

家庭科 通信

61
2017
Vol.22 No.2
TAISHUKAN

平成30年度
家庭科副教材等の
ご案内……………12



[新しい動き]
消費者契約法改正……………20

◆家庭科室から……………**生命の継承者として～自立するために大切なこと～**

東京家政大学附属女子中学校高等学校 崇田友江 鮫島奈津子……………3

◆エッセイ・和のある暮らし②……………菓子^①の和と洋 石橋富士子……………17

◆DIYでおうち磨き・13……………子どもの秘密基地を作る 末永 京……………18

◆日本家庭科教育学会 第60回大会報告……………22

◆マナー＜面接編＞……………19

[DATA FILE] 厚生労働省「国民生活基礎調査」より……………2

[Key Word] 祖父母手帳／アニサキス……………21

[Question & Answer] スマイルケア食……………26



厚生労働省は2017年6月27日、平成28年「国民生活基礎調査」の結果を公表した。本調査は、保健、医療、福祉、年金、所得等国民生活の基礎的事項を調査するものである。昭和61(1986)年を初年として3年ごとに大規模調査が実施されており、平成28(2016)年は、11回目の大規模調査が実施された。調査のなかの4大項目、①世帯数と世帯人員の状況、②各種世帯の所得等の状況、③世帯員の健康状況、④介護の状況のうち、ここでは②の結果を抜粋して紹介する。なお、平成28年の調査には熊本県は含まれていない。

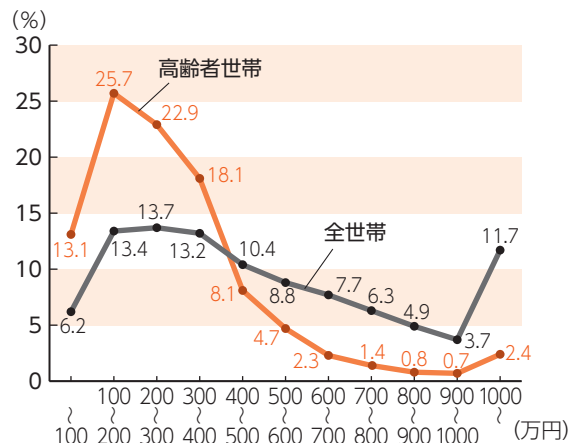
●**平均所得金額の状況** 1世帯当たりの平均所得金額は、全世帯で545万8千円、高齢者世帯で308万4千円、児童のいる世帯で707万8千円となっている。全世帯と高齢者世帯の所得分布は、■①のグラフのとおりである。高齢者世帯では4世帯に1世帯の所得金額が100～200万円であり、全体の約7割が100～400万円の範囲に入っていることがわかる。全世帯では300～400万円が13.7%と最も多く、しだいに割合が減っていくが、一方で1,000万円以上の世帯も11.7%ある。

●**貧困率の状況** 貧困率(相対的貧困率)とは、国民一人ひとりの所得を試算して順番に並べたとき、中央値の人の所得の半分(貧困線)に届かない人の割合をいう。子どもの貧困率とは、18歳未満でこの貧困線を下まわる人の割合をさす。

今回調査の貧困率の状況は■②の表のとおりで、全体では15.6%となっている。子どもの貧困率は13.9%で、2012年の16.3%からは2.4%減少し、12年ぶりに改善した。しかし、経済協力開発機構(OECD)が2014年にまとめた加盟国など36か国の平均13.3%を依然として上まわっている。ひとり親家庭(子どもがいる現役世帯のうち、大人が一人)では50.8%と、2012年比でマイナス3.8%とはいえ、半数以上が貧困世帯となっていることがわかる。

●詳細は、厚生労働省 Web ページ(<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa16/index.html>)で閲覧・ダウンロードできます。

■①全世帯と高齢者世帯の所得分布



■②貧困率の状況

相対的貧困率	15.6 (%)
子どもの貧困率	13.9
子どもがいる現役世帯	12.9
大人が一人	50.8
大人が二人以上	10.7
中央値	245 (万円)
貧困線	122

* 現役世帯とは世帯主が18歳以上65歳未満の世帯。

生命の継承者として ～自立するために大切なこと～

東京家政大学附属女子中学校高等学校 崇田友江 鮫島奈津子

1 はじめに

平成26年に、東京家政大学の研究機関として、女性未来研究所が設立されました。筆者二人は、女性未来研究所の兼任研究員として、本学の青木幸子教授とともに、「現代の中学生・高校生の自立意識と発達課題」を研究テーマに3か年のプロジェクト研究に取り組みました。

研究1年目(平成26年度)は、「現代の中学生・高校生の生活と意識－ライフコースの選択に関与する要因の特徴－」について、若者の家庭生活・学校生活の実態や意識を先行研究の調査結果から把握し、ライフコースの選択に影響を及ぼす要因の特徴を検討しました。2年目(平成27年度)は、前年度の成果を踏まえ、「現代の中学生・高校生の自立意識と発達課題－自立意識に関する調査項目の設定－」とし、私立中高一貫校の男子校・女子校・男女共学校の中学・高校3年生を対象に、生活と自立意識に関する調査を実施しました。3年目(平成28年度)は、その調査結果を通して、中学生・高校生の自立意識と発達課題の傾向や特徴を学校種別に明らかにするとともに、発達課題をクリアするための題材開発を行い、題材の有効性について検証授業を実施しました。

