

子どもに届く保健教育とは何か

—がん教育・喫煙防止教育の実践から問い直す—



徳島大学大学院医歯薬学研究部 学校保健学分野

奥田 紀久子

研修の内容

1. はじめに
2. 学校における保健教育の現状と課題
3. 喫煙防止教育の実践から
4. がん教育の実践から
5. 児童生徒に届く保健教育とは
6. これからの保健教育に必要な視点
7. おわりに

はじめに

～自己紹介を兼ねて～



小中学校での喫煙防止教育の様子



喫煙防止教育実績

令和4年度	小学校32校	中学校1校	1,386人
令和5年度	小学校24校	中学校1校	975人
令和6年度	小学校34校	中学校3校	1,336人
令和7年度	小学校33校	中学校4校	1,616人

大切にしていること

- ✓ 言葉の持つ概念を正しく理解して言葉を選ぶこと

成人病

平成8(1996)年

生活習慣病

- ✓ 子どもの受け止めを尊重すること
- ✓ 子どもの疑問を揺り起こすこと



学校における 保健教育の現状と課題



保健教育の意義と目的についての整理

保健教育の意義

保健教育は、子供たちが学習し、生活する場である学校において、健康で安全な生活を送ることができるようにするとともに、**生涯にわたって健康で安全な生活や健全な食生活を送るために必要な資質・能力を育み**、健康・安全で安心な社会づくりに貢献できるようにする

保健教育の目的

生活環境の変化に伴う新たな健康課題を踏まえつつ、**児童生徒が積極的に心身の健康の保持増進を図っていく資質・能力を身に付け**、**生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を培うこと**

