

平成 25 年度 がんの教育に関する検討委員会(第 1 回)

日 時：平成 25 年 7 月 26 日 (金) 13:00-15:00

会 場：文部科学省スポーツ・青少年局 会議室

出 席：植田委員長、久保委員、酒井委員、中川委員、野口委員、福富委員、前川委員、
官城委員、渡辺委員

担当官：知念専門官

議 事 次 第

1. スポーツ・青少年局長挨拶

2. 委員の御紹介

3. 文科省提出資料の説明

4. 自由討議

開催予定

第 2 回：平成 25 年 9 月 5 日 (木) 10:00-12:30

第 3 回：平成 25 年 10 月 24 日 (木) 15:00-18:00

がんの教育に関する検討委員会 設置要項 (案)

(趣旨)

学校における健康教育は、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ために行われてきたが、近年、生活習慣や社会環境の変化に伴い、新たな健康課題が生じてきている。その中でも、国民の二人に一人がかかるがんは重要な課題であり、国民の健康に関する基礎的な教養として必要不可欠なものとなりつつある。

一方で、我が国におけるがん対策については、がん対策基本法(平成18年法律第98号)のもと、政府が策定するがん対策推進基本計画(以下「基本計画」という。)に基づいて行われている。

昨年、平成24年度から平成28年度までの5年間を対象とした新たな基本計画が策定された。これにより「がん患者を含む国民が、がんを知り、がんと向き合い、がんに負けることのない社会」を目指すこととされている。

基本計画の中では、

- 健康については子どもの頃から教育することが重要であり、学校でも健康の保持増進と疾病の予防といった観点から、がんの予防も含めた健康教育に取り組んでいる。しかし、がんそのものやがん患者に対する理解を深める教育は不十分であると指摘されている。
- 子どもに対しては、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい認識を持つよう教育することを目指し、5年以内に、学校での教育のあり方を含め、健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにするべきか検討し、検討結果に基づく教育活動の実施を目標とする。

などと記載されており、がんに関する教育の必要性が指摘されている。

そこで、がんに関する教育のあり方について検討するために、本検討会を設けることとした。

(実施期間)

平成25年所属長承認日 ～ 平成26年3月31日

委員会開催の年間回数 5、6回程度

別紙

(委員構成)

五十音順

◎印 委員長

- ◎植 田 誠 治 聖心女子大学文学部 教授
- 久 保 正 美 埼玉県立熊谷女子高等学校 校長
- 酒 井 智 大阪府教育委員会教育振興室保健体育課 首席指導主事
- 中 川 恵 一 東京大学医学部附属病院放射線科 准教授 緩和ケア診療部長
- 野 口 直 美 北海道旭川東栄高等学校 養護教諭
- 福 富 和 博 熊本市立鹿南中学校 教諭
- 前 川 育 NPO 法人 周南いのちを考える会 代表
- 宮 城 悦 子 横浜市立大学附属病院 准教授・化学療法センター長
- 渡 辺 象 公益社団法人東京都医師会 理事

がん対策推進基本計画（平成24年6月8日閣議決定）抜粋

8. がんの教育・普及啓発

（現状）

健康については子どもの頃から教育することが重要であり、学校でも健康の保持増進と疾病の予防といった観点から、がんの予防も含めた健康教育に取り組んでいる。しかし、がんそのものやがん患者に対する理解を深める教育は不十分であると指摘されている。

また、患者を含めた国民に対するがんの普及啓発は、例えば「がん検診50%集中キャンペーン」の開催、国立がん研究センターや拠点病院等の医療機関を中心とした情報提供や相談支援、民間を中心としたキャンペーン、患者支援、がん検診の普及啓発や市民公開講座など様々な形で行われている。しかし、いまだがん検診の受診率は20%から30%程度であるなどがんに対する正しい理解が必ずしも進んでいない。

さらに、職域でのがんの普及啓発、がん患者への理解、がんの薬が開発されるまでの過程や治験に対する理解、様々な情報端末を通じて発信される情報による混乱等新たなニーズや問題も明らかになりつつある。

（取り組むべき施策）

健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにするべきか検討する。

地域性を踏まえて、がん患者とその家族、がんの経験者、がん医療の専門家、教育委員会をはじめとする教育関係者、国、地方公共団体等が協力して、対象者ごとに指導内容・方法を工夫した「がん」教育の試行的取組や副読本の作成を進めていくとともに、国は民間団体等によって実施されている教育活動を支援する。

国民への普及啓発について、国や地方公共団体は引き続き、検診や緩和ケアなどの普及啓発活動を進めるとともに、民間団体によって実施されている普及啓発活動を支援する。

患者とその家族に対しても、国や地方公共団体は引き続き、拠点病院等医療機関の相談支援・情報提供機能を強化するとともに、民間団体によって実施されている相談支援・情報提供活動を支援する。

（個別目標）

子どもに対しては、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい認識を持つよう教育することを旨とし、5年以内に、学校での教育のあり方を含め、健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにするべきか検討し、検討結果に基づく教育活動の実施を目標とする。

国民に対しては、がん予防や早期発見につながる行動変容を促し、自分や身近な人ががん罹患してもそれを正しく理解し、向かい合うため、がんの普及啓発活動をさらに進めることを目標とする。

患者に対しては、がんを正しく理解し向き合うため、患者が自分の病状、治療等を学ぶことのできる環境を整備する。患者の家族についても、患者の病状を正しく理解し、患者の心の変化、患者を支える方法などに加え、患者の家族自身も心身のケアが必要であることを学ぶことのできる環境を整備することを目標とする。

学習指導要領における「がん、検診」に関する主な記述

小学校学習指導要領（平成20年3月告示）

がん予防

第2章 各教科

第9節 体育

第2 各学年の目標及び内容

〔第5学年及び第6学年〕

2 内容

G 保健

(3) 病気の予防について理解できるようにする。

ウ 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。

エ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。

【小学校学習指導要領解説（体育編）】

ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防

生活行動がかかわって起こる病気として、心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気、むし歯や歯ぐきの病気などを取り上げ、その予防には、糖分、脂肪分、塩分などを摂りすぎる偏った食事や間食を避けたり、口腔の衛生を保ったりするなど、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを理解できるようにする。

エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

(ア) 喫煙については、せきが出たり心拍数が増えたりするなどして呼吸や心臓のはたらきに対する負担などの影響がすぐに現れること、受動喫煙により周囲の人々の健康にも影響を及ぼすことを理解できるようにする。なお、喫煙を長い間続けると肺がんや心臓病などの病気にかかりやすくなるなどの影響があることについても触れるようにする。

第2章 各教科

第7節 保健体育

第2 各分野の目標及び内容

〔保健分野〕

2 内容

(4) 健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。

イ 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。 食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること。

ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。

【中学校学習指導要領解説（保健体育編）】

イ 生活行動・生活習慣と健康

(エ) 調和のとれた生活と生活習慣病

人間の健康は生活行動と深くかかわっており、健康を保持増進するためには、年齢、生活環境等に応じた食事、適切な運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることが必要であることを理解できるようにする。また、食生活の乱れ、運動不足、睡眠時間の減少などの不適切な生活習慣は、やせや肥満などを引き起こしたり、また、生活習慣病を引き起こす要因となったりし、生涯にわたる心身の健康に様々な影響があることを理解できるようにする。

ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

(ア) 喫煙と健康

喫煙については、たばこの煙の中にはニコチン、タール及び一酸化炭素などの有害物質が含まれていること、それらの作用により、毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下など様々な急性影響が現れること、また、常習的な喫煙により、肺がんや心臓病など様々な病気を起こしやすくなることを理解できるようにする。特に、未成年者の喫煙については、身体に大きな影響を及ぼし、ニコチンの作用などにより依存症になりやすいことを理解できるようにする。

第2章 各学科に共通する各教科

第6節 保健体育

第2款 各科目

第2 保健

2 内容

(1) 現代社会と健康

イ 健康の保持増進と疾病の予防

健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること。

喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因になること。また、薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には、個人や社会環境への対策が必要であること。

(2) 生涯を通じる健康

イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関

生涯を通じて健康の保持増進をするには、保健・医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用することが重要であること。

【高等学校学習指導要領解説（保健体育編）】

(1) 現代社会と健康

イ 健康の保持増進と疾病の予防

(ア) 生活習慣病と日常の生活行動

生活習慣病を予防し、健康を保持増進するには、適切な食事、運動、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を実践することが必要であることを理解できるようにする。その際、悪性新生物、虚血性心疾患、脂質異常症、歯周病などを適宜取り上げ、それらは日常の生活行動と深い関係があることを理解できるようにする

