

保健編		4-1 健康を左右するもの		教科書110～111ページ
年	組	番	名前	<b>教師用</b>

1. 健康や病気には人（主体）と身のまわり（環境）の問題が関係しています。熱中症を例に、その原因を、人の問題（主体要因）と身のまわりの問題（環境要因）に分けて整理しよう。  
\*「熱中症」の説明は、教科書 70 ページにあります。

【主体要因】

（例）水分を適切に補給しなかった。帽子不着用。冷房に頼った生活をしていた。

暑いときに無理をして運動した。乳幼児・高齢者であった。 など

【環境要因】

（例）高温。多湿。無風。日差しが強かった。 など

2. いま、自分の健康にもっとも影響を与えていると考えられる、主体と環境の要因をあげてみよう。

【主体要因】

（例）夜ふかしで睡眠不足。体力がない。栄養のバランスが悪い。 など

【環境要因】

（例）インフルエンザで咳をしている人が多い。近くの工場から排煙が流れてくる。 など

3. 健康や病気にかかわる要因は、下の表のように分類することができます。では、語群にあげた病気に関係する要因は、表のどこに分類されるだろうか。適切な場所に番号を書きいれて整理しよう。

【語群】 ①一酸化炭素の濃度が高いこと    ②近所にお医者さんがいないこと  
③年をとっていること    ④ハエが繁殖していること    ⑤健康保険が使えないこと  
⑥睡眠不足    ⑦抵抗力が弱い体質であること  
⑧暑すぎる    ⑨食べすぎ    ⑩O157が存在していること

主体要因	もともと備わっている要因	③, ⑦
	生活上の習慣や行動	⑥, ⑨
環境要因	物理的・化学的環境の要因	①, ⑧
	生物学的環境の要因	④, ⑩
	社会的環境の要因	②, ⑤