

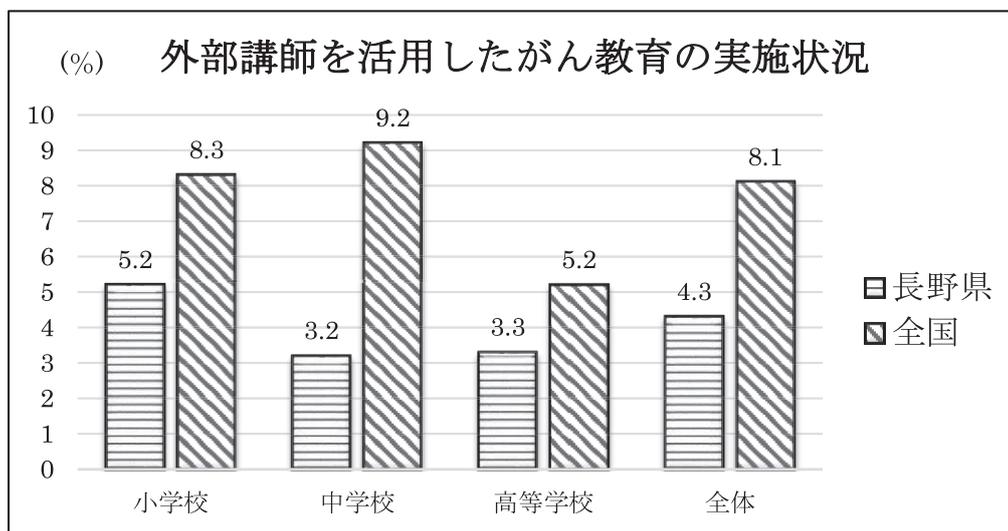
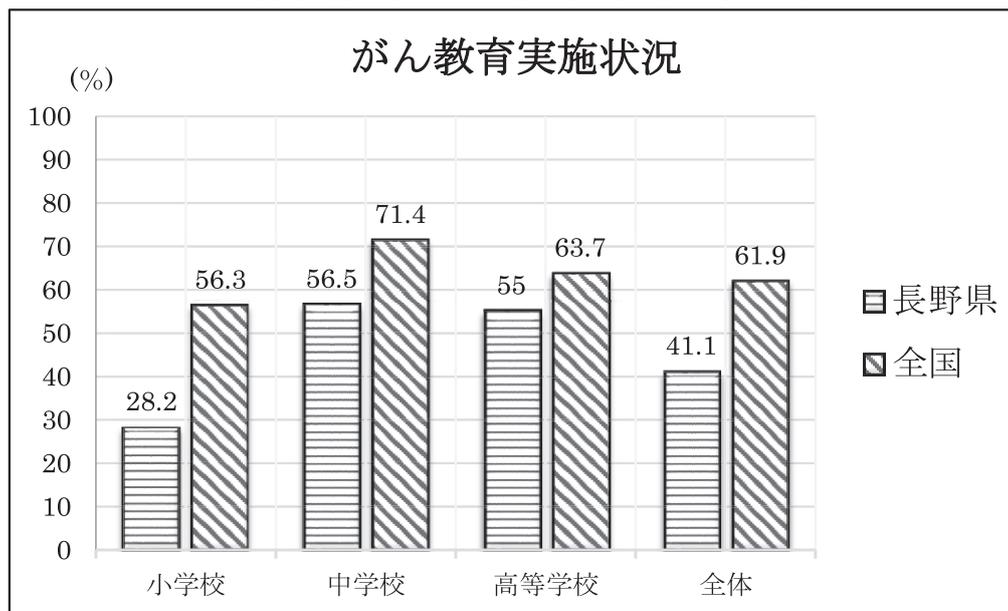
第 3 章 資料編

(1) 平成30年度におけるがん教育の実施状況調査の結果について

調査時期 平成31年（令和元年）

対象年度 平成30年度

調査対象学校 国公立の小学校 19,892 校，中学校 10,270 校，
義務教育学校 82 校，高等学校 4,897 校，中等教育学校 53 校，
特別支援学校 1,141 校（回答総数 37,169 校）



全国の全ての学校のうち，外部講師を活用してがん教育を実施した学校数は，3,007 校（8.1%）であった。長野県は31校（4.3%）であった。長野県の学校種ごとの内訳は小学校 20 校（5.2%），中学校 7 校（3.2%），高等学校 4 校（3.3%）であった。

外部講師活用の課題について ※複数回答可

課題であると思ったこと	校数 (校)	割合 (%)
講師との打ち合わせを事前に行わないと、講師の話す内容と学校の要望にギャップが生じる	1168	38.8
年間指導計画に位置付けないと、指導時間の確保が難しい	1001	33.3
講師リスト等がなく、講師を探すのが難しい	690	22.9
その他	583	19.4

「その他」の回答として、「講師との日程調整」、「指導内容、指導方法の選択」、「身近にがん経験者がいる子供などへの配慮」、「薬物乱用防止教育や喫煙防止教育の講演会など他の内容と関連して扱う際のバランス」などがあつた。

外部講師を活用しなかった理由について ※複数回答可

活用しなかった理由	校数 (校)	割合 (%)
教師が指導したため	17,248	86.2
指導時間が確保できなかった	4,159	20.8
適当な講師がいなかった	2,320	11.6
講師謝金等の経費が確保できなかった	1,900	9.5
その他	494	2.5

「その他」の回答として、「講師との日程調整がつかなかった」、「使用できる教材や映像資料等が充実しているため」、「外部講師を活用する〇〇教育が多く、優先順位の判断に迷う」、「講師の選定、打ち合わせ等の負担が大きいため」、「毎年、外部講師を活用していくことは難しい」、「外部講師を活用する講演会等を複数年計画のローテーションで実施している」、「配慮事項への不安」、「講師を活用しなくても様々な場面で取り上げられるため」などがあつた。