(イ) 喫煙、飲酒と健康

喫煙、飲酒は、生活習慣病の要因となり健康に影響があることを理解できるようにする。その際、周囲の人々や胎児への影響などにも触れるようにする。また、喫煙や飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解できるようにする。その際、好奇心、自分自身を大切にする気持ちの低下、周囲の人々の行動、マスメディアの影響、ニコチンやエチルアルコールの薬理作用などが、喫煙や飲酒に関する開始や継続の要因となることにも適宜触れるようにする。

(2) 生涯を通じる健康

イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関

(イ) 地域の保健・医療機関の活用

生涯を通じて健康を保持増進するには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所、保健センター、病院や診療所などの医療機関及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることを理解できるようにする。

3

生活習慣病の予防

食事、運動、休養・すいみんなど、おもに生活行動が関係して起こる病気を、生活習慣病といいます。生活習慣病は、おとなに多い病気ですが、最近では、生活習慣病にかかる子どもも増えています。

生活習慣病を予防するには、どうすればよいのでしょうか。

おもな生活習慣病

- 心臓病(心筋こうそくなど)
- 脳卒中(脳出血など)
- 高血圧症 ●がん
- 糖尿病
- むし歯 ●歯周病

*心臓病や糖尿病などには、生活行動とは関係のないものもあります。

10 調べてみよう

糖分、しぼう分、塩分のとり過ぎや、運動不足の生活を続けていると、からだにどんな変化が現れてくるのでしょうか。



*すいみん不足、喫煙、飲酒、ストレスなども、血管にえいきょうをあたえ、心臓病や脳卒中の原因となります。

15 心臓病や脳卒中などの生活習慣病は、糖分、しぼう分、塩分などのとり過ぎ、運動不足などが原因となっています。

理科では、血液は心臓のはたらきで体内をめぐり、酸素や栄養などを運んでいることを学習します。

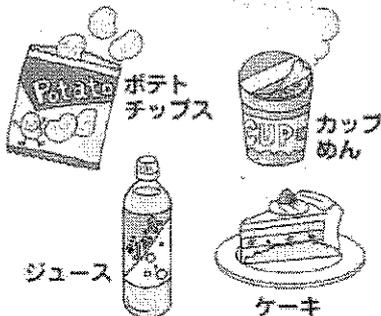
34 生活習慣病としての心臓病は、血管がつまったりすることにより、心臓に酸素や栄養などが届かなくなり、心臓のはたらきが低下する病気です。

考えて
なさい

下の絵のような生活を続けている友だちがいたら、どんな言葉をかけますか。



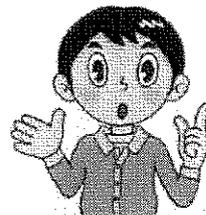
●糖分、しぼう分、塩分が多い食品



健康のためにはどんな生活がよかったか、思い出してみよう。

✎ 考えたことを書いて、発表してみましょう。

.....
.....
.....
.....
.....



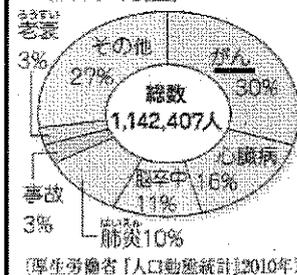
つなげよう

4年生のときに、からだの発育・発達には、調和のとれた食事、適度な運動、休養・すいみんが必要であることを学習しましたね。

生活習慣病を予防するには、栄養のかたよりのない食事をする、適度な運動をする、じゅうぶんな休養・すいみんをとるなど、健康に
5 よい生活習慣を身につけることが必要です。

また、子どものころの生活習慣は、おとな
10 になってからもえいぎょうします。今からよい生活習慣を身につけることが大切です。

●日本人の死因の内訳 (2008年調査)



肥満ややせ過ぎは、生活習慣病を引き起こすもとになります。どんなえいぎょうがあるか、調べてみましょう。

5

きつめん 喫煙の害と健康



たばこを吸うと、健康にどんな害があるのでしょうか。

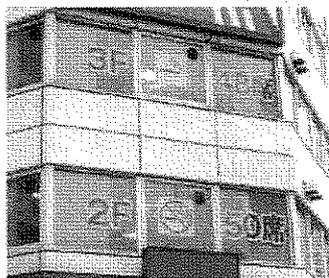
話し合ってみよう 最近では、喫煙を禁止したり、制限したりする場所が多くなっています。それはなぜでしょうか。



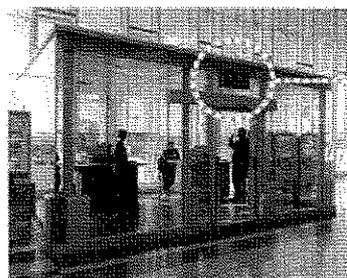
路上禁煙地区
(愛知県名古屋市)
名古屋市では、名古屋駅地区など、市内4地区を路上禁煙地区に指定しています。



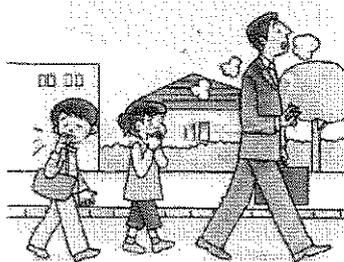
病院の敷地内禁煙
(広島県 広島赤十字・原爆病院)



レストランの席の案内



空港の喫煙室 (愛知県 仙台空港)

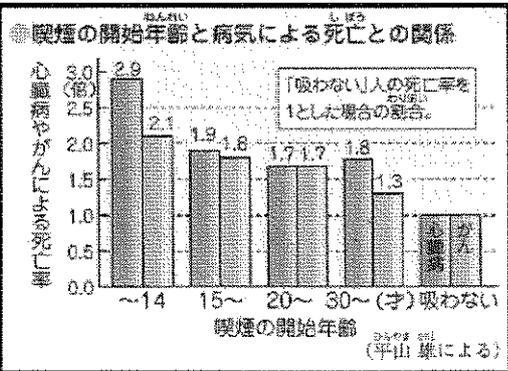


たばこのけむりには、わたしたちの健康に 5
害のある物質が多くふくまれています。たば
こを吸う人はもちろん、たばこを吸わない人
も、たばこのけむりを吸うこと (受動喫煙) 6
により、健康に害を受けます。そのため、喫
煙を禁止したり、制限したりする場所が多く 10
なっています。



喫煙にはどんな害があるのでしょうか。

● たばこを吸うと



● 非喫煙者の肺と喫煙者の肺

60才代女性、夫も非喫煙者
70才代男性、1日60本、55年間喫煙

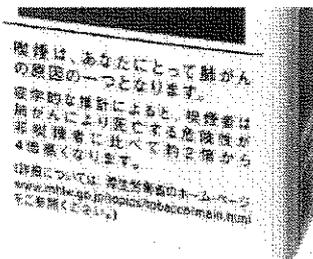


非喫煙者の肺の断面

喫煙者の肺の断面

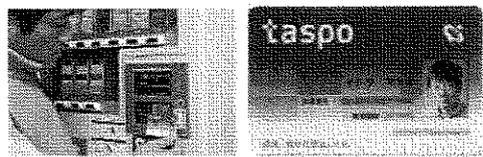
たばこを吸うと、肺、心臓、脳、胃などはたらきに害をあたえます。また、たばこを長い期間吸い続けると、肺がんや心臓病などの病気にかかりやすくなります。さらに、たばこを吸い始める時期が早いほど、健康への害も大きくなります。このため、わが国では、未成年者がたばこを吸うことは法律で禁止されています。

● たばこのパッケージの表示



喫煙が健康におよぼす害について、注意をうながす文言を記載するように決められています。

● 成人識別たばこ自動販売機



成人かどうかを見分ける機能があり、成人しか持つことができないカード「taspo (タスポ)」を使わないと、自動販売機でたばこを買うことができません。



厚生労働省の最新たばこ情報 <http://www.health-net.or.jp/tobacco/front.html>
たばこと健康に関するさまざまな情報があります。



自分の身近なところでは、どんなところが禁煙や分煙となっているか、調べてみましょう。

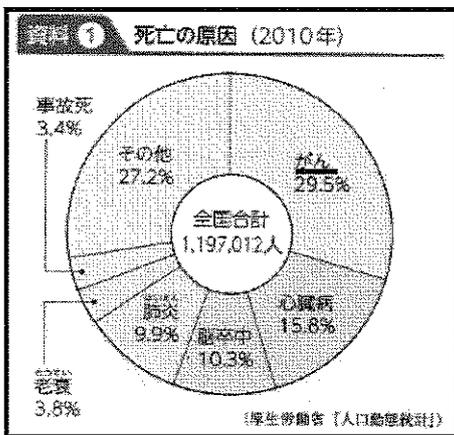
5 生活習慣病とその予防



生活習慣病とは、どのような病気でしょうか。
生活習慣病を予防するためには、どうすればよいでしょうか。

① 生活習慣病とは

生活習慣病とは、生活習慣がその発症や進行に関係する病気のことで、高血圧や糖尿病、日本人の3大死因であるがん、心臓病、脳卒中（資料①）などの多くは、生活習慣と関係が深いことがわかっています。



