、生活習慣の3つが関係します。加えて老化も考えられます。がんも同じです。タバコは体に大きな悪影響がありますが、がんのリスクも上げます。がん全体で約2倍に、肺、のど、膀胱などは数倍リスクが高くなります。

③「がん」は治るのか？

治療の3本柱は、化学療法(薬など)・放射線治療・手術です。「緩和ケア」という痛みや精神的・肉体的苦痛を和らげることも大切です。さらに最近では免疫療法も加わっています。体内にがん細胞ができ始めてから症状が出るまで、5～20年かかります。検査で早く発見できれば治療率も上がります。みなさんの周りにも、早期の発見・治療で治った人、働きながら治療を受けている人も大勢おられます。

④「がん」を早く見つけるためには？

一定の年齢に達したら、がん検診を受けることです。今有効ながん検診は、胃・大腸・肺・乳房・子宮頸部の5つだけです。検診には、早期発見・早期治療のメリットもありますが、生活の質の悪化や不安を招くといったデメリットもあることは知っておかねばなりません。

⑤「がん」は予防できるのか？

タバコを吸わないことや、ウイルス・細菌への対策などにより、一部ではありますが予防可能(リスクを減らす)なものもあります。

(3)おわりに

最後に、水田先生から「あなたが何となく過ごした今日は、昨日旅立った誰かがあれほど生きたいと切望した明日です。生きたいと切に願った人たちの叶わなかった今日を我々は大切に生きなければ。」「命を大切に」と生徒たちへのメッセージが送られ、お話が終わりました。授業の後、生徒たちの家族の中には、がんを患っておられる方やがんで命を亡くされた方もおられるという話を担当教諭から聞きました。学校では、この点のケアもしっかりおこない、授業に臨まれていたようです。他校での実施の際にも、ぜひ参考にされるべき留意点だと感じました。

感想  
Impression

生徒より  
Impression from

- ◆がんは、10年20年と長い年月をかけて大きくなっていくのだと知りました。じわじわとむしばんでいく点が恐ろしく、危険な病気だと再確認できました。
- ◆たばこを吸っている人ががんになりやすいので、長生きしてもらうためにおじいちゃんに注意しようと思います。
- ◆自分の家族はがんでおじいちゃんが亡くなり、もう一人のおじいちゃんもがん、そのまたひいじいちゃんもがん。身近にあるからこそ気をつけようと思います。
- ◆あまり興味がなかったけれど、自分自身はもちろん、家族や身の回りの大切な人にも関わる病気だから、みんなで意識して生活したいなと思いました。

学校より  
Impression from

- 健康づくり財団の担当者様とは丁寧に打ち合わせをさせていただくことができ、不安なく当日の授業を迎えることができ、大変ありがたかったです。
- 青山中学校区では、小学校と系統立てたがん教育を目標にしています。そのため、授業の内容についてもう少し相談させてもらえると、さらに充実した学習になったのではと思っています。

講師より  
Impression from

【生徒たちへ】

がんと付き合うには正しい知識を得ることが大切です。誤った情報に惑わされないようにしてください。

【その他】

- 途中で気分が悪くなったら退出してよいアナウンスを入れたり、リアルな臓器写真はスライドから外すよう要望されたり、生徒への配慮が手厚くされていました。
- 教員並びに保護者も一緒にがん教育の講義を聞ける機会があればよいと思います。