保健教育の特徴を子ども軸で考える

今の生活と直結していることが多い

- ・ 自分の体や心で学習内容を感じることができる

できたかできないかで受け止めやすい

- ・ 歯みがきや早寝早起き、朝食などは、できたかできなかったかで評価してしまいやすい

自分とみんなの中の自分の両方が重要

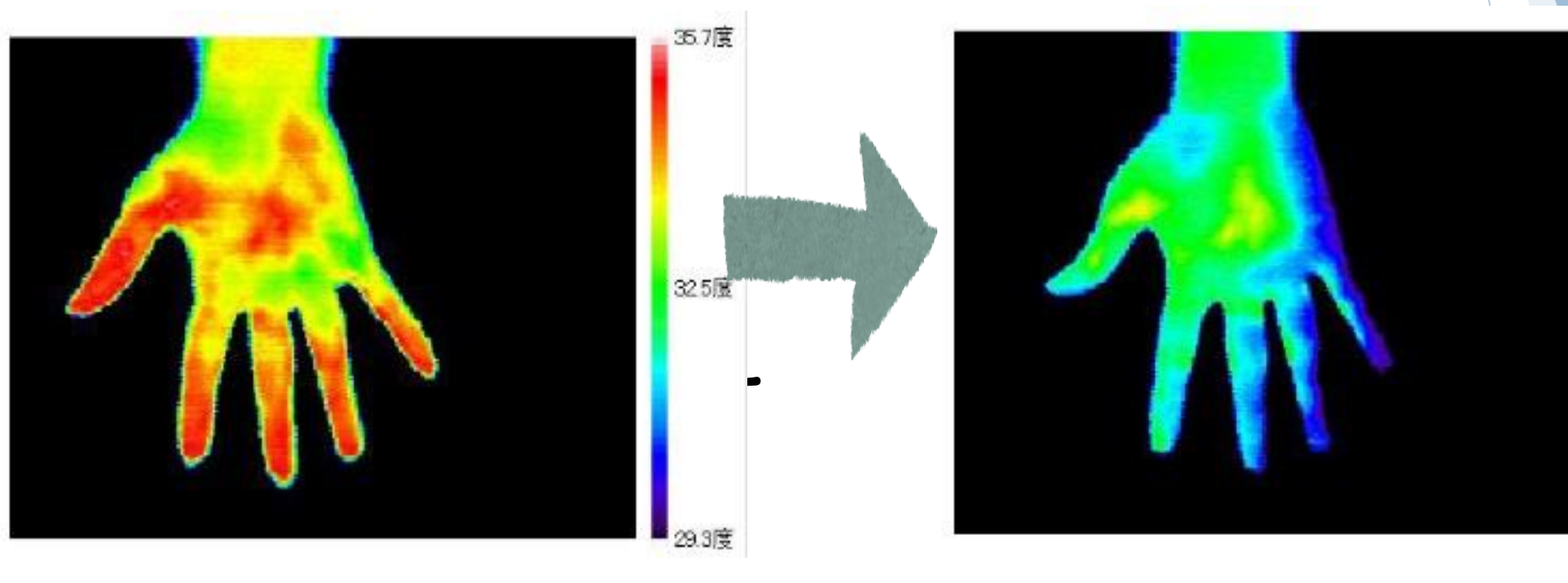
- ・ 自分ごとである一方、人間関係の中で生じる問題も多い

わかるけどできないことが増える

- ・ 発達に伴い、感情や衝動、ストレス等の影響を受け、知識があっても実行できないことが増加する

例えば・・・

ニコチンの作用で血管がちぢむと温度がさがります。



血管がちぢんで血液が流れにくい状態が続くといろいろな病気になります。

子ども軸でとらえる喫煙防止教育やがん教育

喫煙防止教育

喫煙が
悪いこと
は知って
いる

でも身近
にある

人間関
係に影
響される

がん教育

がんは死
につな
がるこ
わい
病気

家族を
思い出
す

でも予
防や
早期
発見
が
でき
る

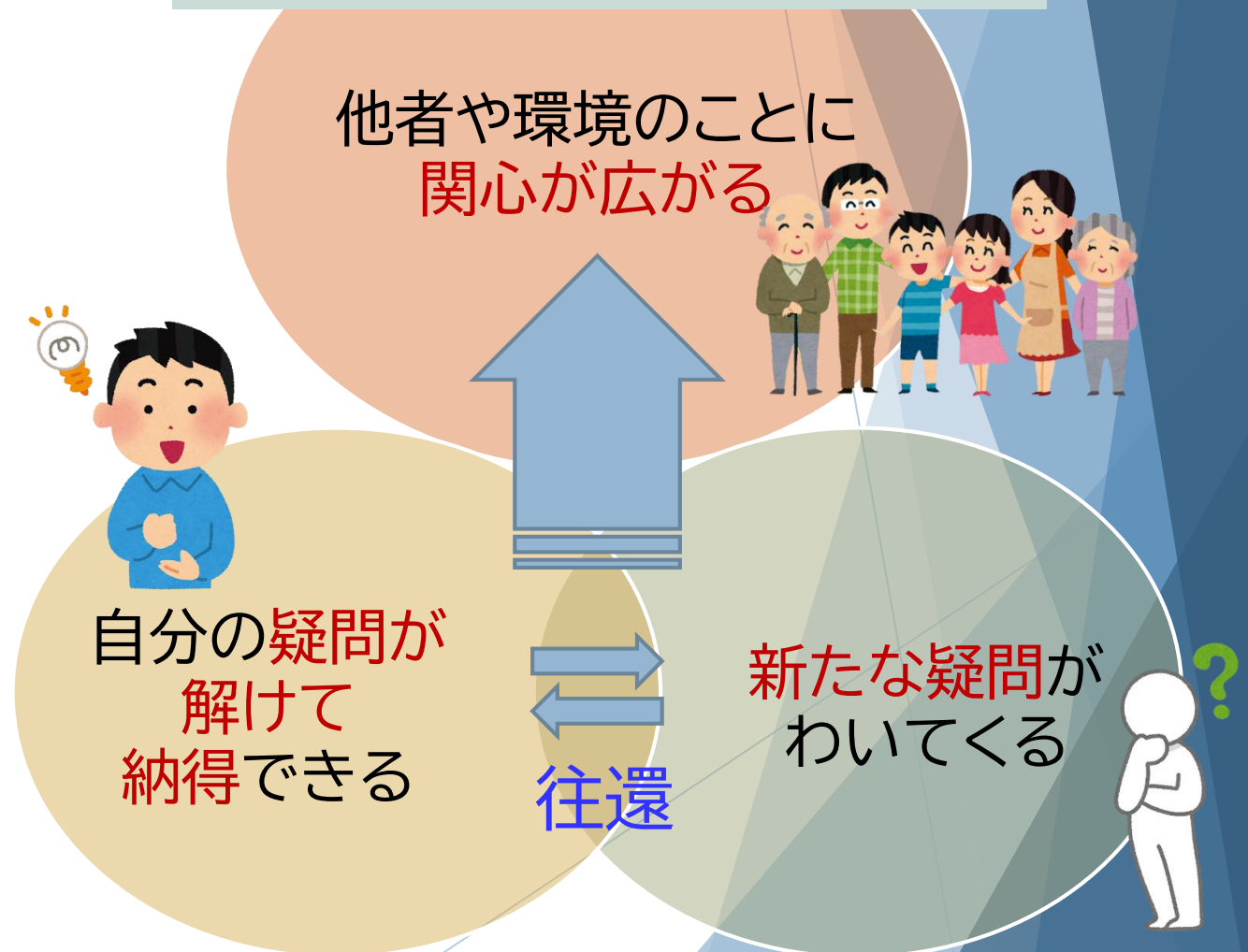
子どもに届くとは



政府広報オンライン 新しい学習指導要領スタート！

保健教育では・・・

保健教育が育む資質・能力



喫煙防止教育の実践から



喫煙防止教育の内容

導入

たばこの起源と製造方法

喫煙が人の健康に及ぼす影響

受動喫煙による健康への影響

依存性

加熱式たばこと有害物質

喫煙に必要な費用（お金のこと）

法律と意志

すすめられた時の断り方（ロールプレイ）

事前の質問紙調査

事後の質問紙調査

時間:45分間

指導:大学教員

補助:大学生

教材:パワーポイント

ワークシート

タール模型

たばこバルーン

7メートルのひも

着ぐるみ



最近、新しい
仲間がふえました



国内で販売されている**たばこ**の種類

紙巻きたばこ (JT)



無煙たばこ



噛みたばこ

葉巻たばこ

水たばこ



lil (フリップモリス)



IQOS (フリップモリス)

glo (BAT Japan)



加熱式たばこ

Ploom X (JT)

WITH (JT)



ニコチンを含む

電子たばこ



選べるリキッド2本セット!