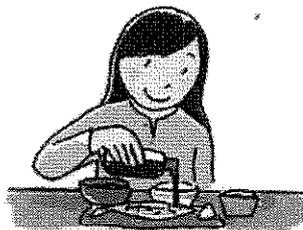
問題となる生活習慣には、食生活の乱れ、運動や休養の不足、喫煙、過度の飲酒などがあります（資料②）。生活習慣は子供の頃にその基本がつくられます。一度身に付いた生活習慣を変えるのは難しく、長年にわたって続けた結果、生活習慣病が発症するのです。

また、近年では子供のうちから生活習慣病になる例も増加してきています。

資料② 生活習慣病と関わりが深い生活の例



脂肪のとりすぎ



塩分のとりすぎ



運動不足



睡眠不足



ストレスの多い生活



喫煙や過度の飲酒

▶ **×** がん、心臓病、脳卒中などは中高年に多い病気であることから、かつては成人病と呼ばれていました。生活習慣病は、生活習慣を改善することによって予防することができるという考え方を示したものです。

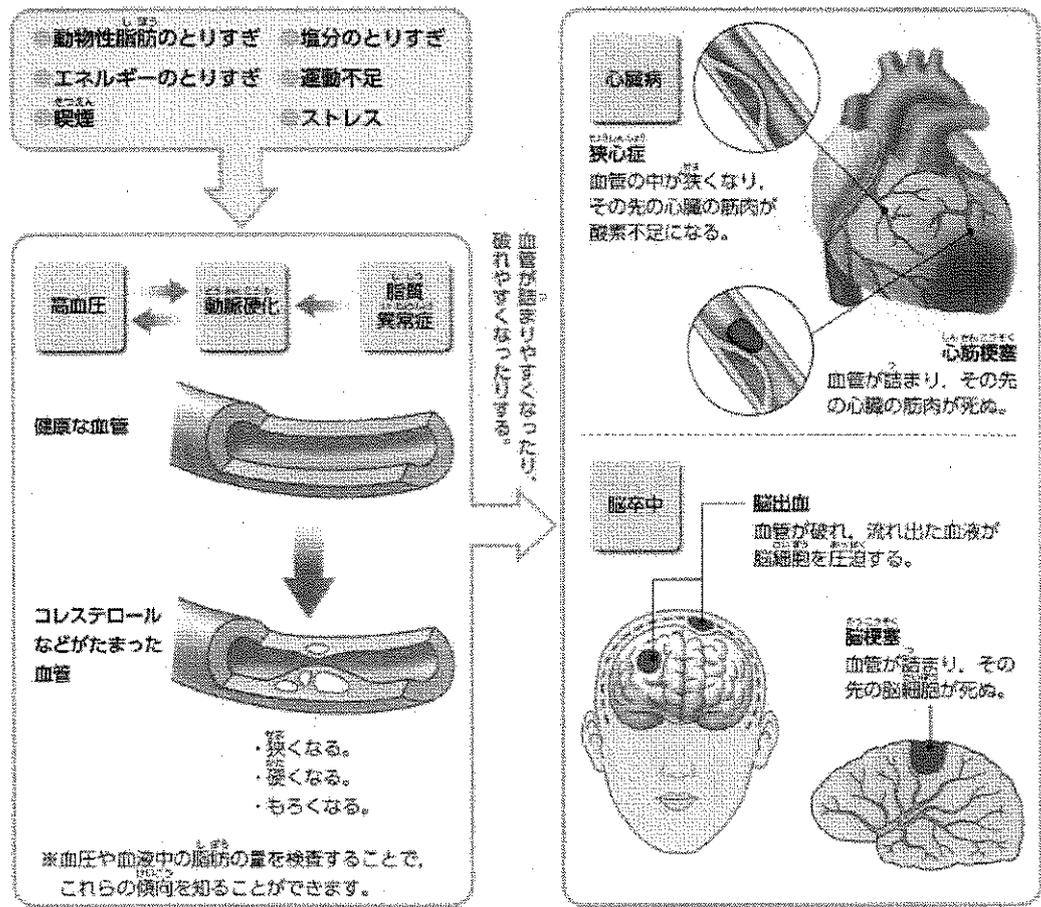
●コレステロールには、健康に害を及ぼしやすいもの(LDLコレステロール)だけでなく、血管の壁に脂肪がたまるのを防ぎ、健康によい働きをするもの(HDLコレステロール)もあります。LDLコレステロールが多すぎたり、HDLコレステロールが少なすぎたりするなどの状態を脂質異常症といいます。

循環器の病気

動物性脂肪のとりすぎや運動不足などは、動脈硬化につながります。動脈硬化は、血管の壁にコレステロールなどの脂肪がたまり、血管が硬くもろくなった状態です。また、塩分のとりすぎやストレスなどは、高血圧につながります。高血圧は、動脈にかかる圧力が異常に高くなった状態です。

動脈硬化や高血圧は、心臓病や脳卒中を引き起こすものになります。心臓病には、心臓の筋肉に血液を供給する血管が狭くなって起こる狭心症と、血管が詰まって起こる心筋梗塞があります。脳卒中には、脳に血液を供給する血管が詰まって起こる脳梗塞と、血管が破れて起こる脳出血があります。

循環器の病気の起こり方



インターネットの活用「生活習慣病を知ろう」

<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/seikatu/index.html>

●糖尿病

●日本では、糖尿病の疑いのある人は約2,200万人と推計されています。糖尿病は、血糖値の検査で傾向を知ることができます。なお、糖尿病には、生活習慣とは無関係に起こるものもあります。

エネルギーのとりすぎや運動不足、肥満などは、糖尿病につながります。糖尿病は、血液に含まれるブドウ糖の量が異常に多くなる病気です。糖尿病になると、血管に負担がかかるため、心臓病や脳卒中、腎臓や目、血管、神経の障害など、さまざまな病気が起こるようになります。

●がん

●遺伝子とは、細胞をつくるための設計図にあたる情報が組み込まれた物質のことです。

喫煙や動物性脂肪のとりすぎ、塩分のとりすぎ、食物繊維や緑黄色野菜の不足などは、がんにつながります。がんは、正常な細胞の遺伝子がきずついてがん細胞に変化し、そのがん細胞が無秩序に増殖して器官の働きを侵してしまう病気です。

資料 4 がんを防ぐための12か条

1 バランスのとれた栄養を



2 変化のある食生活を



いつもこれ

3 食べすぎを避け、脂肪は控えめに



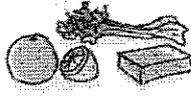
4 お酒はほどほどに



5 たばこは吸わないように



6 適量のビタミンと繊維質のものを多くとる



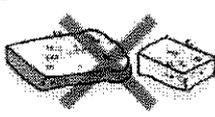
7 塩辛いものは少なめに、熱いものは冷ましてから



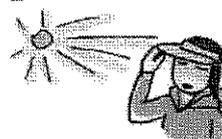
8 焦げた部分は避ける



9 かびの生えたものに注意



10 日光に当たりすぎない



11 適度にスポーツを



12 体を清潔に



●メタボリックシンドローム●

近年、内臓やその周辺にたまった脂肪（内臓脂肪）が生活習慣病の発症に深く関わっていることがわかりました。内臓脂肪の蓄積に加えて、高血圧・高血糖・脂質異常症のうち二つ以上が当てはまる状態を、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）と呼びます。

メタボリックシンドロームになると、生活習慣病になる危険性が急激に高くなります。メタボリックシンドロームかどうかは、腹囲（へそ回り）、血圧、血液検査などから診断します。



② 生活習慣病の
予防

生活習慣病は、生活習慣をできるだけ望ましいものにして健康を増進し、発病そのものを予防することが重要です。また、定期的に検査を受けることも有効です。生活習慣病は初期にはほとんど自覚症状がなく、じわじわと進行するからです。検査によって早期発見・早期治療をし、生活習慣を改善できれば、その多くは進行を食い止めることができるのです。

現代の社会は、食生活の乱れや運動不足、ストレスが起こりやすくなっています。健康的な生活習慣づくりには、個人が意識的に取り組むとともに、個人の取り組みを支援する社会的環境の整備も必要です（資料⑤）。

資料⑤ 生活習慣病の予防

健康増進・発病予防	運動	栄養	休養	喫煙や酒量の調整をしない

早期発見・早期治療			
	健康増進・発病予防のことを「一次予防」、早期発見・早期治療のことを「二次予防」ということもあります。		

個人の取り組みを支援する 社会的環境の整備の例					
	運動施設の整備	さまざまな健康づくり活動	健康情報の提供	健康診査・健康相談	

6 喫煙と健康



喫煙を
つらむ

- ▶ 喫煙は、体にどのような影響を及ぼすでしょうか。
- ▶ 未成年者の喫煙が禁止されているのは、なぜでしょうか。
- ▶ 喫煙は、周りの人にどのような影響を与えるでしょうか。

