健康な生活と疾病の予防（ウ）生活習慣病などの予防①

保健資料３

中学校 第３学年

３年　　組　　番　氏名（　　　　　　　　　　　　　）

それぞれの空欄に当てはまる語句を記入しましょう

**１　生活習慣と病気**

①（　ア　）病とは、（　イ　）、食事、休養・睡

眠、（　ウ　）、飲酒などの生活習慣が、その発

病や進行に深くかかわる病気のことです。

②右の図Aは、日本人の死亡原因の割合を示して

　います。１、２位に該当する病気は何でしょう。

③右の図Aの３位（全体の9.7%）は、近年増え

　続けています。何という病気でしょう。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ① | ア | イ | ウ |
| ② | １位 | ２位 | ③ | ３位 |

**２　心臓病・脳卒中**

|  |  |
| --- | --- |
| **心臓病** | **脳卒中** |
| 　　　心臓の血管の内側が狭くなっ　　　　　　　て起こる（　エ　）と、血管　　　　　　　が詰まって起こる（　オ　）がある。　 | 　　　脳の血管がやぶれて起こる（　カ　）と、脳の血管が詰まって起こる（　キ　）がある。 |
| エ | オ | カ | キ |

・上記の病気以外にも、生活習慣が大きくかかわっている病気があります。下

　の表をまとめてみましょう。

|  |  |
| --- | --- |
| 高血圧症 |  |
| 脂質異常症（高脂血症） |  |
|  | 血液中に含まれるブドウ糖の量が異常に多くなる |
|  | 動脈（血管）が固くなり、詰まったり、破れやすくなる |