(2) がん検診に対する児童生徒の意識の変化

右のグラフは、令和元年度がん教育総合支援事業における小学校・中学校・高等学校のパイロット校が、授業前後に実施したアンケートの結果の一部である。

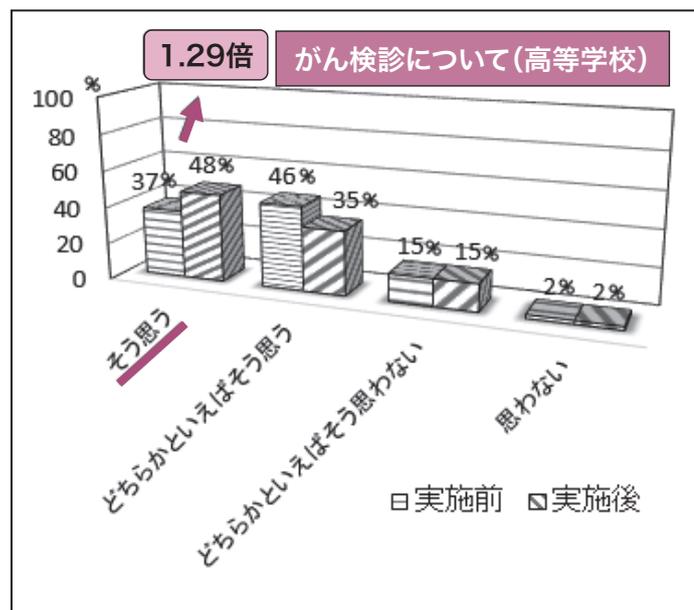
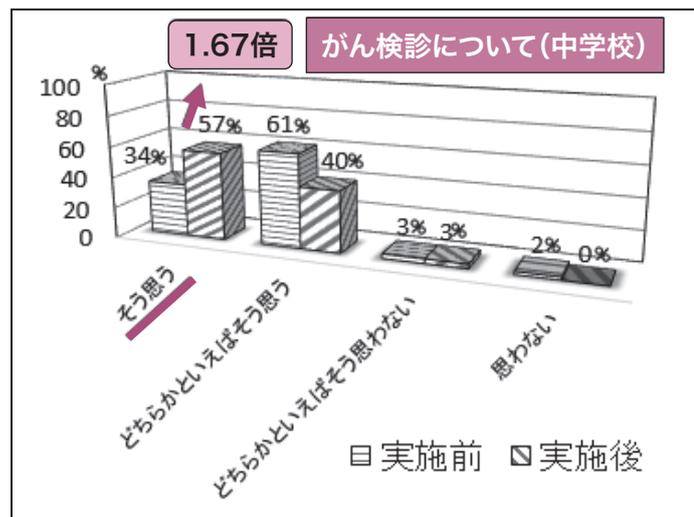
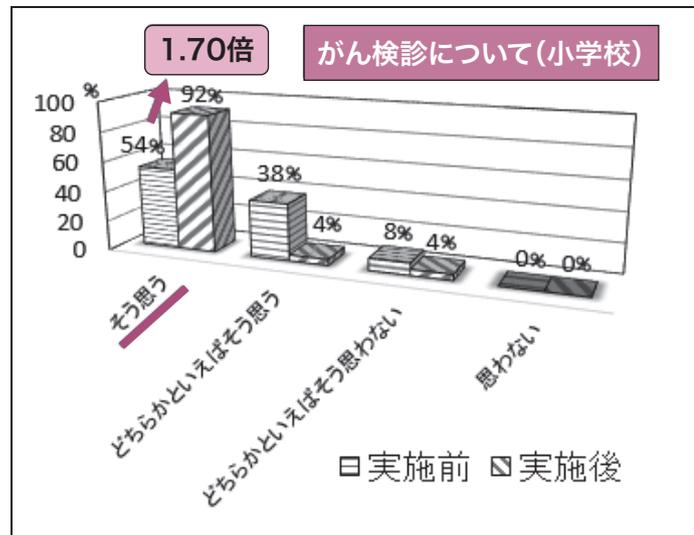
アンケート質問

「がん教育をすることでがん検診を受けようと思う」

がん教育の授業実施前と後で、「そう思う」と回答した児童生徒を比較してみると、小学校では約 1.70 倍、中学校では約 1.67 倍、高等学校では約 1.29 倍に増加している。特に小学校、中学校での増加率が高いことから、小学校や中学校の段階からがんについて学習をすることによって、一次予防、二次予防についての関心の高まりが期待できることがわかる。

これは、がん検診をすれば、がんはすべて見つかるというような誤解が解けたり、がんができた場所やタイミングによっては、がん検診でもがんを見つけられない場合があったりするといった外部講師からの科学的根拠に基づいた話が要因として考えられる。さらには、児童生徒の質問に外部講師が直接答えることができるのも大きな要因として考えられる。

がん検診以外の部分でも、外部講師を活用することで、同様の効果や学習をする上での配慮につながると考えられる。



長野県では、平均寿命が全国トップレベルの健康長寿を更に前進させ、一人ひとりが生きがいを持ち、健やかで幸せに暮らせる「しあわせ健康県」づくりを進めるため、しあわせな暮らしの基礎となる県民の健康増進を図る運動「信州 ACE(エース)プロジェクト」を推進しています。

信州 ACE (エース) プロジェクトとは長野県が展開する健康づくり県民運動です。ACE は脳卒中等の生活習慣病予防に効果のある Action (体を動かす)、Check (健診を受ける)、Eat (健康に食べる) を表し、世界で一番 (ACE) の健康長寿を目指す想いを込めています。その実現のため以下の3つの取組方針を推進しています。



I 「健康経営」の推進

- ・企業において従業員の体を動かす取組 (体操やインターバル速歩) や、健診受診を推進
- ・従業員や家族が健診を受けられる環境づくりを推進
- ・社員食堂での「塩分控えめ」「野菜たっぷり」など健康に配慮した「ACE メニュー」の提供

II 「健康地域づくり」の推進

- ・住民が健診を受けやすい環境づくりを推進
- ・飲食店やコンビニ等において「塩分控えめ」「野菜たっぷり」など健康に配慮した「ACE メニュー・弁当」を提供

III 「健康教育」の推進

- ・小中学校等における「長野県版運動プログラム」の普及
- ・市町村、小中学校等においてウォーキングコースの設定やオリジナル体操の普及、健診受診を推進
- ・家庭や学校等での減塩や野菜摂取を重点とした食生活改善の取組

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/kenko/kenko/kenko/kenminundou/index.html>

(令和3年2月現在)

今後、未来の健康長寿県長野を担う子どもたちに、気軽に楽しめるスポーツへの積極的な取組や健全な食生活の大切さ、また、がんなどの生活習慣病の早期発見・治療のため、定期的に健診(検診)を受診することの大切さ等について正しく理解させ、主体的に実践できる力をつける必要があります。

