

## がん教育実施報告書

学校名	いわき市立湯本第三中学校
実施対象者 (学年・保護者など)	3 学年生徒、教職員
教育課程の位置づけ	体育・保健体育 道 徳 <u>学級活動・HR 活動</u> 講演会・行事 その他 ( )
実 施 日 時	令和6年11月22日(金) 14:20~15:10
打合せについて	【1回目】方法：電子メール 内容：日程、対象者、交通手段、謝礼等について 【2回目】方法：電話 内容：授業の流れ、準備物等について
外部講師 職・氏名	職名 緩和ケアセンター長 氏名 渡邊 睦弥 先生
実 施 内 容	<p>【テーマ】いのちをみつめる授業</p> <p>1 「いのち」とは何か</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「いのちとは、みなさんがこの世で使うことのできる時間のこと。日本人の平均寿命を80歳とすると、死ぬまでの心拍数はおよそ25億回。つまり、あなたの持ち時間は25億秒ということ。この持ち時間を、どう自分らしく使いますか？」という渡邊先生の言葉を受け、生徒は2人組になってお互いの胸に聴診器を当てて心拍数を計り、自分たちの「いのち」の時間を実感した。</li> </ul>  <p>2 健康寿命について</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>長さ(時間)ではない、いのちの豊かさという考え方。</li> <li>健康寿命が長い人はがんの罹患率が低い(免疫力の高さ)。</li> </ul>

	<p><u>3 がんという病気について</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 日本人の2人に1人が罹患する、誰でもなりうる病気である。</li> <li>・ がんとは、細胞分裂するときに変異して悪性化したものである。</li> <li>・ 規則正しい生活習慣ができていて、健康に生きていれば、悪性化した細胞を修復したり排除したりできる。</li> <li>・ がんの原因は①細菌・ウイルス感染、②生活習慣、③遺伝</li> <li>・ 加齢もがん罹患のリスクの1つ（細胞分裂の回数増による）</li> </ul> <p><u>4 がんの予防について（リスクを減らすために）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 禁煙、節酒、バランスの良い食事、適度な運動、適正体重の維持に心がけ、望ましい生活習慣を身につけることでリスクを減らせる。</li> <li>・ 早期発見、早期治療のため、がん検診を受けることも重要。</li> </ul> <p><u>5 がんの治療法（がんになってしまったとき、どうするか）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 3つの治療法（手術、放射線治療、化学薬物療法）があり、病気の状態や患者のニーズにより、組み合わせて治療する。</li> <li>・ がんになってしまったら、それぞれの治療法のメリット、デメリットを考えながら選択し、自己決定することが重要。</li> <li>・ 患者がきちんと説明を受け、相談して、理解して、納得して決めていくことができるよう、医療専門チームが支援していく。</li> </ul> <p><u>6 がん患者への支援</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ patient（患者）の語源は「我慢する人」。病気になった人が我慢しなくていいように、痛みを和らげ、その人らしい生活が送れるように治療、支援、ケアをしていく必要がある。</li> <li>・ がん患者の痛みは、「体の痛み」「心の痛み」「生活（お金や将来の不安）の痛み」などがある。緩和ケアチームは、患者の声に耳を傾け、前向きな気持ちで治療を受けられるように支援している。</li> <li>・ 自分の持ち時間を全うするまで、その人らしく生きられるようにしてあげる社会になってほしい。全ての人のがんについて正しく理解することが、誰もが暮らしやすい社会につながっていく。</li> </ul>
成果等	<p>【生徒の感想】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ いのちの授業と聞いて、何をするのか最初はあまりピンと来ていませんでした。授業を受けて、いのちの大切さや闘病している人の思いなど、様々なことを知ることができました。本当に目頭が熱くなる授業でした。</li> <li>・ 周りの人のいのちを大切にしたり、親にも感謝を伝えたりして、今、いのちあることに感謝をし、人生を思い切り楽しんでいきたい。</li> <li>・ “なんだか今の悩みもなくなった気がする。” “今を生きる” ということをしっかり成し遂げたいと思う。いつか別れのために、いろんな人と接する上で後悔のないようにしたい。</li> </ul> <p>【外部講師を活用してよかった点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ がんの知識を学ぶだけでなく、がんを切り口として自分や身近な人のいのち、健康について考え、生活習慣を見直すことにもつながった。</li> <li>・ 自分の身近な人ががんになったとき、どのような医療が行われ、自分はどんな支援ができるかということを考えることができた。実際に家族が闘病中であるという生徒も、医療や支援の実態を知って前向きになれたと話していた。</li> </ul>

様式2