① 喫煙の健康への影響

③ 「繊毛」とも書きますが、医学・解剖学では「繊毛」と書きます。

たばこの煙には、ニコチン、タール、一酸化炭素など、200種類以上の有害物質が含まれています（資料①）。

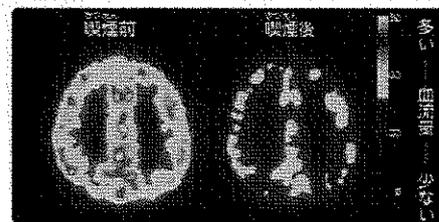
これらの有害物質のため、たばこを吸うと、毛細血管の収縮、脈拍数の増加、血圧の上昇、酸素運搬能力の低下、気道の線毛の損傷、めまい、せき、心臓への負担増など、さまざまな急性影響が現れます。そして、思考能力や運動能力の低下などを引き起こします（資料②、③）。

ニコチンには依存性があるため、喫煙が習慣化するとやめるのが難しくなります。喫煙を長い年月にわたって続けると、肺がんや慢性気管支炎、心臓病などの病気にかかりやすくなります（資料④）。

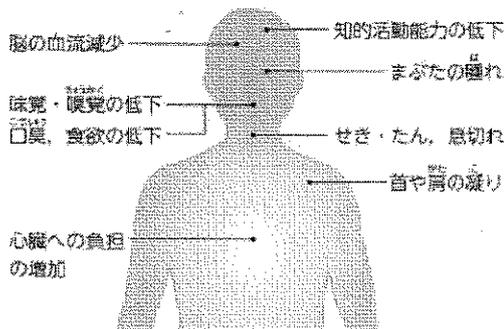
資料① たばこの煙の中の主な有害物質

有害物質	悪影響	その他、猛毒とされるシアン化物（青酸カリ）やダイオキシンもわずかに含まれています。
ニコチン	血管を収縮させる。 依存性がある。	
タール	発がん物質を多く含んでいる。	
一酸化炭素	酸素の運搬能力を低下させる。 血管をきずつける。	

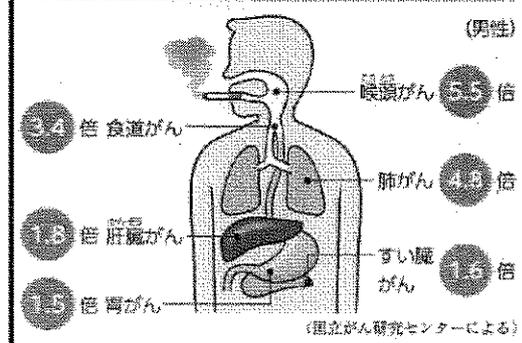
資料② 喫煙による脳の血流量の変化



資料③ 喫煙したときに現れる症状



資料④ 非喫煙者と比べた喫煙者のがん死亡率



② 未成年者の喫煙の害

●未成年者喫煙禁止法。その中には、親やたばこの販売業者を処罰する規定もあります。

③ 周りの人などへの影響

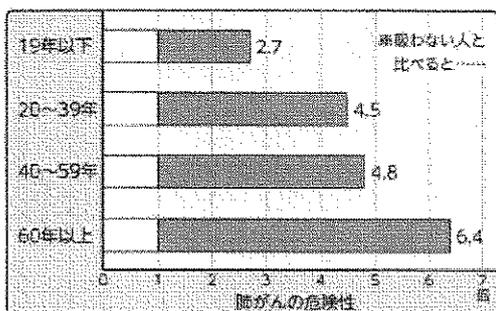
●健康増進法によって、受動喫煙防止のための対策が義務づけられています。条例によって、歩行喫煙を禁止している所もあります。

心身の発育・発達期は、喫煙の悪影響を強く受けやすく、依存症になりやすい傾向にあります。また、喫煙開始年齢が早いと、喫煙期間が長くなるため、肺がんなどの病気にかかりやすくなります(資料⑤)。未成年者の喫煙が法律で禁止されているのは、このためです。

喫煙者がたばこから吸い込む煙を主流煙、たばこの先から出る煙を副流煙といいます。副流煙にも有害物質が多く含まれています(資料⑥)。喫煙者の近くにいる人が、副流煙や喫煙者が吐き出す煙を吸い込んでしまうことを受動喫煙といいます。喫煙は周りの人にも悪影響を与えるのです(資料⑦)。そのため、公共施設の他、飲食店や一般の会社などでも禁煙や分煙が進められています。

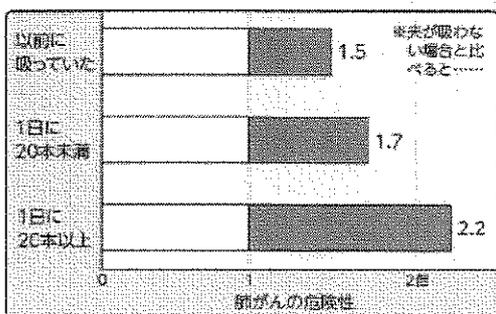
また、妊婦の喫煙は、胎児の発育に悪影響を及ぼしたり、早産などの危険を高めます。

資料⑤ 喫煙期間と肺がんの危険性



(笹友江女等による、2002年)

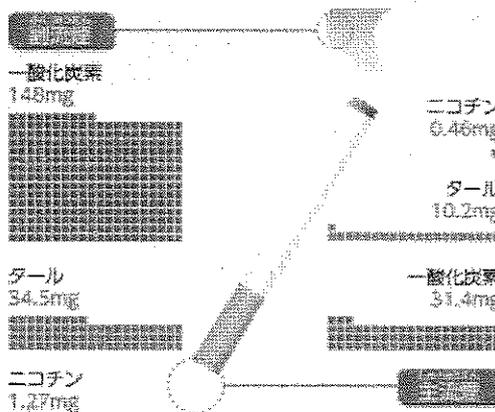
資料⑦ 夫の喫煙と妻の肺がんの危険性



※肺がんのうちの大抵は肺癌。

(倉橋典雄らによる、2007年)

資料⑥ 主流煙と副流煙



(アメリカ合衆国保健教育福祉省の資料による)



喫煙する大人が、「たばこを吸うと頭がすっきりする」、「いつでもやめられる」と言うのに対して、どのように反論できるか、考えてみましょう。

5

生活習慣病とその予防

がん、心臓病、脳卒中などの病気は、自分とは無関係と考えていませんか。しかし、じつはいまのあなたの生活行動が、その原因になるかもしれないことに気づいていますか。

1 生活習慣病とは

① 成人病 日本人の大きな死亡原因となっているがん、心臓病、脳卒中などは過去に成人病^{せいじんびょう}と呼ばれていました。それらの病気は成人、とくに中高年に圧倒的に多く見られたからです。働き盛りの命を奪うそれらの病気への対策は、早期に発見し早期に治療をおこなうための検診が中心でした。

② 生活習慣病 しかし、がん、心臓病、脳卒中といった病気の発病や進行には、年齢だけでなく喫煙や不適切な食事、運動不足といった若いころからの生活習慣の積み重ねが強く関連していることが明らかになってきました^{図1}、^{図2}。そこで、食習慣や運動習慣と関連の深い脂質異常症^{しじついほうじょう}や糖尿病^{とんぱびょう}、さらには、食習慣やブラッシング^{ブラッシング}の習慣、喫煙などと関連のある歯周病^{しゅうびょう}なども含めて生活習慣病という新しい呼び名^なが生まれました^{図3}。

この背景には、こうした病気は生活のしかたによって防ぐことが可能である場合が多いので、それぞれに自分の生活のしかたに気をつけてほしいという発想があります。

④ 年をとること(加齢)に着目していたための行政用語。1950年代に注目されるようになった。

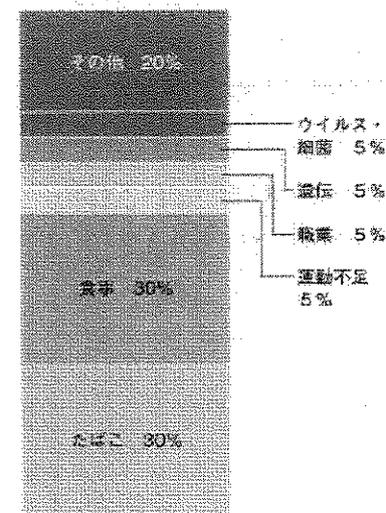
⑤ p.74「加齢と健康」の項参照。

⑥ p.110「糖尿病」の項参照。

③ 歯みがきのこと。歯みがきという強く歯をこすことととらえられ、歯や歯肉を傷つけることがあるため、ブラッシング^{ブラッシング}ということが多くなっている。

④ 生活習慣を改善すれば予防できるという考えから、1990年代以降使われている。

図1 がんの原因とその影響の割合 (ハーバード大学, 1996年)