※健診：「健康診断」の略

一次予防

検診：病気かどうかを診察すること

二次予防

意外と頑張ってます長野県

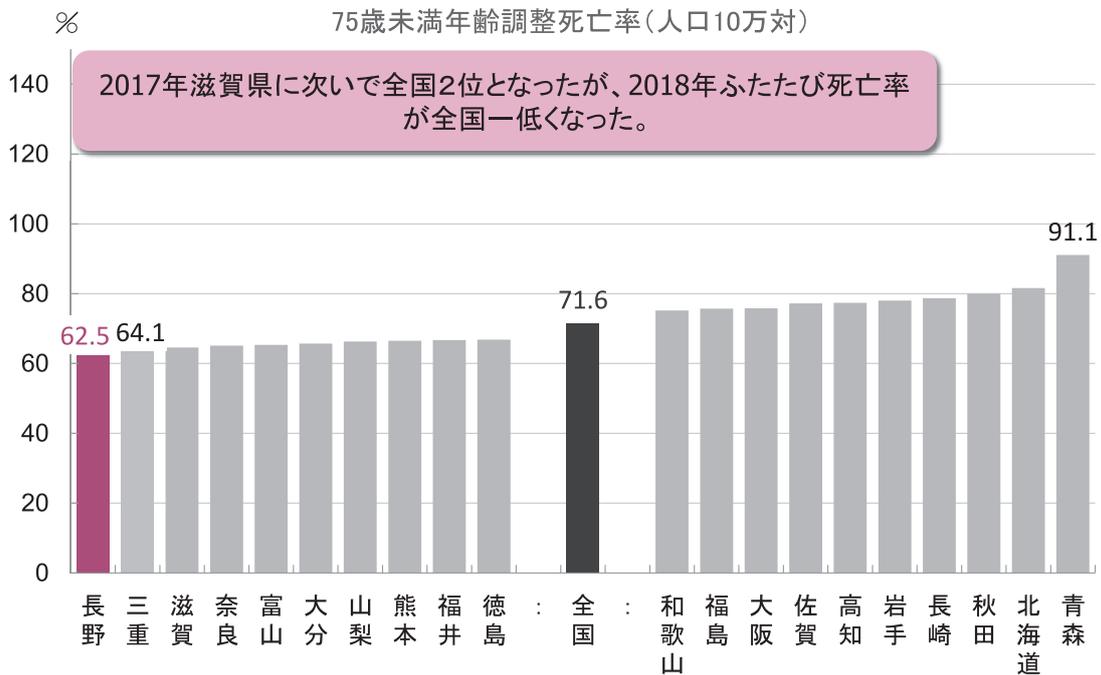
健康長寿県を目指す長野県として生活習慣や毎日の食事を大事にし、健康診断の受診率を上げるなど健康に対する意識を高めることができるように考えています。



出典：長野県企画振興部総合政策課「意外と頑張ってます長野県」令和元年7月現在
<https://www.pref.nagano.lg.jp/kikaku/kensei/gaiyo/chiji/igaito.html>

がんの死亡率(2018年・男女計)

75歳未満年齢調整死亡率(人口10万対)

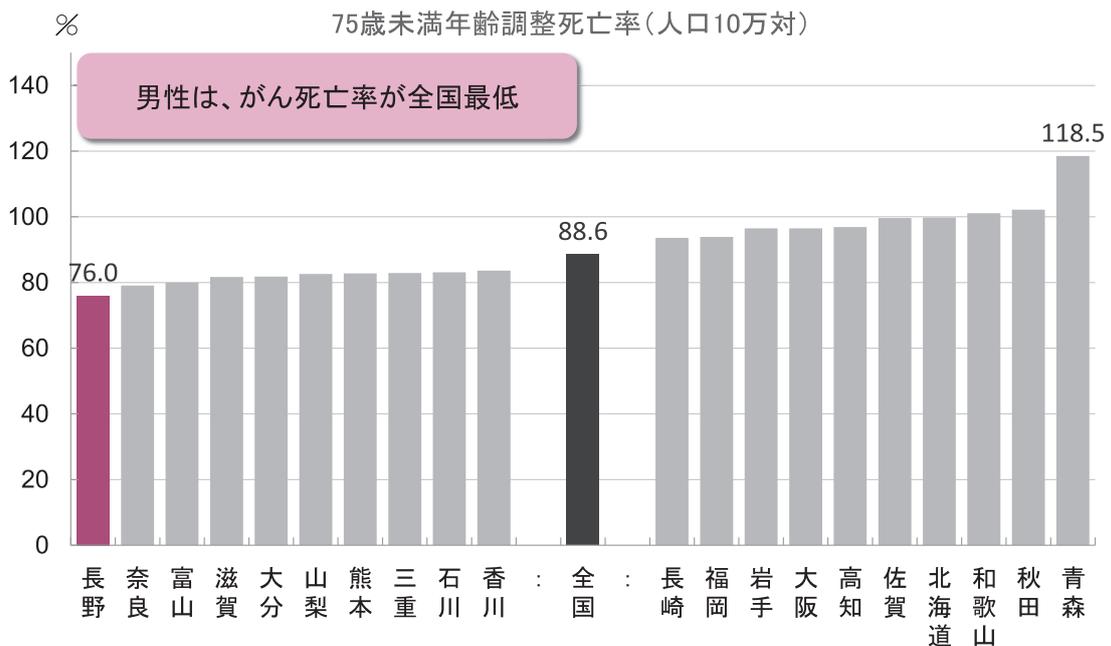


1

出典：人口動態統計・国立がん研究センターがん対策情報センター

がんの死亡率(2018年・男性)

