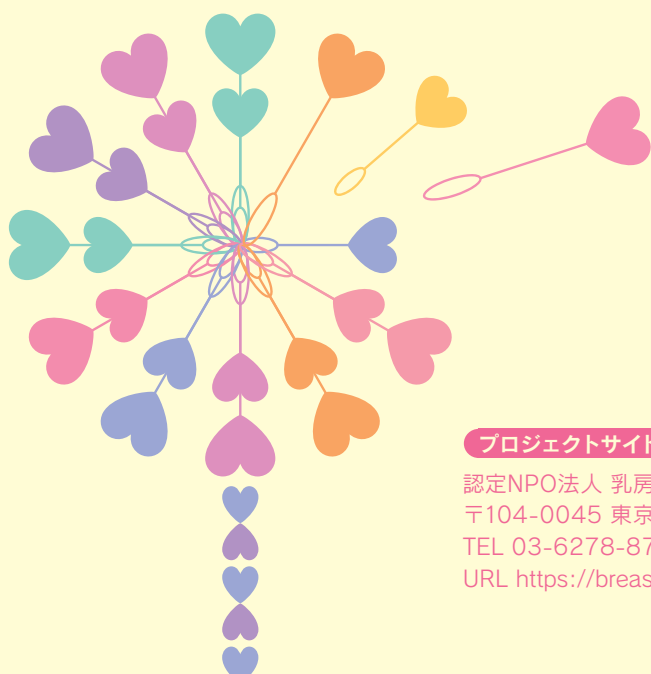


 ピンクリボンアドバイザーによる
がん教育プロジェクト

授業展開案

2021年度版



プロジェクトサイト <https://www.cancereducation.jp/>

認定NPO法人 乳房健康研究会

〒104-0045 東京都中央区築地1-4-8 築地ホワイトビル1002

TEL 03-6278-8720 FAX 03-3545-6545

URL <https://breastcare.jp/>  education@breastcare.jp

 JAPAN SOCIETY
OF BREAST HEALTH



 ピンクリボンアドバイザーによる
がん教育プロジェクト

授業展開案

ピンクリボンアドバイザーによるがん教育プロジェクト	2
授業の概要	3
授業展開案	
①はじめに	4
②がんから自分を守るために	5
③がんにかかると、どうなるの?	7
周りの人にできることは?	
④-A ワークタイム<クイズ版:中学>	11
④-B ワークタイム<シート版:高校>	13
⑤おわりに	14

ピンクリボンアドバイザーによるがん教育プロジェクト

ねらい

- がんでない人も、がんになった人も、すべての人がかけがえのない命を大切にして、自分らしく暮らせる社会の実現を目指します。
- ピンクリボンアドバイザーがん教育認定講師*が中学校・高等学校に赴き、授業を行います。がんの経験談を通して、生徒の健康意識の向上、未来の検診受診率アップ、がん患者を支えることにつながります。
*ピンクリボンアドバイザーの中のがん経験者を対象とした、所定の研修を受講した人が認定されます。
- 授業を受けた生徒に「ジュニアピンクリボンアドバイザー認定証」を進呈。ジュニアピンクリボンアドバイザーに認定することで、自身の健康、さらに周囲への健康啓発のモチベーションアップを図ります。
- 保護者世代の健康意識の向上、がん検診受診率アップにつながります。
- がん経験者がその経験を活かして社会に貢献する様子から、困難を乗り越え自分らしく生きる人生の在り方を伝えます。

特 長

- がんの経験談を通して、がんとの向き合い方、健康や命の大切さ、他者への思いやりと支え合うことの大切さ、がんになっても自分らしく生きることを伝えます。
- このプロジェクトの授業内容は「がん教育」のガイドラインに基づいて作成されています。
- 医師の監修による啓発冊子を活用し、がん全般の正しい知識が学べます。
- 健康に対して主体的に考えることができるように、問いかけやワークを盛り込んでいます。
- 授業を受けた生徒に「ジュニアピンクリボンアドバイザー認定証」を進呈し、周囲への健康啓発モチベーションをアップ。保護者世代の健康意識の向上とがん検診受診率アップにつながります。
- 講師はがん経験を持ち、がん教育講師としての研修を修了したピンクリボンアドバイザーです。

ピンクリボンアドバイザーとは

認定NPO法人乳房健康研究会が主催する認定制度で、乳がんの検診、治療など、乳がんについて学び、試験を受けて認定されます。乳がんから自分を守る、家族や友人と乳がんについて話す、仕事仲間に検診をすすめる、など、乳がんを正しく理解し一人ひとりに寄り添うやさしい社会を目指して、全国で約7,000人が啓発活動を行っています。