禁煙スターターセット
キャリーケース付

7色から
選べる
本体

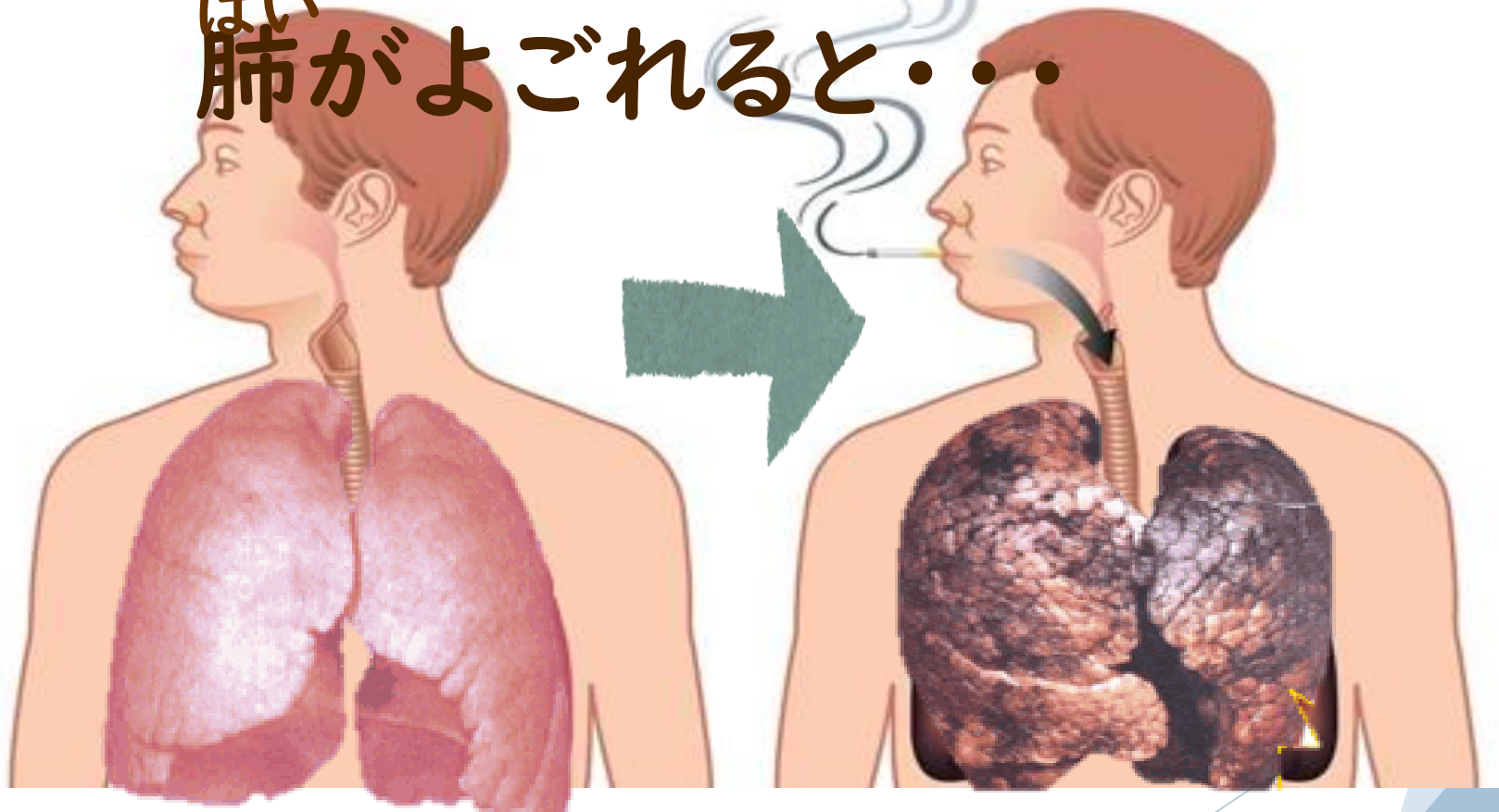
30種類から
3本選べる
リキッド



3本以上購入で
最大2本プレゼント!

ニコチンを含まない(ことになっている)

ニコチン以外でも
ゆうがいぶっしつ
有害物質が体にたまって
はい
肺がよごれると・・・



たばこをすわない人

たばこをすう人

まんせい へいそくせい はいしっかん
COPD (慢性閉塞性肺疾患) に

なる



喫煙防止教育の効果の検証から～20歳時の喫煙の意思～

令和5年 小学校6年生

回答数125(100%)、有効回答数122(97.6%)

20歳時の喫煙の意思	性別	事前 n (%)	事後 n (%)
絶対に吸わない	男	44(75.9)	52(89.7)
	女	53(82.8)	59(92.2)
	計	97(79.5)	111(91.0)
少しだけ吸ってみたい	男	2(3.4)	2(3.4)
	女	3(4.7)	1(1.6)
	計	5(4.1)	3(2.5)
わからない	男	11(19.0)	4(6.9)
	女	6(9.4)	4(6.3)
	計	17(13.9)	8(6.6)