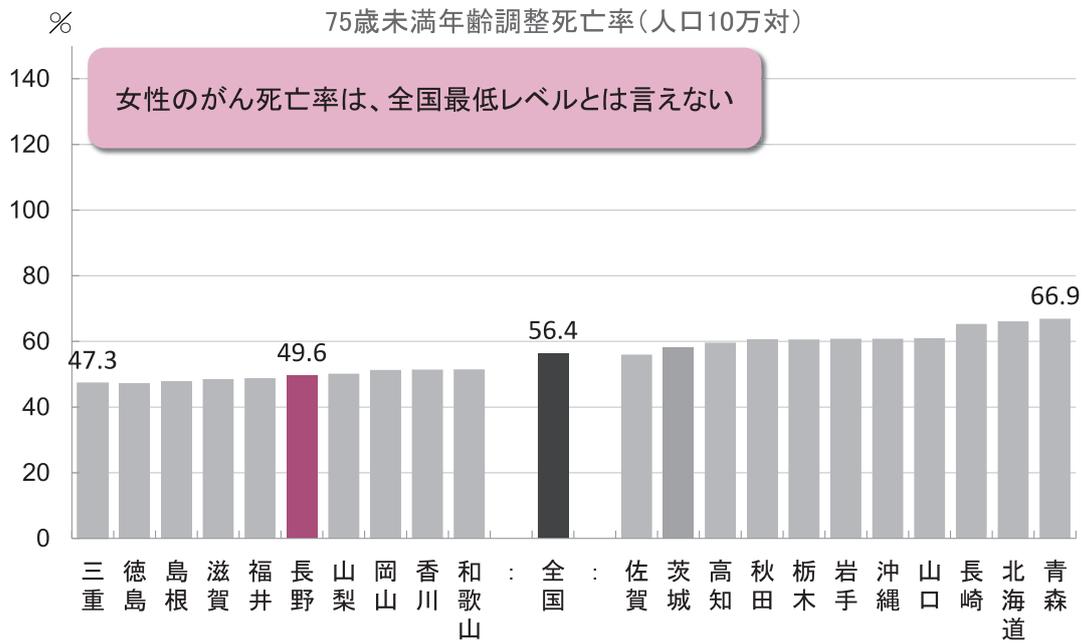
75歳未満年齢調整死亡率(人口10万対)



2

出典：人口動態統計・国立がん研究センターがん対策情報センター

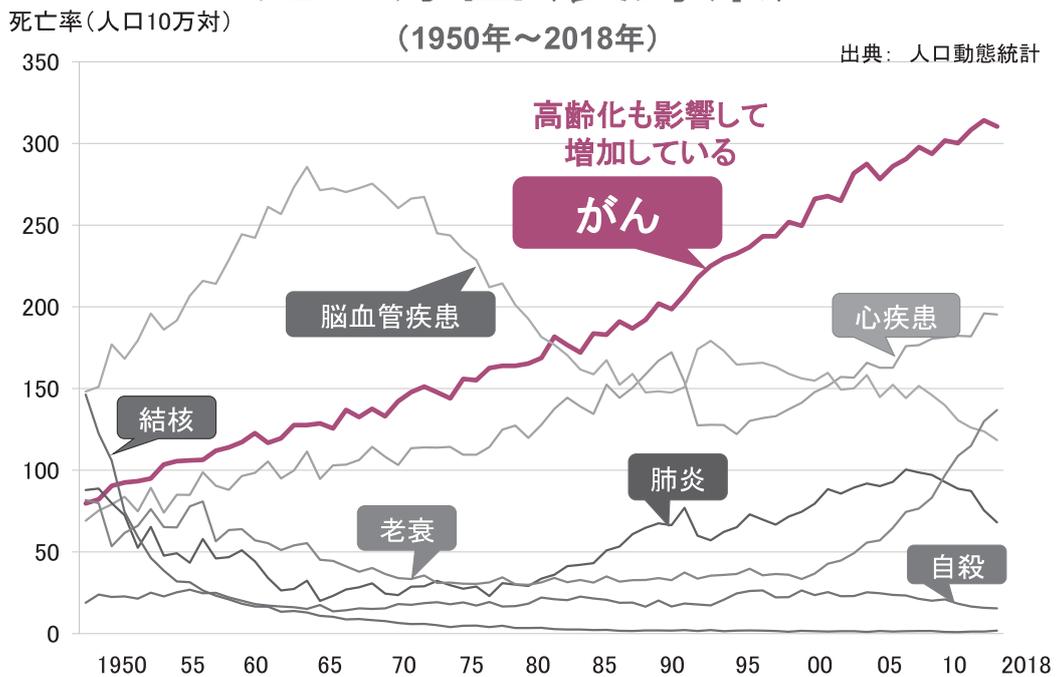
がんの死亡率(2018年・女性)



3

出典：人口動態統計・国立がん研究センターがん対策情報センター

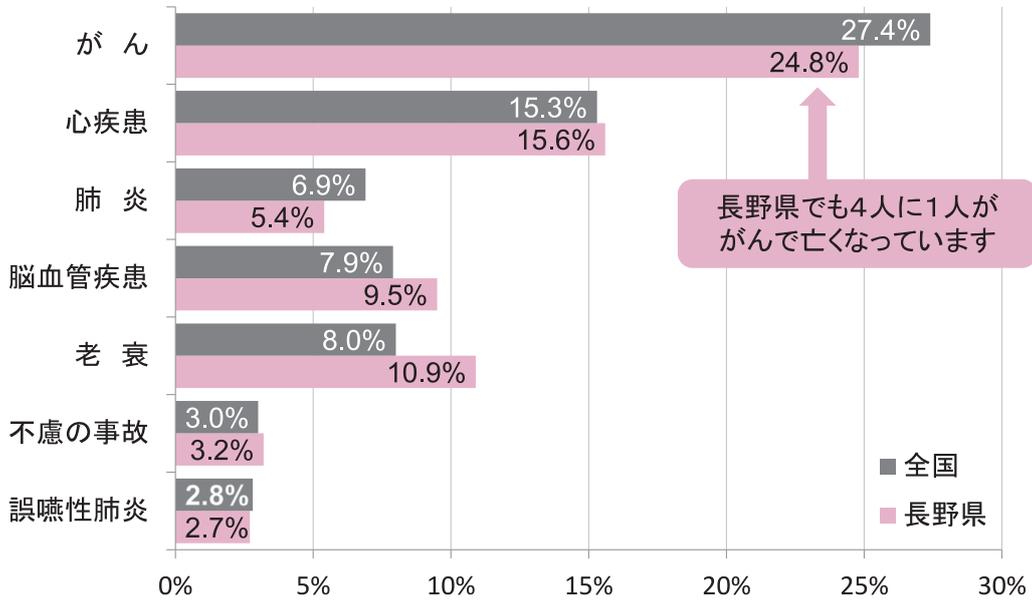
死亡原因(長野県)



4

主な死亡原因

(2018年 全国・長野県)