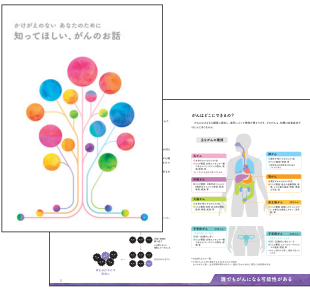
授業の概要

対 象 中学校、高等学校 *女子校、男子校、共学を問わず実施します

時 間 1時限(50分)

テーマ がんについて、一緒に考えよう ～がん経験者とともに～

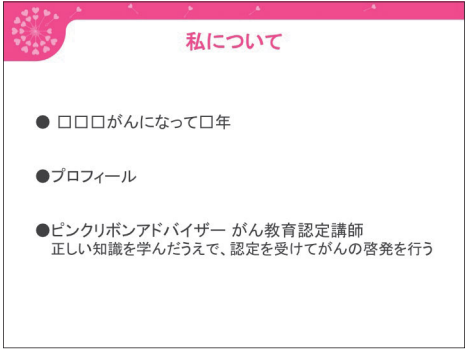
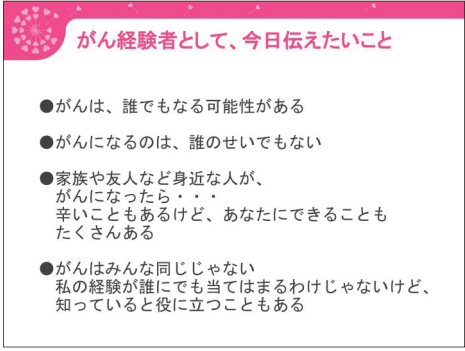
内 容

目 安	内 容	教 材
5分	①はじめに •今日のテーマに関心を持ってもらうための導入と、講師の自己紹介。	説明スライド 
10分	②がんから自分を守るために •がんはどうしてできるのか、がんから自分を守るためにできること（リスクを減らす生活習慣、検診の大切さ等）を伝える。 •人とのかかわりの中で健康を考えるワーク。	
20分	③がんにかかると、どうなるの？ 周りの人にできることは？ •がんの経験談（発見～治療、治療期間中の気持ち、家族や周りの人とのエピソード等）により、患者の気持ちや望みを伝える。 •がん患者に、周りの人がどんなサポートができるかを考えるワーク。	啓発冊子 
7分	④ワークタイム — A:クイズ【中学】 — •今日学んだことのおさらいとして、健康クイズにチャレンジ。 — B:シート記入【高校】 — •ワークシート(啓発冊子P10)を使い、がんについて考える。 *人数が多い場合はクイズに変更 •「メッセージカード」に記入して、家族等に渡してもらう。	メッセージカード 
3分	⑤おわりに •「ジュニアピンクリボンアドバイザー認定証」を全員に進呈。自分の健康を守ること、周りの人へ伝えることの大切さを印象付ける。 •今日学んだことのポイントを紹介する。	ジュニアピンクリボンアドバイザー認定証 
5分	フリータイム •授業の感想を聞く 等	

*基本となる授業展開案をもとに、各学校のご要望に合わせてアレンジいたします。

①はじめに (5分)