喫煙防止教育を受けることで、20歳になってもたばこを絶対に吸わないという意思の児童が増加
➡喫煙に対する意識は望ましい方向に変化する

喫煙防止教育の効果の検証から～家族の喫煙の状況～

令和4年 小学校6年生
有効回答数465(96.3%)

項目		人数 (%)
性別	男	241 (51.8)
	女	224 (48.2)
	なし	240 (51.6)
	あり	225 (48.4)
家族の喫煙状況	父親	167 (35.9)
	紙巻きたばこ	112 (67.1)
	加熱式タバコ	77 (46.1)
	併用(再掲)	22 (13.2)
	母親	53 (11.4)
	紙巻きたばこ	32 (60.4)
	加熱式タバコ	29 (54.7)
	併用(再掲)	8 (15.1)
	その他	68 (14.6)
	紙巻きたばこ	51 (75.0)
加熱式タバコ	23 (33.8)	
併用(再掲)	6 (8.8)	



全国の成人の喫煙率よりやや多く、紙巻きたばこと加熱式たばこの併用が増加傾向にある

喫煙防止教育の効果の検証から～家族の喫煙の影響～

将来(20歳時)の喫煙の意思	家族喫煙者の有無		父親の喫煙		母親の喫煙		その他の家族の喫煙	
	あり n (%)	なし n (%)	あり n (%)	なし n (%)	あり n (%)	なし n (%)	あり n (%)	なし n (%)
全体								
20歳になっても絶対にすわない(n=405)	190 (84.4)	215 (89.6)	140 (83.8)	265 (88.9)	41 (77.4)	364 (88.4)	60 (88.2)	345 (86.9)
少しだけすってみたい・わからない(n=60)	35 (15.6)	25 (10.4)	27 (16.2)	33 (11.1)	12 (22.6)	5 (7.6)	7 (10.2)	10 (25.1)
p	0.127		0.149		0.004		1.000	
男子								
20歳になっても絶対にすわない(n=203)	88 (79.3)	115 (88.5)	66 (79.5)	137 (86.7)	21 (82.4)	137 (86.7)	11 (84.6)	115 (88.5)
少しだけすってみたい・わからない(n=38)	23 (20.7)	15 (11.5)	17 (20.5)	21 (13.3)	5 (17.6)	21 (13.3)	2 (15.4)	15 (11.5)
p	0.075		0.192		0.004		1.000	
女子								
20歳になっても絶対にすわない(n=202)	102 (89.5)	100 (90.9)	74 (88.1)	128 (91.4)	17 (70.8)	128 (91.4)	17 (70.8)	100 (90.9)
少しだけすってみたい・わからない(n=22)	12 (10.5)	10 (9.1)	10 (11.9)	12 (8.6)	7 (29.2)	15 (7.5)	4 (10.0)	18 (9.8)
p	0.824		0.488		0.004		1.000	

同じ授業を受けても、女子児童は母親の喫煙の影響を受けて、絶対に吸わないという意思にいたらない傾向がある
 → 家族に喫煙者がいる場合、喫煙をやや肯定的にとらえる傾向がある