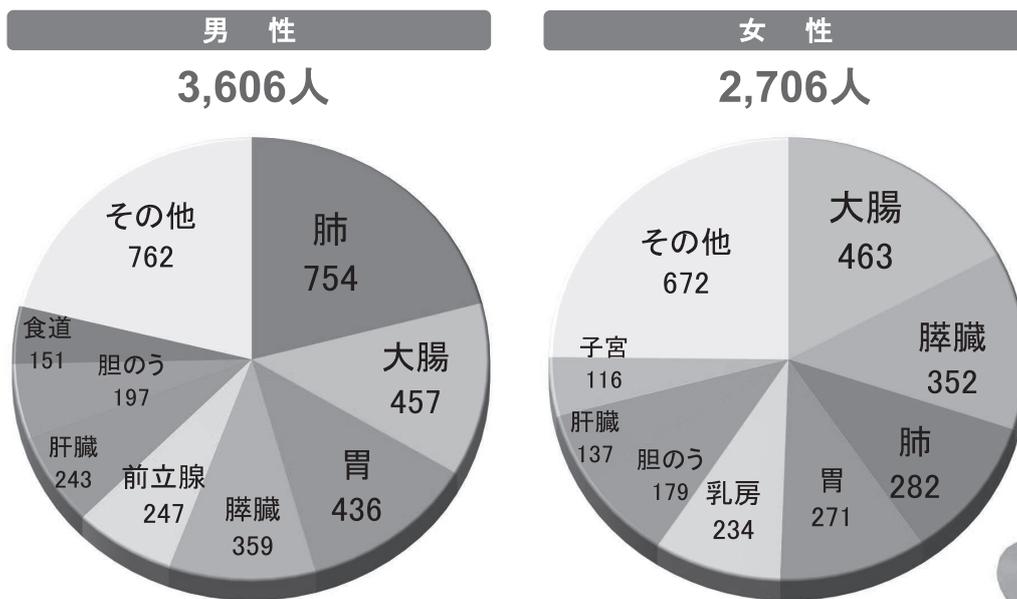


5

出典：人口動態統計

がんの部位別死亡者数

(長野県・2018年)



6

出典：人口動態統計

しあわせ信州

1年間に新たにがんにかかる人数

(2017年全国推計 ※上皮内がんを含む)

出典: 国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

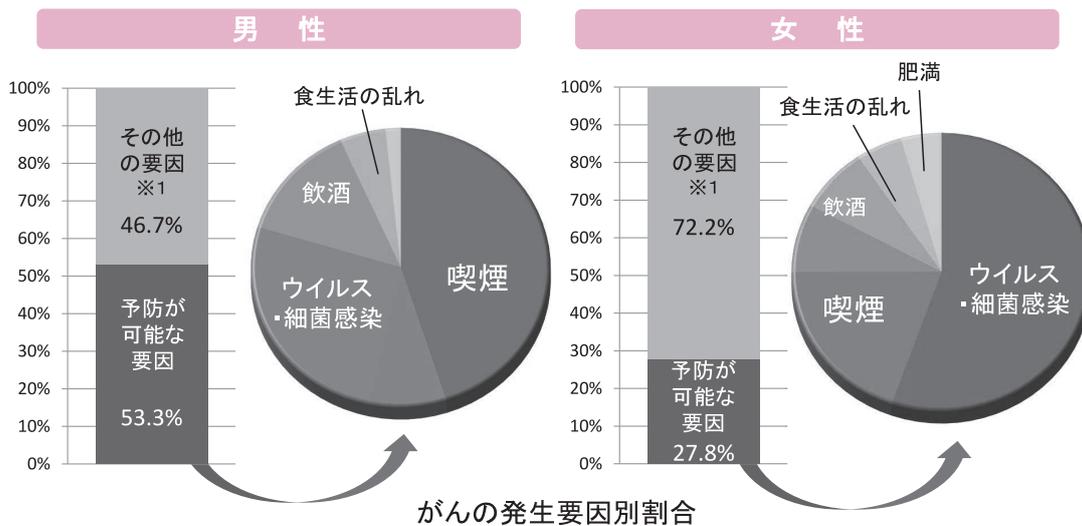
	男性	女性
総数	558,869人	418,510人
1位	前立腺 91,215人	乳房 91,605人
2位	胃 89,331人	大腸 66,170人
3位	大腸 87,019人	肺 41,630人
4位	肺 82,880人	胃 40,144人
5位	肝臓 26,576人	子宮 34,120人

日本人の**2人に1人**が、がんにかかる
といわれています。

7

日本における主ながん原因

がんには、予防可能なものもあります



※1 その他の要因とは、放射線、紫外線、発がん性化学物質、大気汚染、遺伝などの要因や、未特定の要因を含む
出典 M.Inoue, et al. Attributable causes of cancer in Japan in 2005-systematic assessment to estimate current burden of cancer attributable to known preventable risk factors in Japan. Annals of Oncology 23: 1362-9,2012

8

日本人のためのがん予防

国立がん研究センター 予防研究グループ「日本人のためのがん予防法」より

食事

食塩は1日当たり男性8g・女性7g未満に。

特に、高塩分食品(例えば塩辛、練りうになど)は週に1回未満に控えましょう。



野菜・果物を1日400g

例えば野菜を小鉢で5皿、果物1皿くらいはとりましょう。



ハム・ソーセージ・ベーコンなどの加工肉、牛・豚・羊などの赤肉の摂取は1週間に500gを超えないように。

ただし、高齢の方など、控えすぎによる貧血や低栄養に注意しましょう！

飲食物を熱い状態でとらないようにしましょう。



9

しあわせ信州

日本人のためのがん予防

国立がん研究センター 予防研究グループ「日本人のためのがん予防法」より

身体活動

歩行またはそれと同等以上の強度の運動を1日合計60分息がはずみ汗をかく程度の運動を週に60分程度行う。



体型

BMIが以下の範囲内になるよう体重を管理する。

※BMI＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

中高年期男性 : 21～27

中高年期女性 : 21～25



感染

地域の保健所や医療機関で、一度は肝炎ウイルスの検査を受けましょう。

機会があればピロリ菌感染検査を受けましょう。



10

しあわせ信州

がんを防ぐための新12か条

公益財団法人 がん研究振興財団

1. たばこは吸わない
特に、新たに吸いはじめない
2. 他人のたばこの煙を
できるだけ避ける
3. お酒はほどほどに
健康的に楽しみましょう
4. バランスのとれた食生活を
いどり豊かな食卓にして
5. 塩辛い食品は控えめに
胃や食道をいたわって
6. 野菜や果物は豊富に
緑黄色野菜をたっぷりと
7. 適度に運動
いい汗、流しましょう
8. 適切な体重維持
9. ウイルスや細菌の
感染予防と治療
一度は肝炎ウイルスの検査を
10. 定期的ながん検診を
検診は早期発見に有効です
11. 身体の異常に気がいたら
すぐに受診を
12. 正しいがん情報で
がんを知ることから