●今日のテーマに関心を持ってもらうための導入と、講師の自己紹介。

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
5分		講師作成 先生からの紹介後、ご挨拶。 「こんにちは。ピンクリボンアドバイザー がん教育認定講師の□□□□です。 がんは、皆さんにとっては自分のことじゃないという感じだと思いますが、どんな人も、自分や家族が、がんなどの病気になる可能性があります。 病気は、自分ではどうしようもないことかもしれないけど、自分や周りの人の健康を守るために、皆さんにもできることはいっぱいあります。今日は、がんについて皆さんと一緒に考えていきたいと思います。」	
		講師作成 導入として、今日の話を身近に感じてもらうため、その地域でのピンクリボンイベントを例に出して紹介。 「この間、こんなイベントがありましたね。知っている人は？皆さんは、ピンクリボンという言葉聞いたことはありますか？聞いたことがある人は？(挙手) ピンクリボンは、乳がんを啓発するシンボルマーク。 □□県でも、さまざまな啓発活動が行われています。見たことがあるものも、あると思います。 乳がんも、がんのひとつです。」	●学校がある地域でのピンクリボン関係のイベントを紹介。多くの人が目にするようなものを例示。写真を掲載する場合は、主催団体の許可を得る。
		WORK 「今日はがんについてのお話をしますが、皆さんにとって、がんって、どんなイメージですか。」 生徒に答えてもらう。 生徒の反応を受けてコメント。 「いろいろな意見が出てきましたね。 自分ががんになるなんて、考えたくないですね。私もそうでした。少し私のことをお話しますね。」	●生徒のがんのイメージは、間違っているものもある。ここでは正さないが、後で関連する内容のところに来たら、間違いを正すような発言を行う。
		講師作成 どういう人が、どういう立場で、何のために来ているのかを、簡単に生徒に伝える。 (がん経験者で、がんを伝える活動をしている人) ●がん経験者であること(何がんか、罹患からどのくらい経っているか、など) ●プロフィール(住んでいる地域、子どもの有無・学年、仕事など) ●ピンクリボンアドバイザー、がん教育認定講師とは何か	●学校の近辺の自治体に住む、皆さんと同じくらいの子どもがいる、など、相手に合わせた話を盛り込む。 ●プロフィールは、経験談に関わることにとどめる。
		「がんにかかるのは、日本では2人に1人。ここにいる皆さんの半数がかかる可能性がある病気です。 ●がんは誰でもなる可能性があります。 ●「私が心配をかけたから親ががん」と思うお子さんがいますが、がんは誰のせいでもありません。 ●身近な人ががんになったら、辛いこともあるけど、あなたにできることもたくさんあります。 ●私の経験が誰にでも当てはまるわけではないけど、知っていると役に立つことも。がんを怖いと思わないで、向き合ってください。今日の話を、がん以外の病気やけが等、色々な場面で参考にしてもらえたら嬉しい。」	●多感な生徒たちを怖がらせない、安心させるような説明を行う。 ●学校に小児がんの生徒がいる、家族ががんで亡くなった生徒がいる、等の場合があるので、事前に学校に確認、配慮する。

②がんから自分を守るために（10分）

- がんはどうしてできるのか、がんから自分を守るためにできること（リスクを減らす生活習慣、検診の大切さ等）を伝える。
- 人とのかかわりの中で健康を考えるワーク。

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
5分		「がんとどんなふうに向き合ったらいいのか、まず、がんから自分を守るためにどうしたらいいか、一緒に考えていきましょう。」	
		WORK 「まず、あなたの体は誰のもの？ということですが…」 生徒に答えてもらう。 「もちろん自分のものですね。大切な自分の体は、自分でしっかり守りましょう。」	
		WORK 「では、健康について、人とのかかわりの中で考えてみましょう。もし、あなたががんになったら、どんな人に影響があるでしょうか。」 生徒に答えてもらう。 「では、10年後、20年後、大人になったあなたの場合は？」 生徒に答えてもらう。	
		WORK 「現在・将来とも、多くの人とかかわりあいながら生活しています。あなたががんになったら、周りの人にどんな影響があるでしょうか。」 生徒に答えてもらう。 <現在の例> 家族が悲しむ、お母さんが看病のために会社を休む・やめる、兄弟が部活をやめる、等 <将来の例> 仕事が滞る・やめる、パートナーが仕事を休む、経済的に困る、等 「健康は自分だけの問題ではありません。自分のためにも。周りの人のためにも。みんなで健康を大事にして、支え合っていきたいですね。」	

③がんにかかると、どうなるの？周りの人にできることは？(20分)

- がんの体験談(発見～治療、治療期間中の気持ち、家族や周りの人とのエピソード等)により、患者の気持ちや望みを伝える。
- がん患者に、周りの人がどんなサポートができるかを考えるワーク。