Fisher's Exact test

児童の素直な感想から気づかされること

授業の前の素直な疑問

なぜ体に悪いものを作って売っているのですか？

- ・ どうして体に悪いのにたばこを作ったのですか 病気のもとになるものが売られているのが不思議

なぜ体に悪いのに吸うのですか

- ・ 病気になるのにどこがいいのだろう 吸う必要があるのか

どうすればお父さんとお母さんにやめてもらえますか

- ・ どうやったらやめられますか どういえばやめてもらえますか

どんな味がするのですか 吸うとどんな感じになるのですか

- ・ たばこはおいしいのだろうか 吸うとどんな感じになるか知りたい

児童の素直な感想から気づかされること

授業の後、児童生徒に届いたことが伝わる豊かな発想と率直な感想

ニコチンや体に悪い物質がまったく入っていない健康にいいたばこを作ってほしい

ぼくが、勉強も運動もできないのは、おじいちゃんが家でたくさんたばこをすっているからとわかりました

面白半分で吸ってみようかなという声が聞こえてきた。でもこの授業はととてもためになった。すごくいい授業だった。

たばこを吸うより、ディズニーランドに行ったり、スイッチを買ったり、うまい棒を食べたりしたいと思います

今日帰ったらすぐにお母さんにたばこを吸うのをやめてといえます

がん教育の実践から



がん教育導入の社会的背景

がんの増加と国民病化

- ・ 死因の第1位で、2人に1人が罹患
- ・ がん治療の進歩による生存率の向上➡がんと共生する社会

偏見の解消と正しい知識の普及の必要性

- ・ がん≠不治の病で、療養生活になる➡がん治療と社会生活や仕事の両立が標準となる、正しい知識を持つことが重要

望ましい生活習慣と健康行動の形成の必要性

- ・ がんの原因の多くが長年にわたる生活習慣に関連している

がん教育導入の政策的背景

自治体主導の場合は、
検診の受診率を上げる
目的が若干強く含
まれる

がん対策基本法の制定(2006)

- ・ がん対策を国全体で推進するための法整備
- ・ 教育の重要性が指摘され、学校教育におけるがん教育の契機

がん対策推進基本計画

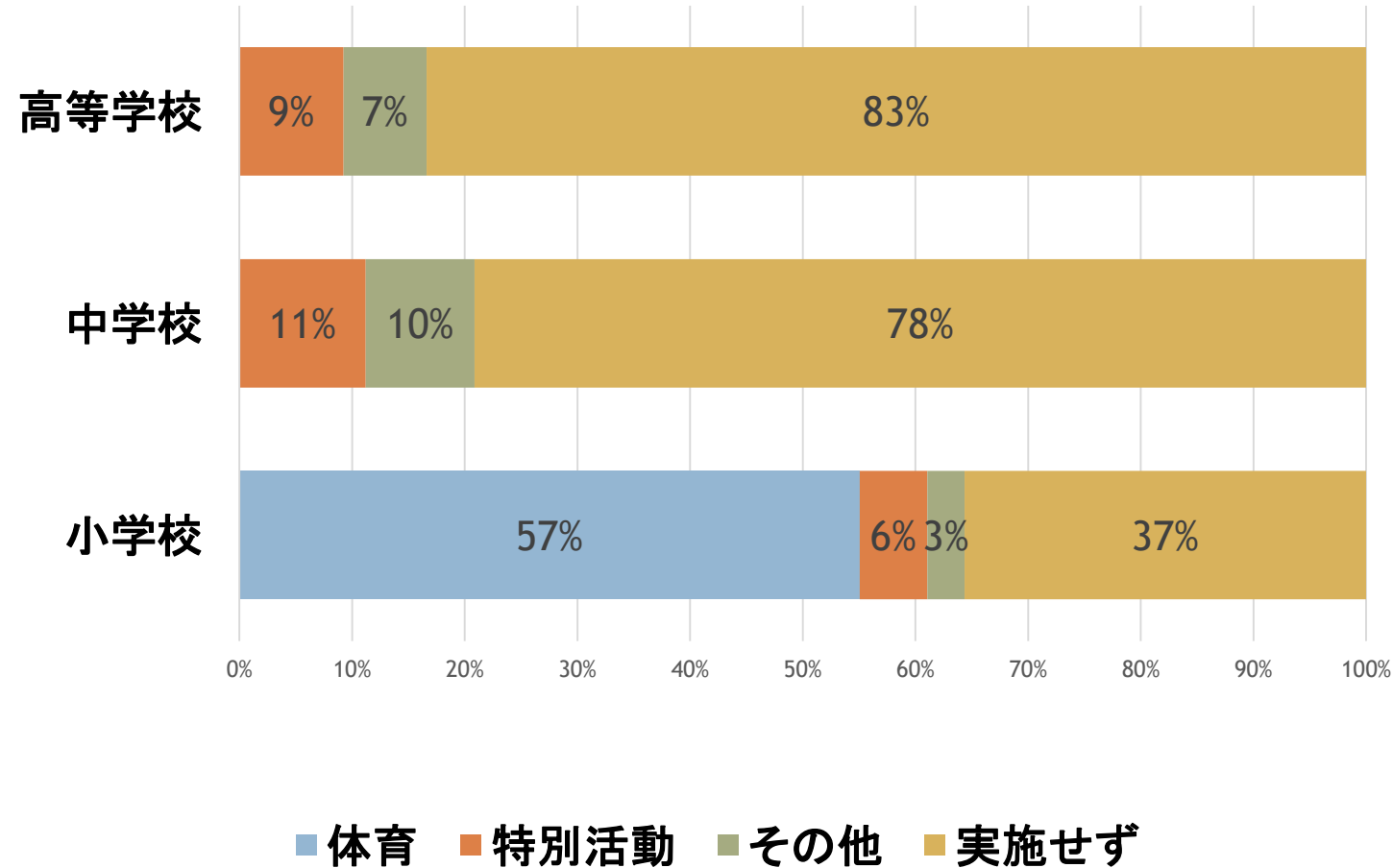
- ・ 小・中・高等学校におけるがん教育の推進が明記(第3期)