しあわせ信州

11

国が定めるがん検診

(がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針)

胃がん検診 50歳以上 / 2年に1回

問診+ 胃部エックス線検査 … バリウム(造影剤)を飲み、エックス線で胃を撮影します。
又は
胃内視鏡検査 … 胃の中を内視鏡で直接観察する検査です。

大腸がん検診 40歳以上 / 年1回

問診+ 便潜血検査 … 便の中の血液反応から、大腸内の出血の有無を調べます。

肺がん検診 40歳以上 / 年1回

問診+ 胸部エックス線検査 (+ 喀痰細胞診 … 主に喫煙者が対象)
肺全体をエックス線で撮影します。 痰の中のがん細胞の有無を、顕微鏡で観察します。

乳がん検診 40歳以上 / 2年に1回

問診+ マンモグラフィ検査 … 乳房を装置ではさみ、圧迫してエックス線で撮影します。

子宮頸がん検診 20歳以上 / 2年に1回

問診+ 視診+ 内診+ 細胞診 … 子宮頸部の細胞を採取し、顕微鏡で診断します。



しあわせ信州

12

「国が定めるがん検診」に 含まれていないもの(主なもの)

胃がん検診

ペプシノゲン検査
ピロリ菌検査

乳がん検診

視触診単独検査
超音波検査(エコー)



肺がん検診

胸部CT検査

前立腺がん検診

PSA検査

子宮体がん検診

単独の検診

これらの検診は、現時点では死亡率を減らすことがはっきりしないため今のところ『国が定める検診』とはされていません。市町村、職場、人間ドックなどで行われている場合には、早期発見の一つの方法として活用します。



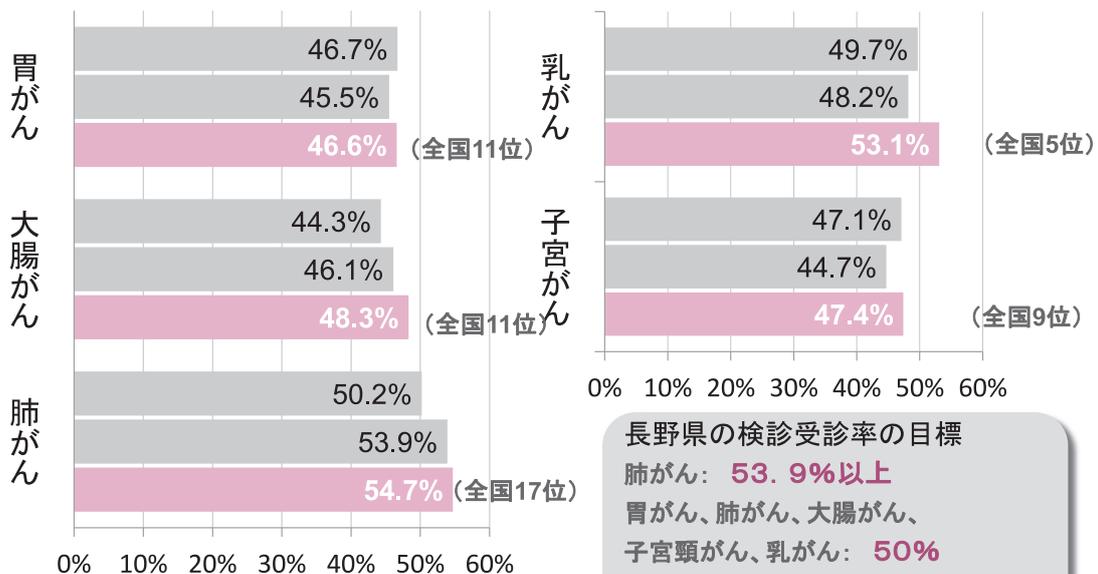
しあわせ信州

13

長野県におけるがん検診受診率

国民生活基礎調査

■ 平成25年 ■ 平成28年 ■ 令和1年



長野県の検診受診率の目標

肺がん: **53.9%以上**

胃がん、肺がん、大腸がん、

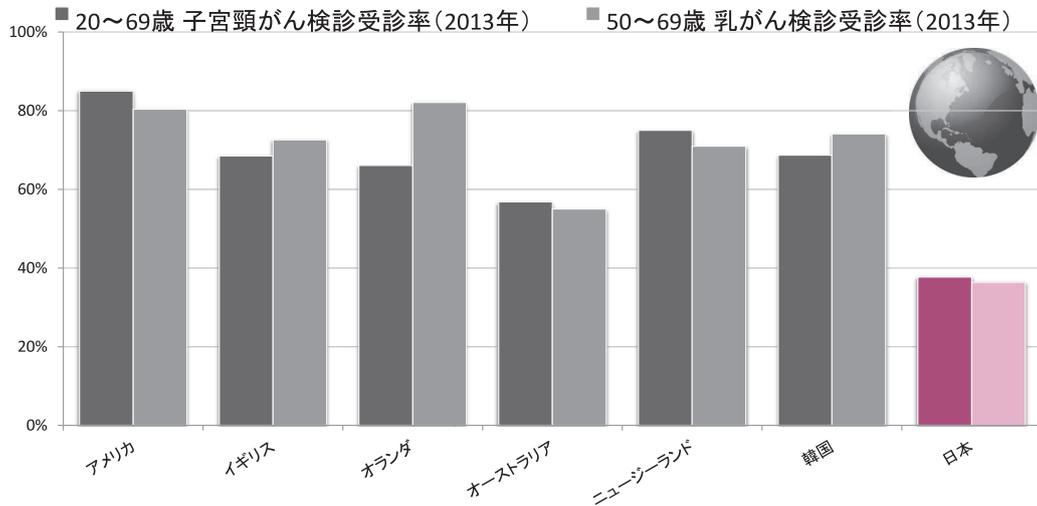
子宮頸がん、乳がん: **50%**

(信州保健医療総合計画)

