

令和2年度

港区立 赤坂中学校 保健体育科
小島・菅谷

保健分野

第3学年範囲

確認探求問題

基本的に教科書の『中学校保健体育』からの出題となっています。
中には、教科書にない答えも紛れています。調べて考えを深めていきましょう。
答え合わせは、授業再開時に行います。

わからなくても良い！間違えてもいい！だってこれから学ぶことだから！
大切なことは！この自粛の期間にどれだけ知らないことを知るための努力をしたか
『今できることをどれだけ頑張れるかが大切です！！』

3年生は、1年生、2年生の確認探求問題もやりましょう。

今ここが、やらなければいけないとき！勉強の合間にラジオ体操も忘れずに
きっと新2年生は今までのようにしっかりやって提出することでしょう。
期待大！！さあ！教科書を開き！知らなかったことを知っていきこう！
知っていることはより深められるといいね！

年 組 番 氏名

《教科書 P100～P107》

①「喫煙と健康」について述べた次の文において、{ }の中の正しいものを選び、○をつけて答えなさい。また、には、当てはまる言葉を語群から選び、記入しなさい。

たばこの煙には、タール、ニコチン、{ 二酸化 ・ 一酸化 }炭素など多くの有害物質が含まれている。そのため、毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下などの急性影響が現れる。また、長い年月吸い続けると、さまざまな にかかりやすくなる。

喫煙者が喉頭がんや肺がんなど、各種のがんにかかりやすいといわれているのは、{ タール ・ ニコチン }などに含まれている発がん物質ががん細胞をつくり、さらにそれを増殖させ続けるからである。喫煙によるがんの発生率は、が多いほど高く、また、喫煙の開始年齢が低いほど{ 高く ・ 低く }なる。

{ タール ・ ニコチン }には、性があるため、やめたくてもやめられなくなる。また、血管を収縮させる作用もあるため、心拍数を増やしたり、血圧を上げたりする。

このためにへの負担が大きくなる。

胃腸	心臓	興奮	喫煙本数	病気	依存
----	----	----	------	----	----

②次の各文の下線部が正しいものには○を、誤っているものには×を記入しなさい。

- ①酒の主成分はエチルアルコールである。【 】
- ②酒を飲んで酔うのは、筋肉が麻痺するからである。【 】
- ③アルコールは体内に入ると、大腸で分解される。【 】
- ④アルコールは、思考力や判断力を低下させるが、運動障がいはいは起こさない。【 】
- ⑤大量のアルコールを急激に飲むと、急性中毒を起こして 意識障害を引き起こしたり、死亡したりすることがある。【 】
- ⑥常習的な飲酒は肝臓病や脳の病気など、さまざまな病気を引き起こす。【 】
- ⑦未成年者の飲酒は望ましくないが、法律で禁止されているわけではない。【 】
- ⑧未成年から飲酒をしても、アルコールの代謝能力に優れているので問題はない。【 】

③次の文の () に当てはまる言葉を語群から選び、記号で答えなさい。

() とは、() を医療の目的以外で使用したり、法律で禁止されている薬物を一度でも不正に使用したりすることをいう。

薬物は()に直接作用するため、興奮したり、()や妄想が現れたりする。そして、薬がきれたときには、乱用したときの快感を得るため、または薬物の効果がきれたときに現れる、()や吐き気などの苦痛から逃れるため、薬物による効果を強く求める()が現れる。また、薬物を繰り返し使用しているうちに同じ量では効かなくなり、量や回数が増えて、自分の意志ではやめることができなくなる。

また、薬物を手に入れるために強盗をしたり、殺人や交通事故を起こしたりするなど、()全体にも深刻な影響を及ぼすことがある。

ア.社会	イ.幻覚	ウ.肝臓	エ.脳	オ.依存症状
	カ.医薬品	キ.震え	ク.薬物乱用	

④たばこ、酒、薬物を勧められたとき、どのように断るか書きなさい。

《教科書 P118～P123》

①次の各文を読み、正しいものには○を、誤っているものには×を記入しなさい。

- (1)保健所では、乳幼児健康診査や予防接種を行っている。【 】
 (2)保健センターでは、健康相談活動などを行っている。【 】
 (3)風邪や胃痛の場合でも大学病院などの大きな病院で診察してもらうほうがよい。【 】
 (4)自分だけでなく家族の日頃の健康状態や病歴も把握しているような、かかりつけ医を持つことは大切である。【 】
 (5)医療機関には診療所と病院があるが、呼び方がちがうだけで区別は特にはない。【 】