本稿は、その検証授業について報告します。

2 本校の概要

本校は、明治14年、本郷湯島の「和洋裁縫伝習所」から始まり、昭和24年、現在の「東京家政大学」

「東京家政大学附属女子中学校高等学校」となりました。女性の「自主自律」を建学の精神とし、平成28年度には創立135周年を迎えました。「愛情」「勤勉」「聡明」を生活信条に、様々な価値観をもつ人たちが命を育む環境と調和しながら、心豊かに「生きる力」を育てるとともに、人の一生を支え、人の一生に関わる仕事を通して、社会に活躍できる女性の育成を目指しています。

高等学校の家庭科については、平成27年度入学生までは、「家庭総合」4単位(1・2年次2単位)必修で、選択科目(3年次履修)として「食物」「被服」「保育」「家庭経営」を設置していました。しかし、平成28年度入学生より、「家庭基礎」2単位(2年次)の履修となりました。必修科目の授業時間数が減少したことは、家庭科を深く学習する意味においても、また、人の一生を支え、人の一生に関わる、生活分野の専門家育成をめざす大学の附属中学校・高等学校としても、物足りなさを感じています。同様に、生徒からも、「もっと家庭科を学びたい」「家庭科は生きていくことに直結している教科なのに、どうして少なくなったの?」という声を耳にするようになりました。「生きる力」に結びつく大切な教科と認識している生徒がいることはとても嬉しいことであり、そのことを裏づけるように、今年度(平成29年度)の家庭科選択科目の履修者数は増加しました。

「生きる力」を育むことをねらいとする教科として、より多くの生徒が興味関心をもって学べるように、中高一貫教育の利点をいかし、中高の家庭

科教員で話し合いながら、教材開発をはじめ授業計画を立案しています。

3 発達課題の特徴と題材開発

まず調査を実施した私立中高一貫校の男子校・女子校・男女共学校の中学生・高校生の自立の意識と現状について、ハヴィガーストの青年期の発達課題に準じて調査項目を分析した結果、以下の特徴が明らかになりました。

- ①精神的自立については、経済的自立とも関連している部分が多く、親離れの時期が先送りにされている傾向が見られる。
- ②経済的自立については、仕事を選ぶ際、「自分の適性」を重視する傾向が見られたが、社会への関心は低く、キャリア形成への姿勢や意欲・態度の涵養が求められる結果となった。
- ③社会的自立については、良好な人間関係が築けている一方で、性別役割分業については、中学生・高校生ともに反対の意見が多い中、男子校生徒には性別役割分業意識が根強くあることがわかった。
- ④生活的自立については、家事参加率は低く(女子校・男女共学校30%台,男子校10%台),自分自身の身の回りの自立に留まった。
- ⑤性的自立については、身体的・心理的成熟度の意識は、女子校生徒の自覚度合いが低い結果となった。また、援助交際・出会い系サイトへの意識については、女子校・男女共学校生徒の否定的意見に比べ、男子校生徒は肯定的意見が多く、学校種による違いが明らかになった。

以上の調査結果を内閣府やNHKの青年を対象とした調査結果と比較することで、現代の青年前期の若者の発達課題として、男女で明確な違いが見られたのは、性的自立に関する意識でした。そこで、女子校である本校では、援助交際・出会い系サイトへの意識とともに、次世代の命を産む性として、自らの身体を大切にすることを主眼として、題材開発に取り組みました。

4 検証授業の実施に当たって

教育現場における子どもの発達支援は、自立を目指した営みです。したがって、特定の教科や領域に限定した題材ではなく、汎用性のある題材開発を心がけました。しかし、検証授業においては、時期的な問題もあり、筆者が家庭科の担当であること、上記の調査結果から女子中学生の「援助交際・出会い系サイトへの意識」で「わからない」が44.3%という高い割合を占めたこと、中学校・高等学校の年間指導計画の観点からも中学校が適切であると考え、中学校「家庭分野」の題材の中に開発題材を位置づけ、授業実践を行うこととしました。

5 検証授業の実際

1. 題材計画

(1)題材名 A:家族・家庭と子どもの成長

第1章「家族と家庭生活」6. 将来の自分の家族や家庭

使用教材:「新・技術家庭 家庭分野」(教育図書)

(2)題材のねらい

- ①今の自分と家族を見つめることで、これからのよりよい家庭生活について考えるとともに、そのために必要な自立に向けて大切なことを理解させる。
- ②男女はともに、対等な構成員として社会に参加し、男女共同参画社会の実現に積極的に取り組む姿勢を養う。

(3)指導計画

題材名	小題材	目標	配時	実践
将来の自分の家族や家庭	大人になるとはどういうことか?	大人になるために獲得すべき5つの自立について、理解し、自分の将来へつなげる力を養う。	1	実践1
		自立のピラミッドの一番上に性的自立があることの意味を理解し、生命の継承者としての観点を学ぶ。	1	
	性と生命の誕生	生命の誕生のしくみを理解し、産む性としての自覚を培う。 *男女の身体や心の違い(生殖機能の成熟)	1	
		*生命の誕生 受精と出産	1	
		*性衝動の発現と性行動	2	
		*性行動がもたらす結果(妊娠・中絶・性感染症・心に傷を負う)	2	
		*中高生を取り巻く性に関する問題	1	実践2
		*妊娠の徴候(胎児の成長と母体の変化)	1	