14

がん検診受診率の国際比較

出典：OECD Health Data 2013

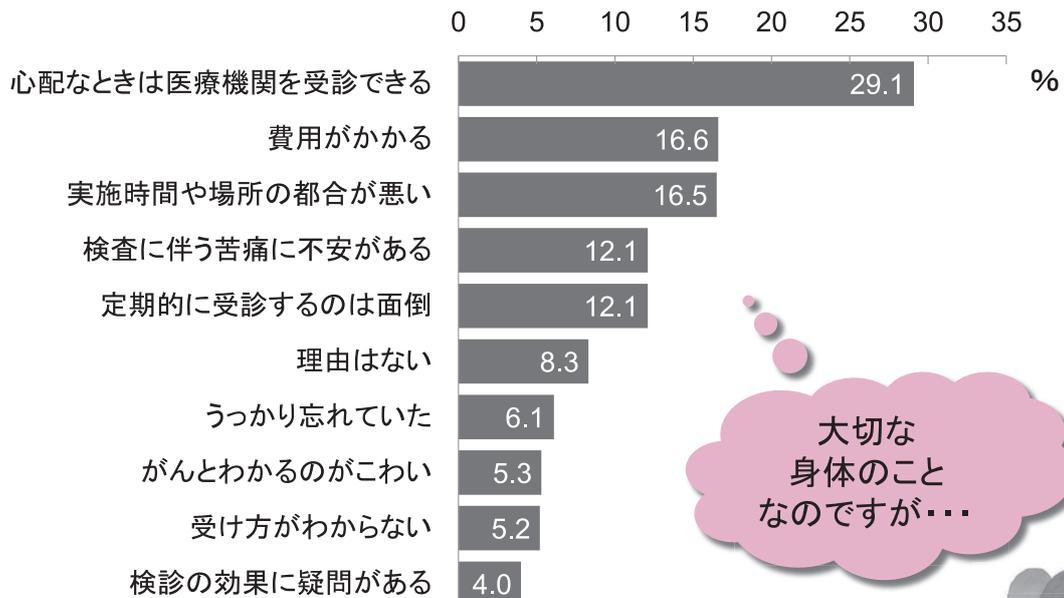


国際的に見て、日本はがん検診の受診率が低く、欧米では減っているがんによる死亡が、日本では増えている要因のひとつとされています。

15

がん検診を受けない理由

平成28年度 長野県調査による

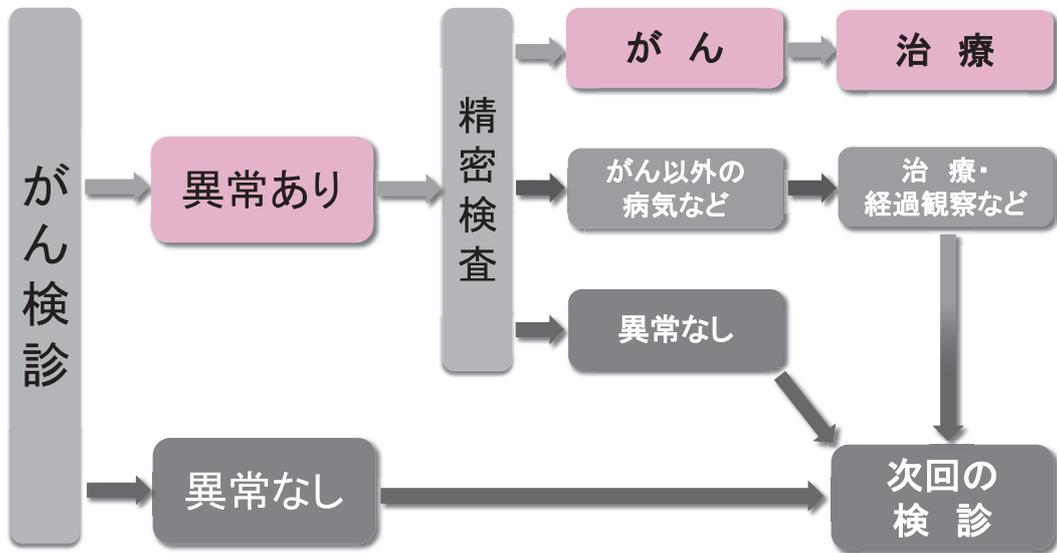


大切な
身体のこと
なのですが・・・

16

しあわせ信州

がん検診の流れ



がん検診の受診方法や費用については、お住まいの市町村やお勤め先で確認してください。

17

がんの緩和ケアについて

国立がん研究センターがん対策情報センター



がん療養中の体や心のつらさ

がんと診断され、ひどく落ち込む、落ち着かない、眠れない
 治療による食欲不振、吐き気などの副作用
 がんの進行による、痛みや吐き気、食欲不振、だるさ、
 気分の落ち込み、孤独感など