ハーバード大学の研究チームが、数々の研究成果をまとめたもの。アメリカにおけるがんの原因の第1位は、たばこと食事である。

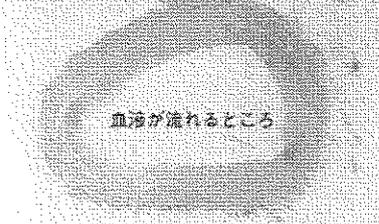
図2 代表的な生活習慣病

がん	正式には悪性新生物という。特徴は、細胞が無制限に増殖すること、転移すること。肺、胃、肝臓、大腸、乳房などのがんが代表的。
心臓病	虚血性心疾患はその代表で、心筋に栄養と酸素を供給している冠状動脈の硬化がもとになって起こる病気。冠状動脈が詰まり、心筋が壊死するものが心筋梗塞。血液が流れにくくなって胸に痛みなどが生じるものが狭心症。
脳卒中	脳内の血管が破れて出血を起こす脳出血と、脳内の血管が詰まって血流がとどえてしまう脳梗塞などがある。食塩の過剰摂取や飲酒が危険な要因とされている。
脂質異常症	血液中の脂質のうち、中性脂肪やLDL(悪玉)コレステロールが過剰な状態、あるいはHDL(善玉)コレステロールが少ない状態。動脈硬化をもたらす。
糖尿病	インスリンというホルモンの作用不足により、血液中の糖の濃度が高くなってしまふ病気。血液中の糖の濃度が高くなると、失明や腎臓の障害、足の壊疽(組織の死)が起きたり、心臓病や脳卒中になりやすくなる。肥満と運動不足が発病に関係する。
歯周病	歯ぐきや歯ぐきのなかの骨など、歯を支える組織の病気。口がくさい、歯ぐきが出血しやすいなどの症状から始まり、進行すると歯がグラグラになり、最後には抜けてしまう。

ここでは、生活習慣病に相当するものとして、心臓病は虚血性心疾患、糖尿病はインスリン非依存型糖尿病(2型糖尿病)を取り上げている。

正常な血管と動脈硬化を起こした血管

正常な冠状動脈



血液が流れるところ

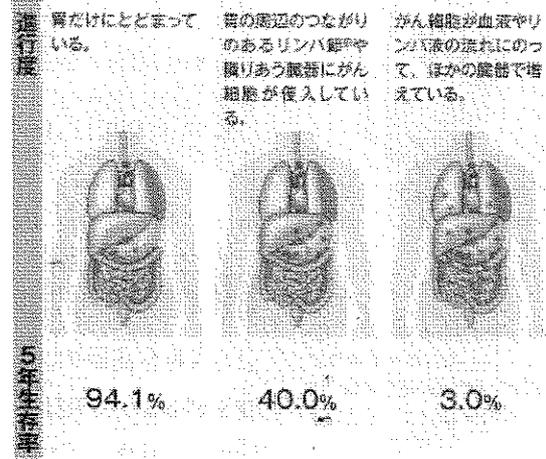
コレステロールがたまり、動脈硬化を起こした冠状動脈



コレステロール
血液が流れるところ

動脈硬化は10歳代から始まり、喫煙、運動不足、偏った食事などによって進む。早い人では40歳を過ぎるころに症状があらわれてくるといわれている。

胃がんの進行度別5年生存率
(大塚府成人病センター、2004年)



「5年生存率」とは、診断から5年経過後に生存している患者の比率を示す。早期に発見し、早めに治療すれば生存率は高まる。

2 生活習慣病の予防

1 「発病の予防」 誰しも、病気になってしまってから治すよりも最初から病気になるまいと望むでしょう。また、生活習慣病のなかには、一度発病してしまうと完全に治すことがきわめて難しい病気もたくさんあります。

- 3 したがって、もっとも重要なのは、発病自体を防ぐこと（一次予防）^①です。発病を防ぐためには、食事、運動、休養及び睡眠といった基本的な生活習慣を健康的なものにする、さらには、喫煙や過度の飲酒をしない、などが大切です。このように、生活習慣病は、健康的な生活習慣を毎日積み重ねることによって予防できるのです。

- 10 また、こうした習慣は比較的若い時期に確立し、それが継続していく場合が多くみられます。高校生であるみなさんが、いま、おこなう生活習慣の選択が、あなたの一生の健康を決めてしまうかもしれないのです^②。

12 「早期発見・早期治療」 生活習慣病を予防する上で次に大切なのは、発病を早期に発見し、早期に治療すること（二次予防）^③です。なぜなら、それらのなかには、比較的発見しやすく、また、早期に治療さえすれば健康を取り戻せる病気も少なくないからです^④。そのためは、症状が出てからではなく、定期的に健康診断を受けることが大切です。近年では、メタボリックシンドローム^⑤が注目され、それに対応した特定健康診査や、必要に応じて保健指導がおこなわれます^⑥。

① 病気の発生を未然に防ぐことをいう。

② 健康診断などで早期発見し、進行する前に早期治療することを二次予防という。さらに、重症化した病気から社会復帰するための治療やリハビリテーションを三次予防という。

③ 内臓脂肪症候群のこと。脂肪が内臓にたまる、皮下にたまるよりも生活習慣病を起こしやすいとされている。

④ p.74「加齢と健康」の項参照。

⑤ 口絵③参照。

日本では生活習慣病による死亡は近年増加し続けてきた。なぜ、増加を続けてきたのだろうか。

9

喫煙と健康

喫煙は世界的な健康問題であるとして、日本をはじめ各国でさまざまな対策が進められています。喫煙は、なぜそれほどまでに大きな問題とされているのでしょうか。

1 喫煙の健康影響

① たばこ煙中の有害物質 たばこの煙にはさまざまな有害物質が含まれています。そのため、喫煙は人体にさまざまな悪影響を及ぼします。たとえば、運動時に息切れしやすくなったり、肌の老化を早めたりといった影響は、喫煙を開始してからそれほど時間をおかずにあらわれます（急性影響）。さらに喫煙を続けると、**がん**や**心臓病**などの生活習慣病にかかりやすくなります（慢性影響）。また、これらの害は、喫煙を始める時期が早ければ早いほど大きなものとなります。それは、発育の途上にある体の諸器官が有害物質の影響を受けやすいからです。

③ そのほか、咳や痰が出やすくなるなどの症状もある。

④ 喫煙者が吸い込む煙を主流煙、たばこの先から立ちのぼる煙を副流煙という。周囲の人も副流煙を吸い込んでいる。p.110「受動喫煙と副流煙」の項参照。

⑤ このほかにも、低出生体重児（出生時に2,500g未満の児）が生まれる可能性が高まることわかっている。

⑥ 喫煙のために増加している医療費は、毎年、数千億円から数兆円になるといわれている。

② 大きく広がる喫煙の害 喫煙の害は喫煙者本人にとどまりません。喫煙者以外の人が喫煙による健康被害を受ける**受動喫煙**の害も深刻です。たとえば夫が喫煙者である場合、非喫煙者の妻の肺がん死亡率が高くなります。また妊婦の喫煙によって、早産や流産などの可能性が高まります。さらに喫煙による病気や死亡のために医療費が増大したり、貴重な労働力が失われたりするなど、社会全体に大きな悪影響を及ぼします。

⑦ セルフエスティームともいう。p.10「健康と意志決定・行動選択」の項参照。

2 喫煙開始の要因と依存性

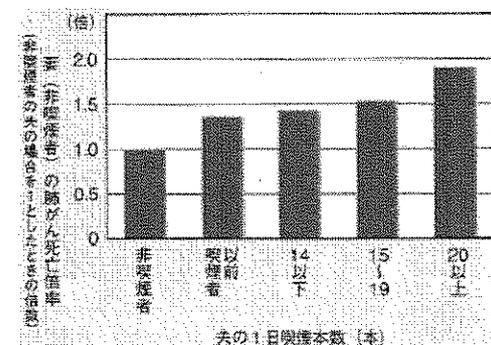
① 喫煙の開始要因 喫煙の開始には、好奇心や低い自己肯定感などの個

図1 たばこの煙のおもな有害物質とその健康への影響

有害物質	健康への影響
タール	●健康な細胞をがん細胞に変化させ(発がん作用)、増殖させる(がん促進作用)。 ●各種のがん
一酸化炭素	●ヘモグロビンと強く結合し、血液が運ぶ酸素の量を減少させる。 ●血管壁を傷つける。 ●細胞が酸素不足の状態になり、心臓に負担 ●動脈硬化
ニコチン	●末梢血管を収縮させ、血圧を上昇させる。 ●それなしではいられなくなる(依存性)。 ●動脈硬化 ●喫煙の習慣化
アンモニウム化合物	●組織呼吸を妨げたり、気道の繊毛を破壊したりする。 ●慢性気管支炎や肺気腫