(4)対象学年：中学3年X組 女子32名

II. 実践報告

実践1 大人になるとはどういうこと？

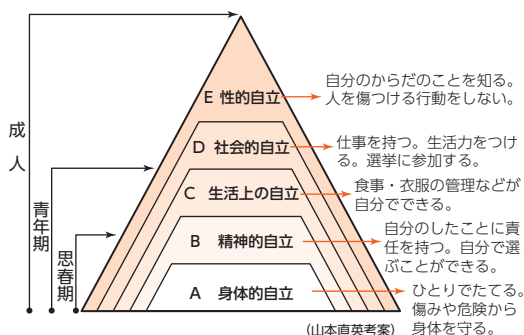
(1)小題材の設定理由

現在、生徒を取り巻く環境は日々変化し、家庭生活も多様化している。中学生の時期の生徒は、家族に依存して生活をしているが、家族を必要だと思ふ反面、家族から干渉を受けずに生活したいという自立心を芽生えさせる時期でもある。本時は、「将来の自分の家族や家庭」の単元の中で、家族の役割を再認識させ、家族の大切さを考えさせるとともに、大人になるために獲得すべき5つの自立(自立のピラミッド)を用いて、自立する(生活の主体者となる)ために必要なことを理解させる。と同時に、学んだことが、自分の生活・将来にいかせるようになることを目標とし、生命の継承者としての観点から、自分の性を理解し、自立のピラミッドの一番上にある性的自立の意味へとつなげていきたい。

(2)本時のねらい

- ①大人になるために獲得すべき5つの自立(自立のピラミッド)について理解し、自立するために必要なことを学習する。
- ②自立のピラミッドに当てはめながら、学んだことを自分自身のことに置き換え、日々の生活や将来の生き方へつなげる姿勢を養う。
- ③生命の継承者としての観点から、自立のピラ

自立のピラミッド



(永野道子監修・山本直英他編「生きる 男と女の自立・共生」実教出版、p.46、1989年)

ミッドの一番上に「性的自立」があることの意味を考えさせ、次時の学習「心と身体の変化(第二次性徴期の発現)」へつなげていく。

(3)授業展開

	指導項目	指導のながれ	資料
導入	1. 大人になるとはどういうこと？	・どんなとき大人になったと感じたか、どんなことができたか、大人か、問いかける。 ・プリントに各自、記入する。 ・ブレインストーミング法で「大人」から連想できるキーワードを各列対抗チョークリレーをしながら、黒板に列記させる。 ・そのキーワードをもとに「大人になるとはどういうことか」を班で話し合い、意見をまとめ発表する。 ・発表を聞き、自分自身の身に置き換えて自立度を点検する。	・プリント ・自立度チェック
展開	2. 自立するために大切なこと 3. 生命の継承者として	・思春期の心身の特徴を確認しながら、大人に向けて自立するために大切なことを自立のピラミッドをもとに考えさせる。 ・自立のピラミッドの中でも、一番上位にある「性的自立」について、生命の継承者としての観点からも学んでいくことを伝える。	・自立のピラミッド
まとめ	4. まとめ	・学習する中で感じた「大人になる」「自立する」ために必要なことを、まとめさせる。	・ワークシート

(4)授業内容

①自立度チェック(%)

		いつも (4点)	だいたい (3点)	たまに (2点)	しない (1点)
A 身体的自立	1 朝一人で起きる	39	35	26	0
	2 ベッドの片付け	32	42	19	6
	3 掃除	39	35	23	3
	4 服の管理	65	19	16	0
	5 服選び	90	10	0	0
	6 服の補修	16	29	26	29
	7 道具の片付け	48	39	10	3
	8 食事の用意	71	13	10	6
	9 服の購入	26	32	23	19
B 精神的自立	1 挨拶	74	23	3	0
	2 冷静	32	39	29	0
	3 したくなくてもやる	39	45	16	0
	4 穏やか	42	48	10	0
C 生活上の自立	1 食事作り	16	26	45	13
	2 食事の片付け	35	16	42	6
	3 ゴミ出し	32	29	19	19
	4 掃除分担	29	29	16	26
	5 買い物の協力	39	23	35	3
D 社会的自立	1 お小遣いの使い道	55	42	3	0
	2 お小遣い不足にならない	35	42	16	6

※個人平均 59.6/80点(74.5%) 最高点73点(91.3%)
最低点48点(60%)

②あなたが考える「大人になる」「自立する」とは
(ワークシート：生徒の感想より抜粋)

A. 身体的自立に関する感想(該当なし)

B. 精神的自立に関する感想

- ・自分のこと、自分の身の回りのことはもちろん、自分の周りにいる人や家族を大切にできる。
- ・人との接し方をしっかりと理解し、自分も他人も大切にできる人を「大人」といい、一人でも生きていける。
- ・まずは、自分自身が精神的に自立することが大切。

C. 生活上の自立に関する感想

- ・自分だけで生活できる、つまり自分の事は自分が責任を持って行えること。
- ・親の力を借りずに生活することができる。

D. 社会的自立に関する感想

- ・成人して、お酒やたばこ、ギャンブルなどの自由を得て、自分自身のことに責任を持つこと。
- ・親離れをし、一人暮らしをすることも大人になるということだと思う。
- ・自分一人できちんと生活を賄っていくこと。
- ・お酒を飲んだり、たばこを吸うことが許されるようになる。大人になったら自分で責任を取るようになる。
- ・自分で働くことができ、お金を稼ぐことができることや責任を持つこと。
- ・社会の一員として、働いて経済的に自立をし、自分の身の回りのことは自分で責任を持って親がいなくてもやっていけるようになること。
- ・自分が自由になる代わりに、その行動に責任を取らなければならない。
- ・子どもの頃にはできなかったことが沢山出来るようになったり、法律上でも大人と認められること。
- ・成人となり、人との関わり方や、人としての礼儀などを知った上で社会に貢献することができる。
- ・自分の行動に責任を持ち、自分で判断し行動できる。
- ・人に頼らず、自分で自己管理をして、政治に関わったり、ギャンブルや競馬などの賭博をしたりすることもできる。
- ・成人式を迎え、働くようになり、自分のお金で好きなことができる。
- ・経済的に自立する、つまり衣食住を自分の稼いだお金で賄うことや精神的に自立する。考え方が違う人とも冷静に話し合える。
- ・大人になるとは、ただ成人になるというわけではなく自立でき、しっかりと社会の一員になることだと思う。
- ・大人になることは、色々なことから解放され自由になる