学習指導要領への組み込み(2017)

- ・ 体育、保健体育の授業で、がんに触れることとなり、全国的、継続的な学校でのがん教育が開始

がん教育実施の現状

令和5年度がん教育の実施状況
(文部科学省調査)



回答:35,800校

※注

中学校、高等学校は、現行の学習指導要領において、「生活習慣と健康、生活習慣病などの予防(中)」、「生活習慣病などの予防と回復(高)」において「がんについても取り扱う」とされているため、教科外でがん教育を実施した割合としている

がん教育の定義と目標

定義

がん教育は、健康教育の一環として、がんについての正しい理解と、がん患者や家族などのがんと向き合う人々に対する**共感的な理解**を深めることを通して、自他の健康と命の大切さについて学び、共に生きる社会づくりに寄与する資質や能力の育成を図る教育

目標

- ①がんについて正しく理解することができるようにする
がんが身近な病気であることや、がんの予防、早期発見・検診等について関心をもち、正しい知識を身に付け、適切に対処できる実践力を育成する。また、がんを通じて様々な病気についても理解を深め、健康の保持増進に資する。
- ②健康と命の大切さについて主体的に考えることができるようにする
がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と触れ合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気付き、自己の在り方や生き方を考え、共に生きる社会づくりを目指す態度を育成する。

