教科書p.28～29　　　　　　年　　　組　　　番　名前

**１　健康の成り立ち**

**✐知識の確認**　　しっかり理解できたものにチェック☑をつけましょう。

**①主体の要因と環境の要因**

□日本ではかつて、結核や肺炎などの（　　　　　）が死因の上位にありました。しかし、栄養状態や（　　　　　　）の改善、保健・医療水準の向上などによって急激に減少しました。

□現在では、食生活の変化や（　　　　　　）などによって、がん・心臓病・脳卒中といった（　　　　　　　）などが死因の上位を占めるようになっています。

□病気や健康にはその人個人の（　　　　　　　）と、個人を取り巻く状態である

（　　　　　　　）とが関係していることがわかります。

□主体の要因には、体質、性、年齢、抵抗力などの（　　　　）と、運動、食事、休養・睡眠などの生活習慣や行動があります。環境の要因には、物理・化学的環境の要因、生物学的環境の要因、（　　　　　）環境の要因があります。

**②健康の成り立ち**

□健康は、主体と（　　　　）を良好に保つことによって成り立ちます。

□健康を保持増進するためには、自らの行動や身の回りの（　　　　）を健康的なものにすることが重要です。また、行政などがさまざまな情報を提供したり、環境を整えたりするなどの（　　　　　）な取り組みが必要です。

memo