と思われがちだが、憲法など自分の責任が重くなっていくと思う。

- ・社会人として、責任感、判断力、思いやりなどをもち、周りの人の意見に耳を傾けられる。

E. 性的自立に関する感想

- ・自分の性のことを理解し、新たな命が生まれることへの関心も深めていくことだと思う。
- ・自分の後の世代に受け継いでいく準備ができています。
- ・性的自立をし、結婚をしたり子どもを産んだりして家族を持つようになる。

F. その他の感想

- ・大人になると、子育てや仕事で自由がなくなるのではないかと思いましたが、子どもを産むという選択は自分で選べるのでそれも1つの自由だと思う。
- ・自立するといっても、5段階あり上に行くにつれて自分の責任が重くなっていくと感じた。
- ・単に年齢で区切ることはできない。

(5)まとめ

中学生のこの時期は、親や教員など周りの大人から精神的に自立しようとする時期であり、自分の成長過程を確認し、周りの大人からどのような支援を受けてきたのかを理解することは、自立への一歩となる重要なことである。授業の中で行った自立度チェック(南野忠晴「正しいパンツのたたみ方」岩波書店、p.37, 2011年)、また、授業後の感想から生徒の自立意識を推察すると、「身体的自立」について、自立度チェックの結果は、高得点の割合が高く、すでに獲得している部分が多いことがわかる。そのため、具体的な感想の記述がなかったと思われる。このことは、「身体的自立に」関しては、思春期・青年期の課題としてではなく、すでに獲得しておくべきこととして意識している現れと言える。「精神的自立」「生活上の自立」に関しては、自立度チェックの結果から、青年期までに獲得しておくべき課題として認識し、取り組む努力をしていることが読み取れる。また、「社会的自立」に関しては、学校での学習やキャリア教育、さらに本時の「大人になるとはどういうこと?」という題材に関連付けて、たくさんの記述があった。このことから、「社会的自立」を青年期以降の課題として捉え、今後獲得すべきこととしていることが

考えられる。しかし、「性的自立」に関しては、感想の記述が少なかった。このことは、学校教育の場で、性と自立を結びつける教育の機会が少ないことが関係すると思われる。この結果から、特に女子中学生・高校生に対して、生命の継承者としての観点から授業を展開することの重要性を強く感じる。

実践2 今を生きる～売春する中高生について～

(1)実践2の設定理由

現代社会では、メディアや雑誌、そして、近年では簡単にインターネットやSNSを通じて、多くの情報を入手することができるようになっている。しかし、そのような情報化社会に氾濫する情報の中には、現実とは違った情報も多く含まれており、女子中学生・高校生にとって、危険性が心配されることも多い。

本時は、具体的な事例として、社会的問題となっている「JKビジネス(援助交際)」を題材とし、性に関する間違った価値観や誤解によって生じる様々な問題は、当事者(女性)だけの問題ではなく、社会的な問題として捉えることの重要性を理解させる。また、本調査結果を踏まえ、援助交際や売春に対する意識が男女間では大きな違いがあることを示唆する。同時に、正しい性の知識から、自分の性に誇りを持ち、「次代の命を生む」ということを主体的に選択できる姿勢を養うことを目標とし、今回の授業である「妊娠の徴候(胎児の成長と母体の変化)」へとつなげる。

(2)本時のねらい

- ①「援助交際」、「JKビジネス」の実態を知り、女子中学生・高校生が「買われる」側にあることを知る。
- ②「売春する中学生・高校生」や「居場所のない中学生・高校生」に対し、自分ができていることを考えてみる。
- ③「性」の学習を通して、生命の継承者としての観点から、自立のピラミッドの一番上に「性的自立」がある意味を考え、今の自分にとって大切なことを想起させる。

(3)授業展開

	指導項目	指導のながれ	資料
導入	1. 売春する中高生について、どんなイメージを持っているか	・援助交際や売春をする中高生にどんなイメージを持つか、男女中高生のアンケート結果を基に想起する。 ・「性」をめぐる、社会問題になっている「援助交際」「JKビジネス」の実態を知る。	・プリント
展開	2. 売春する中高生現状や背景を知る	・「援助交際」や「JKビジネス」に陥りやすい中高生の現状や背景を新聞記事から読み取り、学校や家庭から孤立した生徒に対し自分が出来ることを考える。 ・その中高生に、自分の思いを込めたメッセージを書き、班の中で話し合う。	・メッセージシート
まとめ	3. まとめ	・「性」の学習を通し、生命の継承者としての観点から、自立のピラミッドの中でも、一番上に「性的自立」がある意味を考え、まとめる。	・ワークシート

(4)授業内容

- ①「難民中高生」に手紙を書こうーあなたの近くに居場所のない「難民中高生」がいてと仮定しメッセージを送ろうー(メッセージシート：生徒メッセージより抜粋)