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
5分	がんにかかると、どうなるの？ 周りの人にできることは？	「がんにかかると、どんな症状があつて、どんな治療をするのでしょうか。 患者にとって、どんなことが支えになるのでしょうか。 周りの人には何ができるのでしょうか。」 症状や治療は、がんの種類によっても違いますし、同じがんでも個人によって違います。また、感じ方は人それぞれです。今日は私の場合のお話をしながら、皆で考えていきたいと思います。」	●今日の話がすべてのケースに当てはまるわけではないことを伝える。
	●がん発見のきっかけ ●診断を受けるまでの気持ち ●がんと診断されたときの気持ち	講師作成 がん発見のきっかけ、診断を受けるまでの気持ち、診断されたときに感じたこと、等をわかりやすく説明。 「これからがんの発見・治療の話をしませんが、皆さんは、どんな場面で、どんなサポートができるか、考えながら聞いてください。まず発見は…」	●厳しすぎる現実を知らせる必要はない。つらい話で落ち込ませないように注意する。
	手術 放射線 薬物 手術によってがんを取り除く 放射線を照射し、細胞の遺伝子を壊して、がん細胞を死滅させる 薬によって、がん細胞の増殖を抑える(点滴、注射、服用等) 単独、または複数の治療法を組み合わせる	「がんの治療法は、主に3つ(手術療法、放射線療法、薬物療法)で、がんの種類や状態などにより、単独、または複数の治療法を組み合わせで行います。がんの治療法の基準となる「標準治療」をもとに、患者さんの年齢やライフスタイル、手術や薬物療法に対する考え方や希望をふまえて、患者さんと医療者が一緒に治療法を選択していきます。」	
	●治療のプロセス・かかった時間 ●生活への影響 ●治療後の生活	講師作成 治療のプロセス・かかった時間、生活・仕事への影響、治療後の生活、等をわかりやすく説明。	●標準治療以外のことは言及しない。実際に行っていても、その部分は今回の授業では話さない。

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
8分	身近な人が、がんに。 あなたは、そのことを知りたい？ 知ったら、どう感じる？ 知りたくないのは、なぜ？ どうしたら、向き合えるようになる？	WORK 「ここからは、皆さんに考えてもらいます。 親など、あなたの身近な人ががんになったとしたら、あなたは そのことを知りたいと思いますか。 知ったら、どう感じるでしょうか。 知りたくないとしたら、それはどうしてですか。どうしたら、 向き合えるようになるでしょうか。」 生徒に答えてもらう。 「嫌だし、怖いですね。でも、あなたにはできることはいつ ばいあります。」	
	身近な人が、がんに。 あなたには何ができる？	WORK 「あなたの身近な人ががんになった場合、どんなサポートが できるでしょうか。」	
	身近な人が、がんに。 あなたには何ができる？ たとえば、お母さんががんになったら・・・ お母さん(がん患者) 時間を気にしないで 病院に行ける お父さん 子ども 買い物に行く ご飯を作る 洗濯物を取り込む 弟や妹の世話をする 等 患者にとって、ちょっとしたことが嬉しい	WORK 親ががんになった時の例を紹介。 「たとえば、お母さんががんになったら、家族がちょっとした お手伝いをしてくれることで、時間を気にしないで病院に行 けます。些細なことでも、とても嬉しいものです。」	
	身近な人が、がんに。 あなたには何ができる？ 家族ががんになった場合 周りの人ががんになった場合	WORK 「あなただったら、誰を、どんなふうにサポートしますか。 家族がなった場合、周りの人がなった場合について、具体的 に考えてみましょう。」 グループ、または隣の人と話し合い、発表してもらう。	

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
5分	 これがあったから、 治療に前向きになれた ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□	講師作成 「ここからは、私が治療の時に支えになったことを紹介します。」 治療期間中に、前向きに治療に取り組むことができたエピソードを紹介。 ・どんな場面で、誰と、どんなことがあったか、どんな気持ちでしたか <例> 子どもが支えになった、待っててくれる人がいると思うと頑張れた	●エピソードから生徒が学べる内容がある、ちゃんとポジティブに向き合えるような内容に。(以下のスライドも同じ)
	 <家族が>支えてくれた ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□	講師作成 家族の誰が、どんなふうに支えてくれたか、どんな気持ちでしたか、実際のエピソードを交えて紹介。	
	 <周りの人>が支えてくれた ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□	講師作成 周りの人(友達、近所の人、親戚、その他)の誰が、どんなふうに支えてくれたか、どんな気持ちでしたか、実際のエピソードを交えて紹介。	
	 <職場>で支えてくれた ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□	講師作成 【高校のみ】 職場の人(上司、同僚、取引先、顧客、その他)の誰が、どんなふうに支えてくれたか、どんな気持ちでしたか、実際のエピソードを交えて紹介。	
	 <経済的に>支えてくれた ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□ ● □□□□□□□□□□□□□□□□	講師作成 【高校のみ】 経済的な面で、どんなことがあったか、どんな気持ちでしたか、実際のエピソードを交えて紹介。 (例) 高額療養費制度、傷病手当金、会社の制度が利用できた、手当が出て助かった、仕事を休んで収入が減ったが保険に入っていてよかった、保険が適用されなかった、等	●治療中は経済的に苦しくなること、備えておくこと、様々な制度が利用できることを伝える。