緩和ケアにより、
 これらを改善・解消し、
 生活の質を
 維持・向上する

緩和ケアは、がんと診断されたときから行う
 体と心の痛みを和らげるためのケアです。

18



しあわせ信州

長野県のがん対策

がん予防・がん検診

- ・ たばこ対策、食生活改善 など
- ・ がん検診の受診率を上げる
- ・ 市町村等のがん検診の精度を向上
- ・ 企業連携を通じた職域への働きかけ

<目標>

がん予防・がん検診の充実
患者本位のがん医療の実現
共生社会の構築

がん医療

- ・ がんの治療に関する医療機関の連携を進める
- ・ がんの治療の質の維持・向上のため現地調査を実施

治療と就労の両立支援

- ・ がん相談支援センターに社会保険労務士を派遣、就労相談
- ・ 企業向けの啓発活動

がん登録

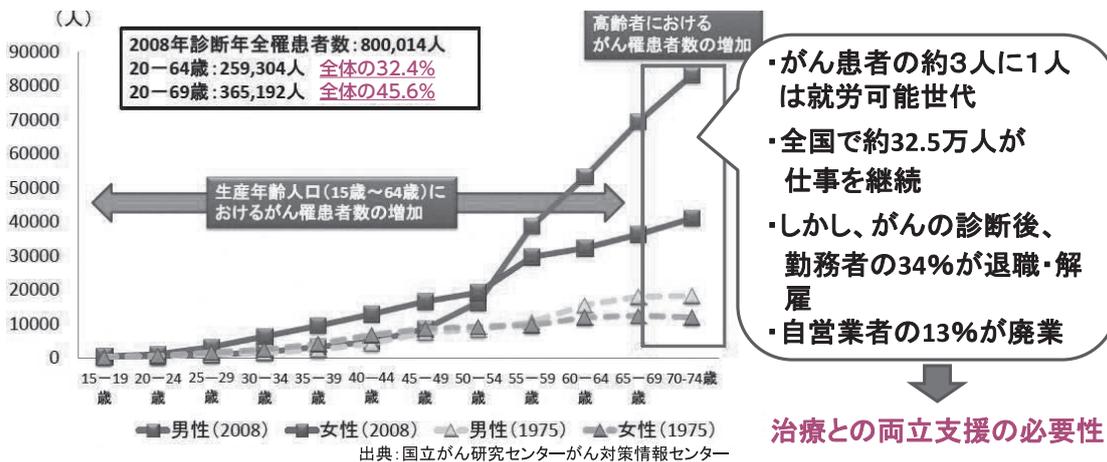
- ・ がんにかかった方の情報を収集して、対策に役立てる



19

しあわせ信州

がん治療と就労の両立支援



長野県の取組み

- ・ 拠点病院等へ定期的に社会保険労務士を派遣し、相談支援を強化
- ・ 企業経営者、人事担当者への普及啓発のため、セミナーを開催
- ・ 長野労働局を中心とした対策チームに参加、関係機関との連携強化

20

- ・小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 文部科学省
- ・中学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 文部科学省
- ・高等学校学習指導要領 (平成 30 年告示) 文部科学省
- ・小学校学習指導要領 解説 体育編 (平成 29 年告示) 文部科学省
- ・中学校学習指導要領 解説 保健体育編 (平成 29 年告示) 文部科学省
- ・高等学校学習指導要領 解説 保健体育編・体育編 (平成 30 年 7 月) 文部科学省
- ・学校におけるがん教育の在り方について報告 (平成 27 年 3 月)
「がん教育」の在り方に関する検討会
- ・外部講師を用いたがん教育ガイドライン (平成 28 年 4 月) 文部科学省
- ・小学校版 がん教育プログラム 補助教材 (平成 29 年 3 月)
株式会社キャリアリンク (文部科学省委託事業)
- ・中学校・高等学校版 がん教育プログラム 補助教材 (平成 29 年 3 月)
株式会社キャリアリンク (文部科学省委託事業)
- ・がん教育推進のための教材 ((平成 28 年 4 月 (平成 29 年 6 月一部改訂)) 文部科学省
- ・学校におけるがん教育の考え方・進め方 (平成 30 年)
植田誠治編著 物部博文・杉崎弘周著 大修館書店
- ・学校におけるがん教育の手引き (平成 31 年 2 月) 新潟県教育委員会
- ・がん教育における配慮事項ガイドライン (令和 2 年 2 月)
一般社団法人 全国がん患者団体連合会
- ・令和元年度 児童生徒の食に関する実態調査の結果について
長野県教育委員会保健厚生課・長野県学校保健会栄養教諭・学校栄養職員部会
- ・長野県健康福祉部 保健・疾病対策課 資料

- がん患者や専門的な知識を有する外部講師紹介に関する相談
- 本誌に対する質問等ございましたら、下記へ問い合わせください。

長野県教育委員会事務局
保健厚生課 保健・安全係
TEL 026-235-7444

「がん教育外部講師リスト」は、長野県教育委員会ホームページ（学校保健，給食，安全／長野県教育委員会で検索）に掲載されています。詳細については以下のURL又はQRコードより検索してください。



「がん教育 外部講師リスト」

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kyoiku/kyoiku/hoken/index.html>

<関連リンク>

「長野県のがん情報」（健康福祉部 保健・疾病対策課）

<https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/gan/index.html>

※「長野県ホームページ」→「健康・医療・福祉」→「長野県のがん情報」

※令和3年2月現在

＜がん教育手引き作成委員＞

委員	中信教育事務所 主任指導主事	山口 直行
委員	県健康福祉部 保健・疾病対策課 課長補佐兼がん・疾病対策係長	唐木 英司
委員	保健厚生課 指導主事	高橋 和子
委員	保健厚生課 指導主事	小田切 優美
委員	保健厚生課 指導主事	三井 将志

＜がん教育推進会議委員＞

医師会代表	長野市県医師会	若松 俊秀
歯科医師会代表	長野県歯科医師会 副会長	山岸 光男
薬剤師会代表	長野県薬剤師会 副会長	長谷部 優
行政担当者	県健康福祉部 保健・疾病対策課長	西垣 明子
行政担当者	県健康福祉部 保健・疾病対策課 がん・疾病対策係	丸山 裕己子
がん経験者代表	NPO法人キャンサーネットジャパン認定 乳がん体験者コーディネーター	小口 浩美
P T A代表（義務）	長野県P T A連合会母親代表理事	松田 愛絵
P T A代表（高校）	長野県高等学校P T A連合会副会長	片桐 忠広
校長代表（義務）	長野市立東北中学校校長	加瀬 浩明
校長代表（高校）	須坂創成高等学校校長	西澤 国之
教員代表（小学校）	上田市立神川小学校教諭	齋藤 宏理
教員代表（中学校）	中野市立高社中学校教諭	佐藤 雅敏
教員代表（高等学校）	野沢南高等学校教諭	齋藤 恭兵
教員代表（高等学校）	諏訪清陵高等学校講師	加賀見 一輝
養護教諭代表	諏訪清陵高等学校養護教諭	林 幸子
県教育委員会事務局	保健厚生課長	宇都宮 純
	保健厚生課 課長補佐兼保健・安全係長	下倉 幸江
	保健厚生課 指導主事	小田切 優美
	保健厚生課 指導主事	三井 将志

＜がん教育推進会議アドバイザー＞

信州大学医学部	包括的がん治療学教授	小泉 知展
---------	------------	-------

＜がん教育手引き作成アドバイザー＞

聖心女子大学	現代教養学部教育学科教授・副学長	植田 誠治
--------	------------------	-------

「がん教育の手引き 別冊」

発行年月 令和3年2月

発行者 長野県教育委員会

〒380-8570

長野県長野市大字南長野字幅下 692 - 2

電話 026 - 232 - 0111

**がん教育の
手引き 別冊**