A. 居場所(周りに助けしてくれる人がいる。周りを信じて)

- ・「やむを得ない」と考えている方も多いと思うが、そんなあなたたちに手をさしのべてくれる人達がいることを知って欲しい。
- ・私は、社会全体の皆さんへの偏見・差別がいつかなくなるように努力したい。だから、皆さんはもっと自分の身体を大切に、将来、後悔しない生き方をして欲しい。
- ・自分と同世代の子が、性被害に遭っていると知ってとても悲しくなりました。しかし、それは誰にでも起こりうることで近い存在に感じます。理由は様々ですが、それを理解してくれる人がいることを知ってください。
- ・私立学校に通わせてもらっていて周りに相談できる人がずっといて育ってきた私には、そのつらさの1/10位しか分からないし、「あなたなんて、分からない」って言われれば何も言い返せない。でも、こうして話を聞いて心を痛める友達はいらんだということを分かってください。「居場所がない」なんて言わないでください。間違った方向に進まないで下さい。諦めるのではなく自分で居場所を求めていけば相談できる友達もあなたのことを本当に考えてくれる大人もいるはずです。
- ・直接助けてあげることは出来ないかもしれないけれど、

自分は一人と思わずに相談してください。心配していることを知って欲しい。

- ・どこにも居場所がないと思っているかもしれないけれど、頼れる大人がいらないと思っているかもしれないけれど、みんなを支えてくれる大人はいて、居場所も作ってくれる。相談しなければ、今の状況は悪化するだけ。もっと自分の体を大切に。自分は世界に一人しかいない貴重な人間として生きていることを理解してほしい。
- ・今の私は本当に無力です。皆さんが言ってほしいこともわからない。でも困っている人がいたら助けたくなるのが人間です。「助けて」その一言を誰かに言えば絶対助けてくれるはずです。私だってできるかわからないけど、できる限り頑張るから。
- ・私を含めて、みんなを助けたい、救いたいと思っている人はたくさんいます。SOSを出してください。そして、自分が望んだ人生を送れるようにこの先、生きていってほしいです。

B. 自分(自分が居場所。自分を頼って)

- ・私が、あなたの気が少しでも楽になるような居場所になりたい。自分の気持ちを人に話すだけでも心の荷が軽くなると思います。私は、何も出来ないけれど話を聞くことなら出来ます。何も話したくなければ一緒にいます。力になりたい。一人で考えず、私に頼って下さい。
- ・食べ物がないなら、私の食べ物を分けます。泣きたいのなら肩を貸します。居場所がないなら友達になります。私には、あなたが見えています。
- ・生活が苦しくて困っているなら、一緒にどうするか考えよう。少しでも悲しい思いをする人が減って欲しい。そして、幸せな生き方をして欲しい。
- ・危険な仕事なんかやらないで。私も一緒に探すからよい仕事見つけようよ。
- ・お互い助け合える仲間になろう。何かあったら、相談してね。
- ・最近色々あるみたいだけど、大丈夫？ 困っていることがあるなら、いつでも私に相談してね。あつ、そういえばクッキーを作ったから、明日私の家に来て一緒に食べよ。

C. 感想

- ・どんなに辛くても傷ついても自分の心と身体は絶対に大事にして下さい。
- ・ちゃんとした知識を身に付けて、危険なことには足をかけないで欲しい。
- ・私は、今まで売春をする人達の殆どがお金を手に入れることだけが目的だと間違ったとらえ方をしていました。1人1人に様々な背景があるのだと知り、他人事だと思

わずに、向き合っていきたいと思うようになりました。まずは、現状を知り、一緒に考えていきたいです。

- ・あなたがどれだけ苦しめられ、傷つけられたのかを考えると、とても胸が痛みます。
- ・自分の体をもっと大切にしてほしい。手に入るのはお金だけ。思いやり、優しいこと…何も手に入らない。お金よりも大切なものはたくさんある。
- ・“援助交際”という言葉だけ聞くと、まるでいいもののように聞こえてしまいます。それが違うことがわかりました。
- ・何もできないけど、まずは、私も他人事だと思わず、皆さんの状況をどんどん知ることが大切だと思いました。

②自立のピラミッドの中で、性的自立が頂点にある理由を考えてみよう (ワークシート：生徒の感想より抜粋)

A. すべての自立が出来てから

- ・性的自立が頂点にある理由は、自分だけの問題ではないからだと思う。ピラミッドの中で、身体的・精神的・生活上の自立まで、ある意味自己中心的な考え方で構わないし、親などの力を借りて育つことが出来るが、性的自立は相手の気持ちを考えなくてはいけない。自分のことをよく理解した上で相手を思いやり大切にするという二つの観点から考えなくてはならない。それが出来たらやっと本当の大人になれると思った。
- ・自分のしたことに責任を持つこと(精神的自立)が出来なければ性的自立は出来ない。なぜかという、もし妊娠した場合それは自分がやったことなどで逃げる事ができない。だから、自分のしたことに責任を持ち出産するかしないかを自分で選ばなければならない。身体を守ること(身体的自立)も性的自立には必要だ。また食事・衣服の管理など自分ですること(生活上の自立)が出来ていないと自分や子どもを育てる事も出来ない。また、子どもを育て生活していく上ではお金が必要だ。そのことから社会的自立もしていなければならない。このことから、性的自立は自立のトップであると思った。
- ・すべてのことが出来るようになって性的自立ができると思う。今は、精神的・肉体的に成熟した人になることが必要。しっかりと知識を持った上で、自分で考えて責任ある行動をとれるようになりたい。そのためには、人に頼り過ぎず、困っている人がいたら積極的に助けてあげることも心がけたい。

