

「2 健康のとらえ方」

令和 年 月 日 (曜日) 校時
() 年 () 組 () 番
氏名 ()

1 健康についての多様な考え方

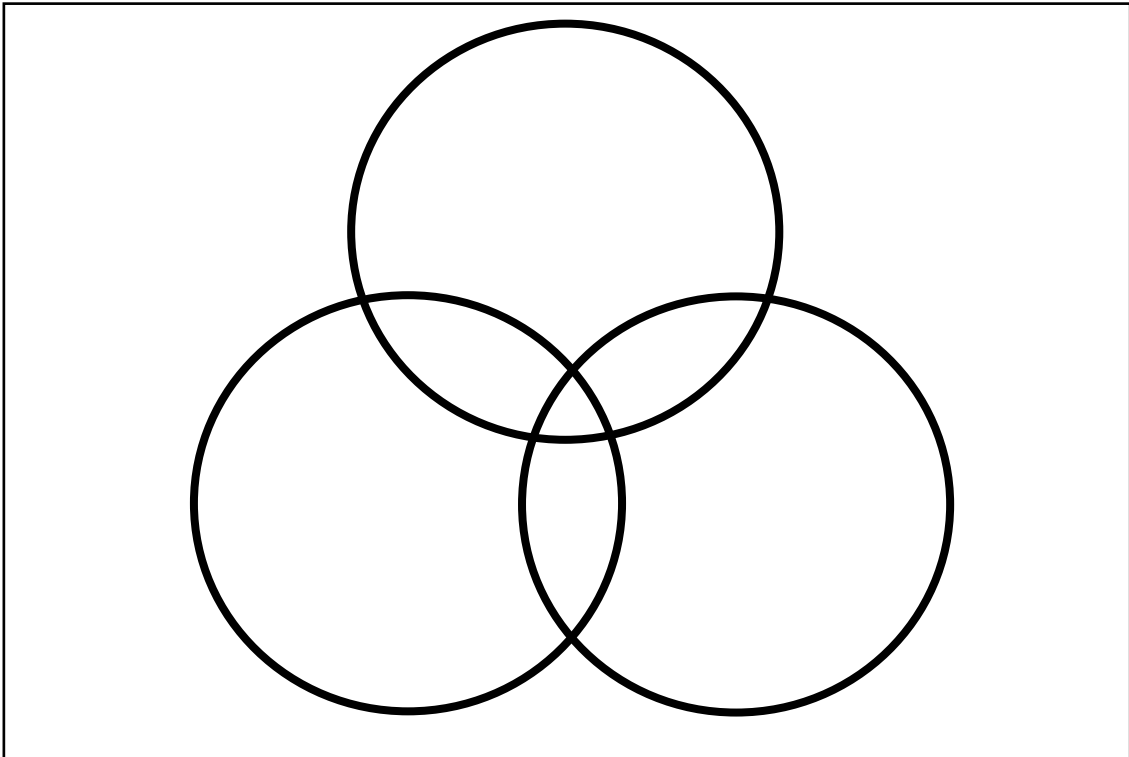
○あなたの考える健康とはどういう状態ですか？

①健康とは

世界保健機関 (()) 憲章の定義

「健康とは、()、()、() に完全に良好な状態であり、たんに () あるいは虚弱ではないことではない」

○教科書の図1 健康のさまざまなとらえ方を書き写そう。



② () を重視する健康観

2健康の成り立ちとその要因

() 要因・・・本人に関わること

- ・人間の生物としての側面

- ・生活習慣

() 要因・・・本人を取り巻く状況

- ・自然環境

- ・経済・文化的環境

- ・保健・医療サービス

○自分の健康にとって、とくに重要な主体要因と環境要因を1つずつあげてみよう。
また、それらをどのように改善していけばよいだろうか。

主体要因 ()
改善方法：

環境要因 ()
改善方法：

○今日の学習を振り返って、自分の健康観がどのように変化したかを書いてみよう。