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
2分	その情報、ホントに正しいの？ ● 情報に惑わされていないか ● フェイクニュース ● 個人の意見 ● 商品・サービスの販売 ● アクセス数を稼ぎたい 等 ● 自分に都合のいい情報を集めていないか ● 情報を検索して不安になる ▶ どんどん自分に都合のいい情報のみを集めて、科学的に正しい情報を排除してしまう ● 正しい情報へのアクセスの仕方を学ぶことも大切 ● その情報には、科学的根拠があるか？見極める	「世の中には様々な情報が溢れていますね。テレビ、インターネットのホームページ、ライン、ツイッター、フェイスブックなど、いろいろな情報があります。でも、それって、本当に正しいのでしょうか？様々な情報の中には、嘘のニュースや、個人の意見に過ぎないものもあります。情報に惑わされないように。 また、不安になって検索して、どんどん自分に都合のいい情報を集めてしまう場合も。その情報には、科学的根拠があるか？見極めるようにしましょう。」	
	正しいがん情報を得るなら 国立がん研究センターがん情報サービス https://ganjoho.jp 	「様々なホームページがありますが、がんに関する正しい情報は、まず「国立がん研究センター」のホームページをみましょう。」	
	正しい情報を伝えるために ● 「学ぶ」＋「伝える」＝ ピンクリボンアドバイザー  正しい知識を学び、試験を受けて認定。乳がんの啓発を行う。乳がんによさしい社会を目指す。現在7,000人が活動。 自分の健康を守るために、正しい知識を身に付ける。家族や友達等、周りの人にも伝える。 あなたにも、そんな存在になってほしい。	「私たちピンクリボンアドバイザーは、正しい知識を学び、伝える活動を行っています。例えば、乳がんになったかもしれないと心配な時、何科に診察に行ったらいいかを知らない人も多いのですが、そんな時に、的確なアドバイスを行っています。乳がんによさしい社会を目指し、現在7,000人が活動しています。」 「皆さんにも、自分の健康を守るために正しい知識を身に付けて、そして周りの人に伝える存在になってほしいと思います。」	● ピンクリボンアドバイザーの勧誘と受け取られないように注意

④-A ワークタイム＜クイズ版：中学＞（7分）

*②③のワークを重点的に取り組む場合は、
④を短縮・カットするなど、時間調整を行う。

●今日学んだことのおさらいとして、健康クイズにチャレンジ。

●「メッセージカード」に記入して、家族等に渡してもらおう。

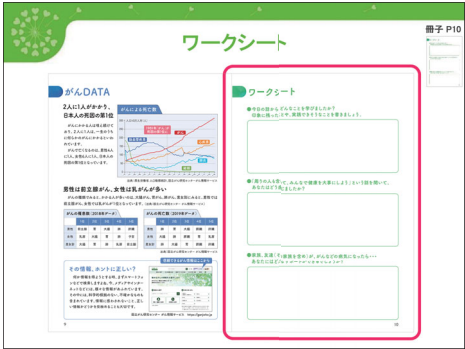
目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
7分		「今日はたくさんのことを学びました。これから、今日のおさらいとして、健康に関するクイズにチャレンジしてもらいます。」	
	Q1 日本では、一生のうちに何らかのがんにかかるのは、何人に1人？ ① 100人に1人 ② 50人に1人 ③ 2人に1人	問いかけて、それぞれの選択肢に挙手してもらう	
	A1 日本では、一生のうちに何らかのがんにかかるのは、何人に1人？ ① 100人に1人 ② 50人に1人 ③ 2人に1人 がんにかかる人は増え続けており、2人に1人は、一生のうちに何らかのがんにかかるといわれています。がんは細胞の複製エラーによってできるもの。だから、誰でもがんになる可能性があります。	「これは、皆さんわかりますよね」「これは難しかったかな？」など生徒の答えに反応する。 回答と解説を紹介。	
	Q2 がんが治る可能性を高めるのは、どれ？ ① 検診を受けて、がんを早期に発見する ② がんの薬は飲まない ③ 症状があっても、すぐには受診しない		
	A2 がんが治る可能性を高めるのは、どれ？ ① 検診を受けて、がんを早期に発見する ② がんの薬は飲まない ③ 症状があっても、すぐには受診しない 発見が早いほど、治る確率が高く、治療によるダメージも少なくて済みます。（治療後の生活や生き方にも影響する）		