②次の文について、{ }の中の正しいものを選び、○をつけて答えなさい。

- (1)薬の働きには、抗生物質などのように病気の{ 原因・症状 }に作用するものと、解熱剤などのように病気の{ 原因・症状 }に作用するものがある。
 (2){ 主・副 }作用とは、発疹やおう吐、めまいなど薬本来の目的以外の好ましくない作用のことである。
 (3)本来人間が持っている病気やけがを自分で乗り切るために備わっている力を { 自然治癒・抵抗 }力という。

③次の医薬品に関する文について、誤っているものを2つ選び、その理由を書きなさい。

ア.どの薬も食後に飲んだほうがよく効くとは限らない。

イ.カプセル入りの薬は中身を出さずにそのまま飲んだほうがよい。

ウ.錠剤の薬は歯でかみ砕いて飲んだほうが早く効く。

エ.薬を飲み忘れたら、次に2回分飲めばよい。

オ.複数の病院から薬を処方される場合もあるので、飲み合わせの問題や薬によるアレルギーを避けるためにも「お薬手帳」を活用することがのぞましい。

記号	理 由

④次の問いに答えなさい。

(1)次の文の()に当てはまる言葉を語群から選び、記号で答えなさい。

国や地方自治体は、「国民は()で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」という()法の第()条の規定に基づいて、人々の健康を守るためにさまざまな活動を行っている。

国は()法や学校保健安全法などをはじめとする法整備や、保健・医療体制の整備、()の養成などを担い、地方自治体は()や保健センターによる()や健康相談、()などの保健活動を行ったり、体力づくりのための()を開いたりしている。

ア.健康増進	イ.9	ウ.25	エ.保健所	オ.日本国憲	カ.健康
キ.スポーツ教室	ク.予防接種	ケ.医師	コ.健康診断		

(2)健康的な社会を作るためには、行政だけではなく、住民の理解や支援が不可欠である。また、世界中の支え合いも必要で、例えば大震災のときには外国からもたくさんの支援を受け、日本からはNPOやNGOなどの民間団体が支援を必要としている途上国などに出かけるという取り組みもさかんに行われている。では、あなたはどのような形で健康を守るための活動に参加することができるだろうか。今は難しくても将来的にどのようなことをしたいと考えるか、具体的に答えなさい。

《教科書 P160～P165》

①下の図は、現代生活におけるスポーツの意義について表したものである。図の()に当てはまる言葉を語群から選び、記号で答えなさい。

現代生活

現代の生活は、()や経済の発展により、物質的に豊かになり、便利なものになっている。一方、()不足や過度の()なども起こりやすくなっている。

スポーツの果たす役割

現代の生活においてスポーツは、「人々の豊かな()の提供」、「()な心身を育む」、「自己の()を広げ、()の機会を提供」といった重要な文化的意義がある。

()としてスポーツを()するための基本理念として2011年に()法が成立した。

- ア.スポーツ基本
- イ.交流
- ウ.振興
- エ.科学技術
- オ.文化
- カ.運動
- キ.自己開発
- ク.健やか
- ケ.ストレス
- コ.可能性

②次の文は国際的なスポーツ大会が果たす文化的な役割について述べたものである。()に当てはまる言葉を下の語群から選び、記号で答えなさい。

()をはじめとする国際的なスポーツ大会は、スポーツの持つ教育的な意義や()な価値を伝えたり、人々の()を深めたりすることで国際親善や()などに大きな役割を果たしている。

()の参加国・地域数も回を追うごとに増加し、2020年の()においても国や文化などの違いをこえて、人々の相互理解が広がったり深まったりすることが期待できる。

また、()の発達などにより、大会の様子が瞬時に映像などを通して世界中に届けられ、その魅力が伝えられることにより、スポーツがより身近なものとして感じられるようになっている。

- ア.世界平和
- イ.相互理解
- ウ.メディア
- エ.東京
- オ.アテネ
- カ.オリンピック
- キ.倫理的

③次の文の()に当てはまる言葉を答えなさい。

「スポーツ」とは、世界で通用する()であり、共通の()や条件の下で行われるので、さまざまな違いをこえて人々を結びつける力がある。

近年は障がい者の国際的なスポーツ大会である()など、()と同じ会場で開催されて多くの人に親しまれており、世界の人々をつなぐ場となっている。

④運動やスポーツが、人と人とのつながりをつくった例を一つ書きなさい。また、あなたが2021年のオリンピック・東京大会、パラリンピック・東京大会で期待する、人と人とのつながりを書きなさい。