

## 保健課題

### 第1単元 現代社会と健康

- 1 私たちの健康のすがた
- 2 健康のとらえ方
- 3 健康と意思決定・行動選択
- 4 健康に関する環境づくり

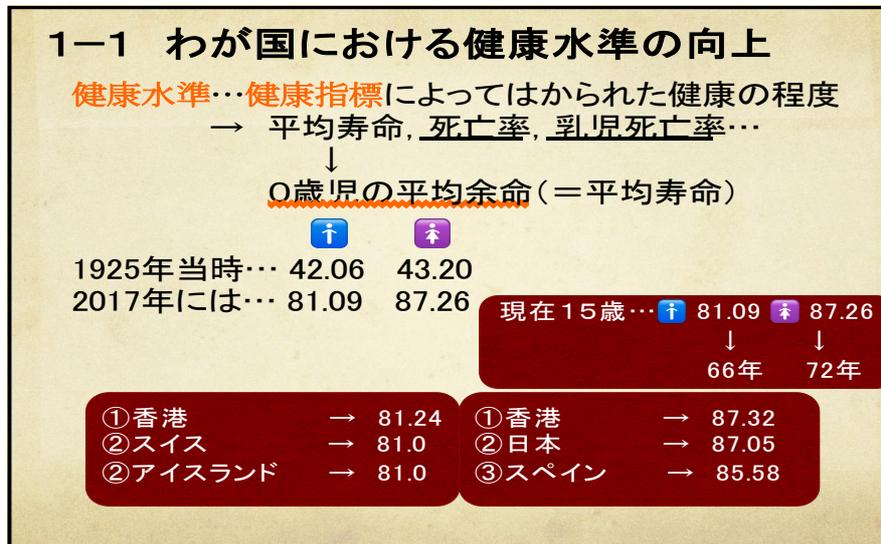
\*ここまでは前回までです！ここから新しい課題内容です！

- 5 生活習慣病とその予防
- 6 食事と健康
- 7 運動と健康
- 8 休養・睡眠と健康

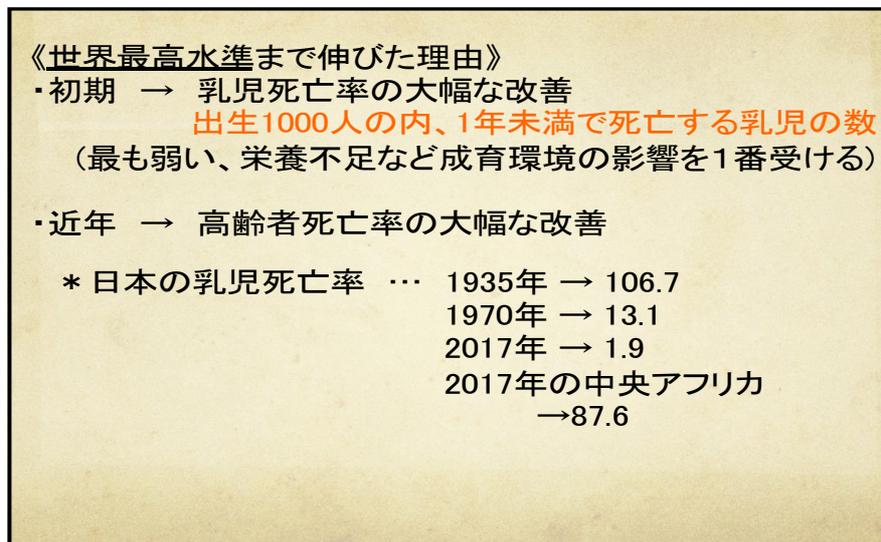
1組～3組は、上記の範囲をしっかりと読み込んでおいて下さい。

4組・5組は、各自の方法で良いので、簡潔にそれぞれをまとめて下さい。

→ まとめ方の正解・不正解はありません。自分が分かりやすいという方法で良いです。ただ、長すぎるとまとめている事にはなりませんので、出来れば教科書2ページ分（1 私たちの健康のすがた は教科書 P6-7 ですが、その2ページ分）をノート表1枚分程度にまとめて下さい。参考までに、授業で使用するスライドを載せておきます。



3



5