B. 命の大切さ

- ・私たちの世代が、次の世代へ命をつないでいくためには、多くのことを自分で理解しておかなくてはならないし、

今、世の中ではどんなことが起きているのか現状を知ること大切だと思った。そして、そのことを知った上で、今後、自分はどうしていくのか考えることで自立へ繋がると思う。

- ・性を理解し、生命の継承者になって、次の時代に命をつなぐために性的自立が頂点にあると思った。
- ・性行動は、「子どもが出来る」ということに繋がるかもしれない。「子どもが出来る」ということは新たに生命が生まれるということで、私たちはその子を尊び、良い環境の中でその子を育てていかなければならない。もし、誤った判断をして望まない妊娠をしてしまったら、自分の夢をあきらめて、自分の子どもを幸せにするために子どもに尽くす、もしくは中絶するということになる。すべての命が尊いものであるからこそ、不幸な子どもが0になるべきだからこそ、性行動の判断というのはとても大切なものであると思う。そういうことから、性的自立が自立の頂点にあるのではないかな。
- ・子どもを産み育てる事まで考えておかなければならない。社会にも目を向け、子どもを取り巻く環境についても正しい理解をして、今の自分に出来ることも見つけて行動していきたい。
- ・子どもが生まれたら、自分以外の生命とも向き合わなくてはいけなくなる。責任の重さを感じる。
- ・よくニュースなどで「赤ちゃんが捨てられている」ということを耳にするが、もしそれが、誤った性行為によるものとしたらとても悲しい事だと思った。ストリートチルドレンの話などを聞いても、「子どもを育てる」ということは、責任が伴うものだ強く感じる。

C. 感想

- ・子どもを産める身体になったとしても、その子を健やかに育てるための社会的自立や精神的・生活上の自立が出来ていないと性的自立は成り立たない。
- ・人生において生き方を変えることになるかもしれない妊娠・出産。大切な選択になることを常に心にとめておくべき。
- ・私たちは、次の時代に生命をつなげていくという大きな役目を担っている。そのために性的自立が必要だ。性的自立をするためには自分の身体を知り、異性の身体を知ることが大切だ。また、性行動やSTDなど性に関する様々な知識を持つことが必要だ。これは、人を傷つけないために、また、自分自身が正しい選択をするために必要なことだ。
- ・性欲は、人間の本能でもあるので、自分自身で自立しようとしなければ出来ない。だからこそ、いろいろなこと

を知って自立しようと努力することが大切だと思う。

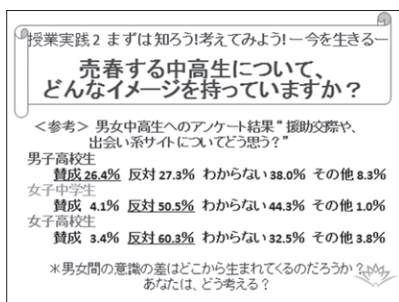
- ・性交の目的の一つである「種族保存」が出来なければ、身体的・精神的・社会的自立はできないと思う。

(5)まとめ

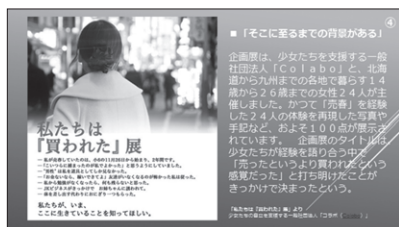
男女共同参画社会の実現のためには、人権教育の観点からも、異性に対する思いやりの心を育て異性との良好な関係を築くことが大切である。そのためには、「異性の心と体を理解すること」「異性を尊重する態度を身に付ける」ことと同時に、自分の「性」に対する正しい意識を身に付けることが重要なことである。

本時の題材とした「今を生きる～売春する中高生～」は、性ビジネスに手を染めざるを得なかった背景を、被害少女たちの言葉で語り実情を訴えた「私たちは『買われた』展」^(注)を参考に、トピック学習的な試みとして取り組んだものである。今まで表に出なかった被害少女たちの生の声は、生徒たちにとって、より現実的なものとして捉えることができる題材になると考えた。

本時の授業を通して、被害に遭う少女(子ども)は、実際には、保護を必要としている少女(子ども)たちであり、児童福祉のあり方、そして、社会全体で支える仕組みについても学んで欲しい。しかし、行き場のない少女(子ども)たちに、一見優しく手を差し伸べて近づき、少女(子ども)たちがだまされていく現状がある中、当事者の一人は、「被害に遭う少女(子ども)を増やさないためには、彼らの置かれている状態や状況を知り、その背景を見直すことが必要」(仁藤夢乃「難民高校生」英治出版、p.15、2013年)と訴えている。実際に女子中学生・高校生と接している教育現場で、本時のような題材を取り上げ、女子生徒へ伝えることの大きさを感じるとともに、性と自立をつなげた人権教育の観点を取り入れた授業実践として、今後もさらに進化をさせていきたい。



▲援助交際・出会い系サイトへの意識



注)私たちは『買われた』展(2016)

主催 Tsubomi(Colabo とつながる少女によるグループ/一般社団法人 Colabo)

一般社団法人 Colabo(代表: 仁藤夢乃)は「すべての少女に衣食住と関係性を。困っている少女が暴力や搾取に行き着かなくてよい社会に」を合言葉に、虐待や性暴力に遭うなどした女子を支える活動を行っている。

6 授業後の感想とまとめ

本実践は、「将来の自分の家族や家庭」を題材に実践1、実践2を含めて、10時間の配当時間で計画立案しました。「生命の継承者として」の自覚を養うという観点に重きを置き、「自立するため大切なこと」「自立の一番上に性的自立がある理由」と関連付けながら授業を行いました。10時間の授業を終えた生徒の感想には「『性=生』ということが理解できた。」「生命をつなぐことの大切さとすばらしさがわかった。」「この授業を通して、大切なことは、きちんと自分のことを理解して、自分の体を大切にすることだということがわかった。」等、自分の性を理解したことがわかる内容が書かれていました。また、「自分の体についての知識を得ることは、自分だけではなく、周りの人たちのためにも大切なことだということがわかった。」というように、自分のことから周りへと意識