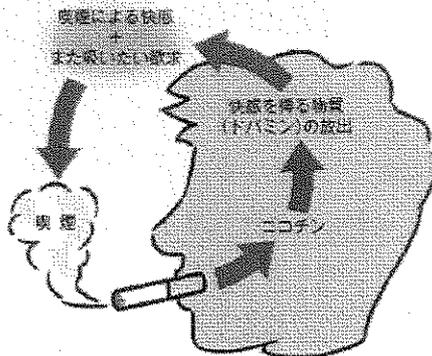
そのほかにも、アンモニアやカドミウムなどが含まれる。

図2 夫の喫煙が妻の健康に及ぼす影響 (厚生省「厚生白書」1997年)



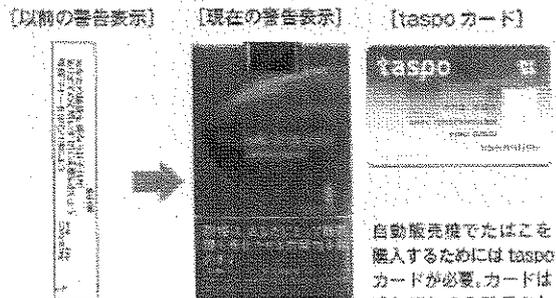
夫が喫煙者で、非喫煙者である妻が肺がんになった場合、夫の喫煙が原因である可能性があるということである。

喫煙の習慣化



たばこが吸えなくてイライラしたり、喫煙することでそれがおさまったりするのは既にニコチン依存の状態といえる。

たばこの警告表示とtaspoカード



自動販売機でたばこを購入するためには taspo カードが必要。カードは成年者にのみ発行される。

かつての警告表示に比べ、現在の表示はスペースも大きく、具体的な健康影響が表記されている。また自動販売機でたばこを購入するための taspo カードには顔写真が掲載され、発行には公的身分証明書のコピーが必要である。

人的な要因が関係しています。また、家族、友人などの影響やすすめといった周囲の人々の行動、あるいはマスメディアによる宣伝・広告、ドラマの喫煙場面の放映などの社会的な要因も喫煙の開始要因と考えられています。

① 喫煙の依存性 ニコチンには**依存性**⑧があります。そのため、喫煙者は自分の意志で喫煙を始めるものの、習慣化すると自分の意志ではやめることが難しくなり⑨、そのまま喫煙を続けていることが多いのです⑩。

⑧ それなしではいられなくする性質のこと。

⑨ 各種の禁煙法に関する調査によれば、禁煙を試みる人の80~90%は1年以内に挫折するとされている。

3 喫煙への対策

① 健康被害を防ぐ法的取り組み 健康増進法では、公共の場での禁煙や分煙が義務づけられており、非喫煙者の健康を守るために役立っています。

② また、未成年者喫煙禁止法も、若い人の喫煙による健康被害を防ぐためにも役立っています。

③ また、世界的にもさまざまな対策がとられています。WHOではたばこ規制枠組条約⑪が採択され、たばこのパッケージへの警告表示の強化⑫や広告の規制、自動販売機で未成年者がたばこを買えないしくみをつくることなどが求められ⑬、わが国も努力を続けていますが、まだ課題が残されています。

⑪ 正式名称は「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」。世界で100か国以上が締約国となっている。p.111参照。

⑫ 日本でも、あいまいな文言が具体的な表現に改善された。図3参照。

④ さまざまな価値観 喫煙者を減らすには、新たな喫煙者を増やさないことも重要です。そのため、正しい知識の普及や、それにもとづく健全な価値観の育成が不可欠です。わが国では、小学校から喫煙に関する学習をしています。また、ニコチン依存によってたばこをやめられない人を病気とみなし⑭、健康保険で治療を受けられるようにするなどの禁煙への支援をおこない、喫煙者と喫煙の被害を減らそうとしています。

⑭ ニコチン依存症という。

喫煙の健康被害を防ぐために、喫煙者・非喫煙者に対し、どのような対策がとられているか、具体的な例をあげてみよう。

10

飲酒と健康

飲酒は大人の生活ではよくみられるものです。しかし、飲酒は、交通事故や暴力事件などの社会問題だけでなく、深刻な健康問題をもたらすことがあります。飲酒は健康にどのような影響をもたらすのでしょうか。

1 飲酒の健康影響

1 飲酒の短期的影響 酒に含まれるアルコールは、脳の動きを抑制し、判断力や体の動きを鈍らせます。その結果、転倒・転落したり、飲酒運転によって事故を起こしたり、「イッキ飲み」で急性アルコール中毒になり死亡^①するなど、さまざまな問題が起こります。また、妊婦の飲酒は、アルコールが胎児の脳神経系に影響し、発達障害、知的障害などの危険が高まり、低出生体重など発育の障害も起こりやすくなります。

2 飲酒の長期的影響 長期にわたって大量に飲酒をしていると、高血圧症、糖尿病、食道がん、アルコール性肝炎、肝がん^②、肝硬変、胃潰瘍、大脳の萎縮などが起こりやすくなります^③。また、アルコール依存症になることもあります。

① 生命の維持にかかわる脳の中心部まで麻痺が及び、呼吸が止まったり吐いたものが気道に詰まったりして死亡する危険がある。なお、アルコールの分解能力には個人差があり、日本人の約4割は低く、影響は1層深刻である。

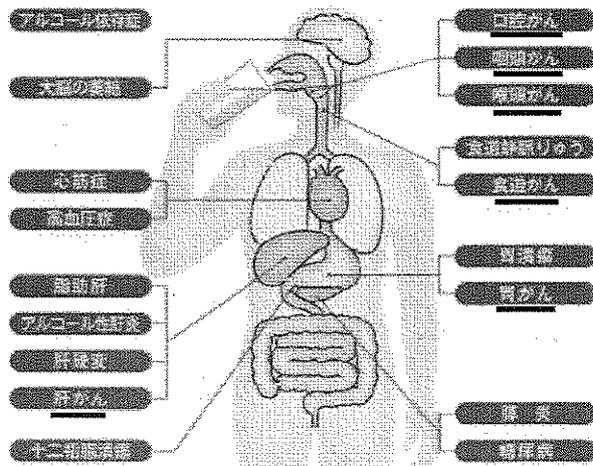
② 酒を飲むと、アルコールは、血液に溶けて肝臓に運ばれ分解される。アルコールは体にとって有害なので、飲酒は肝臓に大きな負担を与える。

2 飲酒開始の要因と社会問題

1 飲酒開始の要因 飲酒を始める要因はさまざまです^④。個人的な要因では、飲酒や酒に対する好奇心、自分を大切にしたり社会の規範を守ったりする気持ちの低下などがあります。社会的な要因では、友人^⑤や家族など

③ 友人や先輩などによるすすめも大きな要因である。この対処については、p.30「健康にかかわる行動を考えてみよう」の項参照。

④ 長期飲酒により起こりうる健康影響



飲酒の影響は肝臓だけではなく、全身のさまざまな器官に長期的・短期的な影響を与える。

⑤ 飲酒を始める要因



飲酒を始める要因にはさまざまなものがある。

周囲の人の飲酒や飲酒の誘い、酒を入手しやすい環境^④などがあります。また、マスメディア^⑤による宣伝・広告、ドラマの飲酒場面の放映、さらには飲酒を肯定する文化や飲酒の健康影響を軽視する風潮も影響しています。

④ 飲酒が引き起こす社会問題 飲酒は、適量であればリラックスするなどの効用もありますが、飲みすぎると健康影響だけでなく、さまざまな社会問題を引き起こします。たとえば、自制心が弱くなることで、暴力など倫理的な問題を起こしたりします。また、アルコール依存症^⑥になると、家庭生活や仕事で問題を起こしたりします。飲酒運転は、交通事故を引き起こし、他人にも大きな被害をもたらすことがあります。

3 飲酒への対策

① 健康被害を防ぐ法的規制 国では、未成年者飲酒禁止法^⑦などによって未成年者の飲酒を禁止したり、道路交通法や刑法などによって飲酒運転を禁止したりしています。また、広告・宣伝の規制もおこなわれています^⑧。

飲酒は国際的な問題でもあります。WHOは、小売りの日や時間の規制、飲み放題の規制、宣伝・広告やイベントのスポンサーの規制、酒の価格値上げなど、国際的に足並みを揃えた対策を提唱しています^⑨。

② さまざまな飲酒対策 飲酒対策として、正しい知識の普及などのために、学校等での飲酒防止教育、ポスターによる啓発^⑩やキャンペーンなどがおこなわれています。また、依存症の治療のための医療機関が整備されたり、断酒会などの自助グループも活動したりしています。