予防と病気理解の観点からの難しさ

身近に感じにくい

- ・ 子供がかかることがまれ
- ・ 目に見えない
- ・ 予防効果を実感できない

おじいちゃん、たばこ
いっぱい吸うけど85歳で
元気だけど？

がんになっても病院に
行けば治るの？

朝ごはん食べて運動
して、早寝早起きしてい
れば大丈夫？

原因や進行の仕組が複雑

- ・ 細胞の異常という概念が理解しにくい
- ・ 予防しても防げないことが少なくない

今がんばったことの
効果はいつどうやって
わかるの？

がんばってもがんに
なることがあるの？

治療や経過が多様

- ・ 治るがんと治らないがん、寛解等がある

どんな症状があったら
がんなの？

子どもでも
がんになる
の？

がん教育の実践における課題

がん教育の時間の確保と教員への負担

- ・ 教科指導に加え、学校教育に多くの内容が求められ、時間的余裕がない
- ・ 専門性が高いことと児童生徒へのきめ細かな配慮の必要性がある

教育の評価と継続的、系統的教育の必要性

- ・ がん教育の成果を評価し、教材やプログラムを改善する必要がある

指導者・講師の確保とマッチング

- ・ 指導者や講師が少ない上に、日程や教育内容等を調整し、児童生徒にとって望ましいがん教育を進めるための労力が必要

児童生徒に届く保健教育とは



保健教育の指導者による影響～教員～



身近な教員による教育は、継続的で心理的な安心感がある

- ★常に児童生徒の身近にいる
- ★児童生徒の様々な情報を持っている
- ★他の教科や学校生活全般を理解した上で授業の展開ができる



- ★いつでも質問したり相談したりできて、学習が深まる
- ★児童生徒の事情に配慮できるため、傷つけたり不安にすることが少ない
- ★他の教員と連携して科目横断的な授業が可能で学びが深まる

保健教育の指導者による影響～外部の専門職者～

専門家としての信頼から正しい知識の習得と理解が促される

- ★専門的知識と専門領域のリアルな実態を知っている
- ★専門領域に関する、正確で最新の情報を知っている
- ★科学的根拠や経験値があり、説得力がある



- ★いつもの教室で普段と違うおとなが語ることのインパクトが大きい
- ★専門職であるからこそその信頼感がある
- ★最新の正しい情報や動向を知ることができる

保健教育の指導者による影響～当事者（がん教育）～

体験者の語りに入れられた迫力は、子どもの心に確かに響く

- ★生き方を含めたリアルな体験を語るができる
- ★今、がんとともに生きているという臨場感を与えられる
- ★子どもが出会うことの少ないがん患者の立場で語れる



- ★自分や家族や友だち（他者）の命の大切さに気付く
- ★病気であっても、できることが多くあることに気付く
- ★病気と共に生きていることを知り、心を揺さぶられる
- ★今の自分にもできることがあることに気付く

児童生徒に届きやすい保健教育と届きにくい保健教育

届きやすい

自分で考えて答えを見つける

今の自分や家族の生活とつながる

感情や関係性に着目する

対話がある

背景を尊重する

届きにくい

知識や正解を伝える

将来の話をする

良くできる方向性のみの展開

一方通行

よい例と悪い例で判断する

児童生徒に届く喫煙防止教育において

【届きにくい内容】

将来の疾病罹患の可能性

したいことができなくなる⇒自由を失うことになる

家族が病気になると悲しい⇒大切な人を悲しませる

煙やエアゾルは拡散する⇒今の自分たちにも関係すること

喫煙の経済的損失

何にお金を使うか⇒自分にとって大切なこと、ものは何か

自分の意思が大切（断る）⇒他人の意思も大切（勧めない）

喫煙防止
(吸うか吸わないか)

自分の意思で自己決定する⇒勝手という権利ではない

これからの保健教育に必要な視点



健康を守る教育からウェルビーイングを支える教育へ

ウェルビーイングとは

- 身体的・精神的・社会的に良い状態にあることをいい、短期的な幸福のみならず、生きがいや人生の意義などの将来にわたる持続的な幸福を含む概念。
- 多様な個人がそれぞれ幸せや生きがいを感じるとともに、個人を取り巻く場や地域、社会が幸せや豊かさを感じられる良い状態にあることも含む包括的な概念。

目的ではなく



よりよく生きるための条件
ととらえて

子どもに届く保健教育とは

「将来病気になるから気をつけよう」という教育ではなく、
「自分や大切な人が、これからも元気に、自分らしく生きるためにどうしたいか」ということに気付く教育

ご清聴ありがとうございました

喫煙防止教育とがん教育のご案内

「令和8年度 小・中学校の喫煙防止教育への講師派遣」

|照会窓口| 徳島大学医学部保健学科 奥田 随時

088-633-9041

「こころに響け!がん検診メッセージ事業(がん教育)」

|照会窓口| 徳島県保健福祉部 健康寿命推進課

がん・疾病対策担当 088-621-2999

6月中旬くらいまで