を広げ、さらに「しっかり話し合える相手をみつけていこうと思う。」「本当に愛している人と良い関係を築きたい。」など、将来のパートナーへの思いへとつながられた感想も多くありました。と同時に、「正しい知識を得て、偏見をなくし、どんな人にも対等に向き合っていきたい。」「東南アジアやアフリカの現状も良く知っておきたい。」など、日本だけにとどまらず、世界に目を向けるグローバルな視点も養うことのできるものとなりました。

このように、子どもたちの発達に合わせて、命の大切さや男女の心と体の違いを学び、きちんと性を科学として教えることは、ドメスティック・バイオレンスや性暴力、セクシャル・ハラスメントなど、最も深刻な人権問題について考えることにつながることであり、これを学校教育(題材開発)に結びつけて考えるときに、人間として女性(命を生む性)の人格を尊重する学習の大切さを実感しています。特に、建学の精神である「女性の自主自律」、すなわち、社会で活躍できる女性の育成を目標にしている本校での取り組みとしては、現在でも、女性の家事・育児の負担が大きいこと、男性が「男らしさ」に縛られていること、そのようなジェンダー的な部分も視野に入れながら、対等な男女のあり方が実現できる社会へとつなげていきたいと思っています。

7 今後の課題と展望

文部科学省は、キャリア教育の推進に関する調査報告書の中で、子どもたちの生活・意識の変容について、「身体的早熟傾向だが、精神的・社会的自立が遅れている傾向」(文部科学省「キャリア教育の推進に関する総合調査研究協力者会議報告書」p.5, 2004年)にあると述べています。つまり、身体的には早熟傾向にあるにも関わらず、精神的・社会的自立が遅れる傾向にあること、人間関係をうまく築けない、自分で意思決定ができない、将来に希望をもつことができない、進路を選ぼうとしない等の子どもたちが増えつつあると同時に、遊びや消費行動、情報活動能力等における早熟化が進む反面、生産活動や社会性等に未熟さが見られる

など、発達上の課題が一層顕著になっていることが指摘されています。そのことは、本校の生徒の学校生活、家庭生活や生活習慣、生徒の抱える問題からも実感する場面が増えました。

自立心が芽生える中学生の時期に、自分を振り返り、様々な環境に目を向けさせ、課題意識をもって生活することの大切さに気づかせることは、良好な人間関係を築き、自分の進路を切り拓いて行くための力を身に付けさせる上で、とても重要なことです。と同時に、青年期の課題である自己理解、心身の自立や生活者としての自立、人間関係の調整、職業選択への見通しや準備、男女の社会的役割の理解を取り上げる教育実践は、キャリア教育の視点からも重要であり、多くの場面で展開することが望まれると思います。

そのような子どもたちの現状を踏まえながら、第二次性徴の発現とともに、自分の性への理解が大きな課題となる中学生の時期に、「性的自立」を中心とした授業の必要性を感じ、題材開発に取り組んできました。今回の調査結果の中で明らかになった「性」に関する男女の差を見ると、男子校・女子校・男女共学校の校種を問わず、教育現場で実践していくことの重要性を強く感じています。

しかし、実際に中学校・高等学校において、「自立(青年期の課題)」を取り上げている教科書等は、家庭科と社会科と道徳(資料)のみであること、そして、その中で自立について最も具体的に記載されている家庭科の授業時間数が減少傾向にあることはとても残念なことで捉えています。高等学校では「家庭基礎」(2単位)の実施校が8割を占め、中学校も3年生は週1時間を確保することが難しい状況です。このような状況に対して、青年期の一番大切な課題である「自立」に関しての比重が少なくなることを危惧するとともに、より一層、教科間の連携や学校独自の取り組みを模索していくことも必要になると考えています。

8 おわりに

家庭科は、誕生以来、男女平等や性別・年齢・障がいを超えた共生の視点を教科の理念とした授

業を実践してきました。男女共同参画社会の実現は、「国家としての最重要課題」(男女共同参画社会基本法前文)と位置付けられている現在、実質的な男女平等の達成に向け、家庭科の実践は、さらに大きな役割を担うことになります。

いまだに家庭科というと料理や裁縫のイメージが先行している部分も少なくありません。しかし、家庭科は、男女問わず、自分の生き方に関わる学習として、衣食住・家族・子ども・高齢者・消費経済・環境など、生活すべてについて学ぶことのできる教科です。人の一生(自立)をテーマとした人生の必須科目として、男女ともに自立することを目指し、子どもたちの現状を把握し、成長と発達に合わせた取り組みができるように、引き続き、発達課題をクリアするための題材開発を検討し、実践していきたいと思います。

本プロジェクトの詳細な研究内容については、女性未来研究所活動報告書(平成29年3月発行)を参照してください。

謝辞

本授業を実施するにあたり、プロジェクトリーダーとして、たくさんのご指導と励ましをいただきました東京家政大学 青木幸子教授には、心より御礼申し上げます。

新家庭総合[家総 311]
新家庭基礎[家基 318]

教科書完全準拠

学習ノート



[家総 311] 新家庭総合
主体的に人生をつくる
学習ノート

● B5 判/2 色刷
144 ページ
[定価] 本体 560 円+税



[家基 318] 新家庭基礎
主体的に人生をつくる
学習ノート

● B5 判/2 色刷
112 ページ
[定価] 本体 560 円+税

* 導入課題 *

各章の頭には「導入課題」を設置。学習に入る際、中学校までの既習事項を確認したり、その分野に対する生徒の興味関心度をはかることができます。

* 教科書完全準拠 *

教科書本文の穴埋め、用語説明、○×など、教科書をみて答えられる問題を設定。教科書の流れにそって、内容を理解していくことができます。

第2章 2 家族・家庭に関する法律 教科書 p.28~31

1 民法について、以下の問いに答えよう。(教科書 p.28)