④ 多くの店で酒が売られ、価格が安いことなどがあげられる。価格が安いと若者の飲酒量が増えることが知られている。

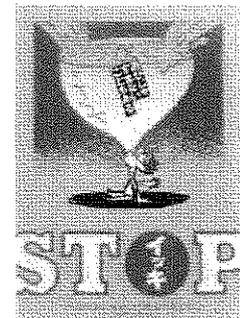
⑤ 尊敬したり好きであったりする俳優や女優の行動に影響を受けやすい。

⑥ アルコール依存症が完全に治ることはなく、やめていても、一度飲酒すると依存症に戻る。

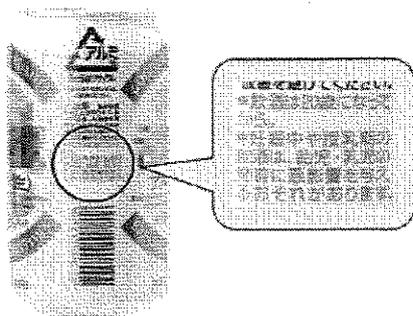
⑦ 酒を与えたり飲ませたりした成人が罰せられる。また、未成年者の飲酒が明らかになった場合、部活動の停止など、社会的にも制裁を受ける。

⑧ WHOはアルコールにかかわる死亡は年間250万人と推測しており、重大視している。

⑩ 「イッキ飲み」防止のポスター



⑧ アルコール飲料の警告表示



アルコール飲料には、「お酒」であること、未成年飲酒の禁止や胎児・乳児への影響に関する警告表示などが掲載されている。

⑨ WHOの提唱する方策



スポーツやイベントのスポンサーになることを規制する

アルコールの広告を制限する

飲食店での飲み放題を規制する

WHOは、2010年に酒類の販売・広告を規制する指針を採択している。図の例のほかに、小売りの時間・日数の制限、小売店の立地・数の制限、価格引き上げ、最低価格設定による安売り禁止、検問等での呼気検査の促進などの対策が例示されているが、日本では賛否両論がある。

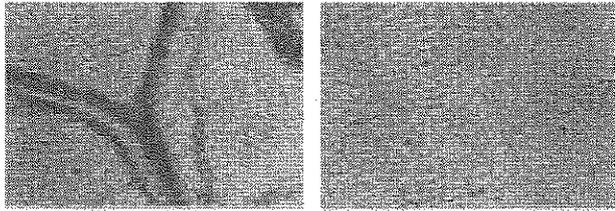
飲酒の健康被害を防ぐために、どのような対策がとられているか、具体的な例をあげてみよう。

たばこ・酒の害

たばこの害

たばこのけむりは、たばこを吸う人だけでなく、まわりの人の健康にも影響^{えいきょう}します。たとえば、下の写真のように血液の流れが悪くなったり、がんなどの病気にかかりやすくなったりします。

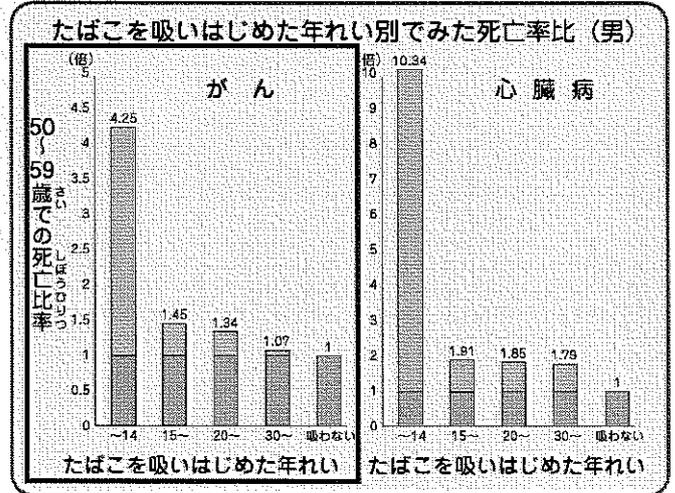
たばこのけむりを吸ったときの血管の変化



吸う前

吸った後、縮んで細くなった血管
(浅野牧茂より)

なぜ子どもはたばこを吸ってはいけないの？



たばこを吸い始める年れいが若いほど、がんなどの病気にかかりやすくなります。

また、たばこを吸い始めると、やめるのがむずかしくなります。

酒 (アルコール) の害

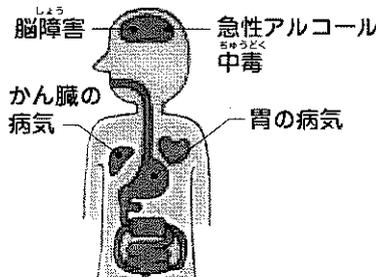
酒 (アルコール) を多量に飲み続けると・・・



①酒を飲む量がだんだんふえます。



②酒を飲みたい気持ちがおさえられなくなります。



③脳やかん臓などの病気になる割合が高くなります。



④社会や家庭で正常な生活ができなくなります。

Q. なぜ、子どもはたばこを吸ったり、酒を飲んだりしてはいけないのですか？

A. 酒を飲み始める年れいが若いほど、やめることがむずかしくなります。

子どもの喫煙や飲酒は、特に害が大きいので法律で禁止されています。

健康に大切なことって何でしょう？

みなさんと健康について考えてみましょう

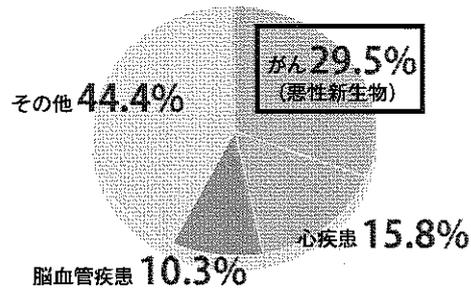


日本人の三大死亡原因を知っていますか？

私たちの国での死亡原因は、右図のようにがん、心疾患、脳血管疾患で60%近くを占めているので、三大死亡原因と呼ばれています。

これらは、いずれも食事、運動、休養(睡眠を含む)、喫煙や飲酒などの生活習慣と深い関係があるため生活習慣病と呼ばれています。

死亡原因の割合(平成22年)



(厚生労働省)

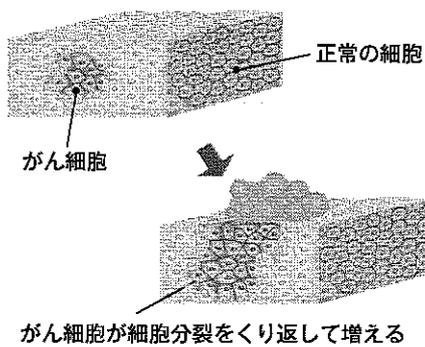
これらは、子どものころからの生活の仕方(生活習慣)とも関係があるといわれており、予防のためにも規則正しい生活習慣を身に付けることはとても大切です。

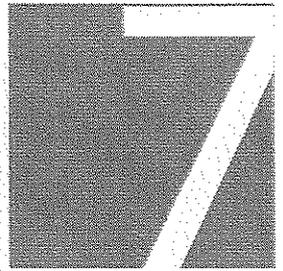


がんと生活習慣

がんとは、もともとは正常な細胞が突然変異を起こしてがん細胞となり、止めどなく細胞分裂をくり返して増え、体の器官をおかしてしまう病気です。がんの原因には生活習慣が大きく関わっています。がんを防ぐためには規則正しい生活習慣をおくる、たばこを吸わない、お酒を飲みすぎないことなどや、健康診断を受けることが大切です。

column





がんの基礎知識

がんとは

人は多くの細胞からできています。細胞は分裂して増え、古い細胞と入れ替わります。しかし、遺伝子に突然変異を起こした一部の細胞は死ぬことなく、とめどなく分裂をくり返し続けます。この細胞ががん細胞です。がん細胞が増殖を続け、体の器官をおかしてしまう病気をがんと言います。

がんは体の様々な器官にできますが、代表的ながんは、胃がん、肺がん、大腸がん、肝臓がん、乳がん、血液のがん（白血病など）、子宮がんなどです。

がんの予防

がんは、予防することができる病気です。これまでの研究から、がんの原因の多くはたばこや飲酒、食事などの日常生活習慣にかかわるものとわかっています。1996年に発表されたアメリカにおける研究で、アメリカ人のがん死亡の原因では、喫煙（30%）、食事（30%）、運動不足（5%）、飲酒（3%）の合計で全体の68%になりました。がんによる死亡は、これらの生活習慣の見直しによってある程度予防できたものと考えられます。生活習慣や環境は国によって異なり、がんの原因の割合も国によって異なりますが、生活習慣の改善で多くのがんが予防できることについては、日本でもアメリカと同様です。