目次	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
	Q3 早期発見なら、がんのおよそ何割が治る？ ① 5割 ② 7割 ③ 9割		
	A3 早期発見なら、がんのおよそ何割が治る？ ① 5割 ② 7割 ③ 9割 早期で発見できれば、がんの約9割は治ります。がんは、目立った症状がないまま、体の中でゆっくりと進行していきます。自覚症状がない早い段階でがんを発見するために必要なのが、検診です。大人になったら、がん検診を受けてください。		
	Q4 がんについて正しいのは、どれ？ ① がんはすべて同じ性質を持つ ② がんの治療法は手術だけである ③ がんになっても自分らしく生きることが大切		
	A4 がんについて正しいのは、どれ？ ① がんはすべて同じ性質を持つ ② がんの治療法は手術だけである ③ がんになっても自分らしく生きることが大切 がんになっても、あなたはあなた。あなたの生活や人生で大切なもの（家族や友達、仕事、趣味 等）が失われて、人生ががん一色になってしまうわけではありません。身体が辛いときは無理をしないでください。主治医の指導を受けながら、自分らしい日常や社会生活を送りましょう。		
	メッセージカード 健康や命の大切さ、がん検診のこと・・・ 今日学んだことをカードに記入して、 家族や大切な人に伝えよう。 	健康や命の大切さ、がん検診のこと・・・ 今日学んだことをカードに記入して、家族や大切な人に渡してもらおう。 *時間がなければ、後で記入してもらおう。	

④-A ワークタイム<シート版:高校>(7分)

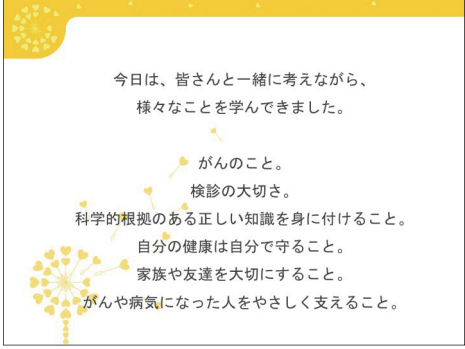
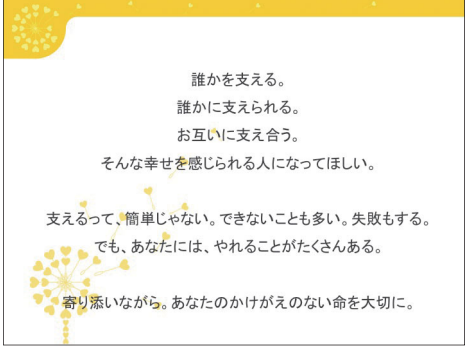
*②③のワークを重点的に取り組む場合は、
④を短縮・カットするなど、時間調整を行う。

- ワークシートを使い、一人一人で、がんについて考える。 *ワークシートが無理な場合は、クイズに変更
- 「メッセージカード」に記入して、家族等に渡してもらおう。

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
7分		「ここまでは皆さん一緒に考えてきましたが、ここからは一人一人考えてもらいます。」	
		「冊子『知ってほしい、がんのお話』10ページのワークシートに、自分の気持ちや考えを記入してください」 冊子は各自持ち帰る(提出しない)ので、自分の気持ちを率直に、箇条書きでいいので記入してもらおう。	●可能ならば、数人に発表してもらい、記入した内容をみんなでシェア。 ●時間がなければ、後日、ホームルームなどで取り上げてもらう。
		健康や命の大切さ、がん検診のこと... 今日学んだことをカードに記入して、家族や大切な人に渡してもらおう。 *時間がなければ、後で記入してもらおう。	

⑤おわりに（3分）

- 「ジュニアピンクリボンアドバイザー認定証」を進呈。自分の健康を守ること、周りの人へ伝えることの大切さを印象付ける。
- 今日学んだことのポイントを紹介する。

目安	スライド	説明内容・コメント要旨	留意点等
3分			
		「ジュニアピンクリボンアドバイザー認定証」を全員に進呈。 「今日からあなたはジュニアピンクリボンアドバイザーです。自分自身の健康を大切にするとともに、周りの人にも伝えましょう。」	
		がんについての冊子を紹介。 「この冊子は、がんとはどんなものか、がんの種類、検診、治療など、がん全般の知識をわかりやすくまとめています。授業では詳しく触れていませんが、後で読んでください。お家の人にも、読んでもらってください。」	
		今日学んだポイントを紹介。 *認定証に記載している内容と同じ	
		支え合うことや、かけがえのない命を大切にしてほしいというメッセージで締めくくる。	