

# 中学校 3年 保健体育 【健康な生活と疾病の予防】

## ☆ 調べてみよう！テーマ例

- ・生活習慣病になると体にどのような症状が起こるのだろうか
- ・自分の健康を守るために、どのようなことを心がければよいのだろうか

## ☆ キーワード

生活習慣病・QOL(生活の質)・健康診断・特定健康診査・メタボ検診・がん・依存症・喫煙・発がん物質・副流煙・飲酒・アルコール依存症・ドーピング・薬物乱用

## ☆ 本で調べるには

・総合百科事典ポプラディア第三版

## ☆ さらにくわしく調べるには

書名	出版社	出版年	分類番号
なぜからはじまる体の科学「成長する」編	保育社	2021	491
まるごとわかる！生活習慣病	南山堂	2018	493
よくわかるがんの話①～③	保育社	2019	491
依存症がわかる本 防ぐ、回復を促すためにできること	講談社	2021	493
よくわかる薬物依存 乱用薬物の種類から自分を守る方法まで	PHP研究所	2017	368
世界一やさしい依存症入門 やめられないのは誰かのせい？	河出書房新社	2021	493

## ☆ インターネットで調べるには

Sagasokka !

<https://mottosokka.jp/login>



## ☆ さらにくわしく調べてみよう

検索の言葉	出典	アクセス日
<a href="#">生活習慣病</a>	厚生労働省e-ヘルスネット <a href="https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/">https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/</a>	2024.2.26

## ☆ その他