がんを防ぐための12か条（国立がんセンター）

1. バランスのとれた栄養をとる
2. 毎日、変化のある食生活にする（ワンパターンにしない）
3. 食べすぎをさげ、脂肪はひかえめにする
4. お酒はほどほどにする
5. たばこは吸わない
6. 食べものから適量のビタミンと繊維質のものを多くとる（緑黄色野菜をたっぷりとる）
7. 塩辛いものは少なめに、熱いものはさましてから食べる
8. 焦げた部分はさける
9. かびの生えたものに注意する
10. 日光に当たりすぎない
11. 適度にスポーツをする
12. 体を清潔にする

がんの検診

我が国では、地域の保健所などにおいて、住民向けの検診などが行われています。健康を保つためには病気を早期に発見し、早期に治療することが大切です。そのためには定期的に検診などを受けることが必要です。

がんも検診を受け、早期に発見し、治療することが大切です。そうすれば、完全に治せる可能性が高いからです。

現在、市町村で行われているがん検診は以下の通りです。

種類	対象者	受診間隔
●胃がん検診	40歳以上	年 1 回
●子宮がん検診	20歳以上	2年に1回
●肺がん検診	40歳以上	年 1 回
●乳がん検診	40歳以上	2年に1回
●大腸がん検診	40歳以上	年 1 回

若い年齢でのがん患者の増加

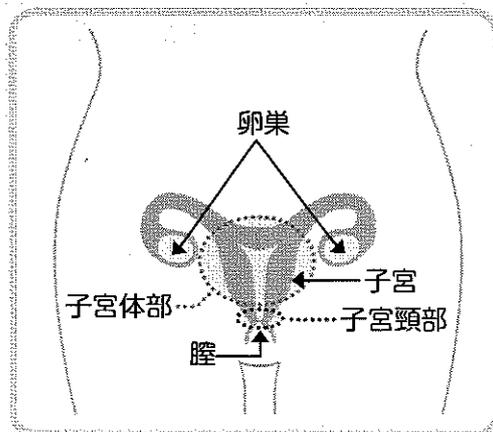
子宮頸がん

子宮のがんは、胎児が育つ場所（子宮体部）にできる「子宮体がん」と子宮の出口の部分（子宮頸部）にできる「子宮頸がん」に分かれます。子宮頸がんは、ウイルス（ヒトパピローマウイルス）の感染が主な原因とされ、最近では20～30代の患者が増えています。

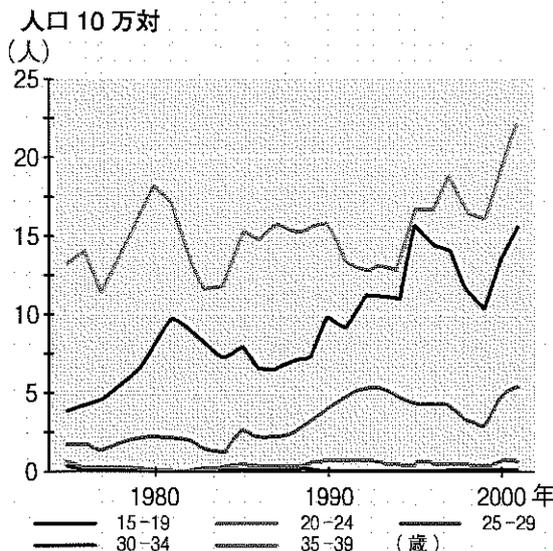
子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルスが子宮頸部に感染し、数年から10数年後にがんになるものです。

現在、このヒトパピローマウイルス感染を予防するワクチンが販売され、特に若い世代への接種が推奨されています。しかしながら、ワクチン接種によりがんの発生が完全に予防できるわけではありません。

子宮頸がんは、症状のない初期の段階であっても、検診によって発見できる病気です。成人になったら、定期的にがん検診を受けることで、早く病気を見つけて治療することが重要です。



子宮頸がんの患者数



資料：国立がんセンターがん対策情報センター

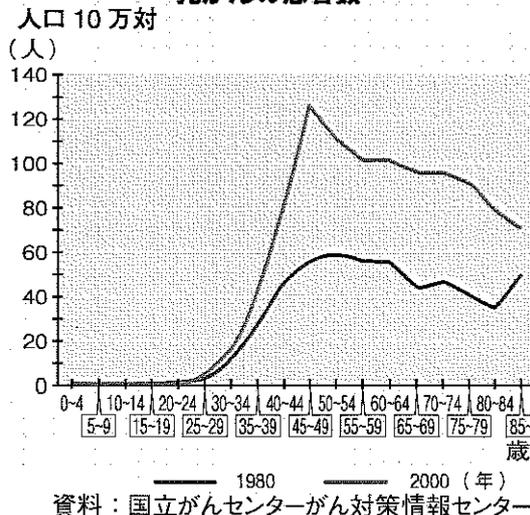
乳がん

乳がんは乳腺（母乳を作る組織）のがんで、30歳代から患者が増加します。患者数も以前に比べて増加傾向にあり、若い年齢層でも増えています。

乳がん患者の増加の背景にあるのは、日本人の生活習慣や食生活の欧米化が一因と考えられています。また、飲酒の習慣や経口避妊薬の使用によって乳がんになりやすくなるといわれています。一方で、適度な運動が乳がんの予防に効果があると言われています。

乳がんも検診によって早めにがんを発見できる病気なので、検診を受けることが大切です。

乳がんの患者数



資料：国立がんセンターがん対策情報センター

がんの教育総合支援事業

平成26年度概算要求額 25,001千円（新規）

1. 目的・要求要旨

がん対策については、がん対策基本法のもと、政府が策定するがん対策推進基本計画に基づいて行われており、昨年度から新たな基本計画がスタートした。

同計画では、今後5年以内に学校での教育のあり方を含め、健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにすべきか検討し、検討結果に基づく教育活動の実施を目標とすること等が示されている。

このため、同基本計画の達成に向け、文部科学省に有識者からなる検討会を設置し、各都道府県等で行っている先進事例の分析・調査等を行い、その結果得られたがんに関する成果等を全国に発信する。

また、学校・地域の実情等に応じて、各都道府県等が主体的に行うがんの教育に関する多様な取組に対して支援を行い、その推進を図る。

2. 事業内容・事業計画

(1) がんの教育の在り方に関する検討会の開催

【実施方法】 協力者会議の設置

【内 訳】 (全体会議10人×6回 小委員会5人×6回)

(2) がんの教育に関する実践推進事業の実施

【実施方法】 各都道府県教育委員会等へ委託

【内 訳】 22か所×@985千円

3. 参考

【がん対策推進基本計画】（平成24年6月8日閣議決定）

8. がんの教育・普及啓発

(取り組むべき施策)

健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにすべきか検討する。

地域性を踏まえて、がん患者とその家族、がんの経験者、がん医療の専門家、教育委員会をはじめとする教育関係者、国、地方公共団体等が協力して、対象者ごとに指導内容・方法を工夫した「がん」教育の試行的取組や副読本の作成を進めていくとともに、国は民間団体等によって実施されている教育活動を支援する。

(個別目標)

子どもに対しては、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい知識を持つよう教育することを旨とし、5年以内に、学校での教育のあり方を含め、健康教育全体の中で「がん教育」をどのようにするべきか検討し、検討結果に基づく教育活動の実施を目標とする。

がんの教育総合支援事業

(新規)

26年度概算要求額: 25,001千円

背景

- ・昨年、平成24年度から平成28年度までの5年間を対象とした新たな「がん対策推進基本計画」が閣議決定され、「がん患者を含む国民が、がんを知り、がんと向き合い、がんに負けることのない社会」を目指すこととしている。
- ・学校における健康教育の中でも、国民の二人に一人がかかる「がん」は重要な課題であり、国民の健康に関する基礎的な教養として必要不可欠。

課題

- ・様々な形で患者を含めた国民に対するがんの普及啓発が行われているが、がんに対する正しい理解が必ずしも進んでいない。(がん検診の受診率は20%~30%で推移)
- ・健康については、子供の頃から教育することが重要であり、学校でも健康の保持増進と疾病の予防といった観点から、がんの予防も含めた健康教育に取り組んでいる。しかし、がんそのものやがん患者に対する理解を深める教育は不十分であるとの指摘。

学校での教育のあり方を含め、健康教育全体の中で「がん」教育を推進する必要性

課題解決のための事業概要

◆検討会の設置

有識者からなる「がんに関する教育の在り方に関する検討会(仮称)」を設置し、各都道府県で行っている先進事例の分析・調査等を行い、全国に展開させるための検討等を行う。

相互に連携

◆モデル事業の実施

地域の実情を踏まえたモデル事業の実施(2ヶ所程度)

- ・教育委員会等によるがんの教育用教材の作成・配布
- ・民間会社等によるがんの教育用教材の選定・配布
- ・専門医等の講師派遣
- ・研修会 等

成果

- 学校教育全体の中で、がんの教育を推進することにより、がんに対する正しい理解とがん患者に対する正しい認識及び命の大切さに対する理解の深化
- 自らの健康を適切に管理するとともに、がん予防や早期発見につながる行動変容を促す。