- (1) 次の () に当てはまる語句を記入しよう。
- 家族・家庭に関する制度は、おもに (①) に規定されている。1898年に施行された明治民法は個人よりも「(②)」を重視し、(③) 優位・男女 (④) の法律であった。しかし、第二次世界大戦後、日本国憲法第24条「(⑤) 個人の (⑥) と両性の (⑦)」の基本的精神にもとづいて民法が改正 (⑧) され、家制度は廃止された。これにより、法律のうえでは、家庭生活における個人の (⑨) や男女 (⑩) が大きく (⑪) した。

(2) 下線部の制度について、説明してみよう。

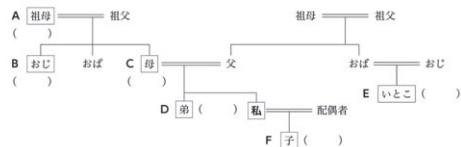
2 現在の家族の法律について、次の文が正しいら○、間違っていれば×をつけよう。(教科書 p.28~30)

- ① 未成年者の婚姻には、親の同意が必要である。 ()
② 日本の法律では重婚は禁止されている。 ()
③ 婚姻届を提出することで婚姻が成立する。 ()
④ 婚姻しても、希望すれば夫婦ともにそれまでの姓を名乗ってよい。 ()
⑤ 男女とも20歳で婚姻できる。 ()
⑥ 夫婦は話し合いによって離婚できる。 ()
⑦ 親権によって監督・保護されるのは、未成年者である。 ()
⑧ 夫婦の別居期間が5年以上になると、民法上の離婚原因となる。 ()
⑨ 兄弟姉妹は互いに扶養する義務はない。 ()
⑩ 父母が離婚するときには、親権者をどちらか一方に定めなければならない。 ()

MEMO

12 第2章 家族・家庭と社会について考えよう

3 次のA~Fの人は、() からみて何親等になるか、() に数字を記入しよう。(教科書 p.30)



4 ある人が亡くなり、その遺産が1,200万円であったとする。遺産はなく、相続人が配偶者と三人の子どもだった場合、それぞれの相続額を計算してみよう。(教科書 p.30)

- 配偶者 (①) 万円
第1子 (②) 万円
第2子 (③) 万円
第3子 (④) 万円

5 次の現行民法の規定について、あなたの考えをまとめてみよう。(教科書 p.28~31)

① 「結婚できる年齢は、男18歳、女16歳である」こと

② 「結婚したらどちらかが姓 (苗字) を変えなくてはならない」こと

MEMO

第2章 家族・家庭と社会について考えよう

2 家族・家庭に関する法律

13

* MEMO 欄, NOTE 欄が充実 *

各見開きに MEMO 欄, 各章のうしろに NOTE 欄をもうけました。書き込むスペースがたくさんあるので、板書ノートとしてもお使いいただけます。

* 学習をより深める「発展」 *

調べ学習や、資料を読んだ感想や自分の考えをまとめる問題も収録。生徒の理解度に合わせ、学習をより深めていくことができます。

授業ノート



[家基 319] 未来をつくる
新高校家庭基礎
授業ノート

● B5 判/2 色刷

144 ページ

[定価] 本体 560 円+税

授業ノートは B5 判

教科書は AB 判ですが、授業ノートは B5 判でつくりました。生徒は書き込みやすく、先生は集めたりチェックしたりがしやすくなっています。



学習ノート・授業ノート共通

- 指導資料 DVD に、準拠ノートの Word・PDF データを収載します
- 解答は別冊でご用意します
- 誌面に赤字で解答を記入した PDF データを、指導資料 DVD に収載します

教科書と同じ見開き構成

授業ノートも「1 見開き = 1 項目」。教科書の流れにそって、課題に取り組めます。このノート 1 冊で、毎時間の学習をまとめていくことができます。



10 何をどれだけ食べればよいか

教科書 p.116~119

1 青年期における食生活の特徴と課題をまとめてみよう。

- ① 特徴
- ② 課題

2 栄養素の必要量と食品の量について、以下の問いに答えよう。

- (1) 次の () に当てはまる語句を記入しよう。
- (①) () の保持・増進、(②) () の予防のために参照する (③) () および栄養素の摂取量の基準を示したのが食事摂取基準 a です。自分が食べた食品に含まれる栄養素の量を計量 b ((④) ()) して、食事摂取基準と比較すると、(⑤) () など栄養素の摂取状況を評価できます。また、各食品ごとの栄養素量は (⑥) () を用いて、食べた食品の分量から計算できます。

(2) 下線部 a のあなたの食事摂取基準を調べ、表に書き入れよう。

年齢	歳	身体活動レベル	性別	男・女
エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪エネルギー比率 (%)	ナトリウム (g)	カルシウム (mg)
鉄 (mg)	ビタミン A (μgRAE)	ビタミン D (μg)	ビタミン E (mg)	ビタミン B ₁ (mg)
ビタミン B ₂ (mg)	ナイアシン (mgNE)	葉酸 (μg)	ビタミン C (mg)	食物繊維 (g)

(3) 下線部 b について、豚肉 (ロース、脂身つき、生) 80g の栄養素量を計算してみよう。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン A (μg)	ビタミン B ₁ (mg)
100g	263	19.3	4	0.3	6	0.69
80g						

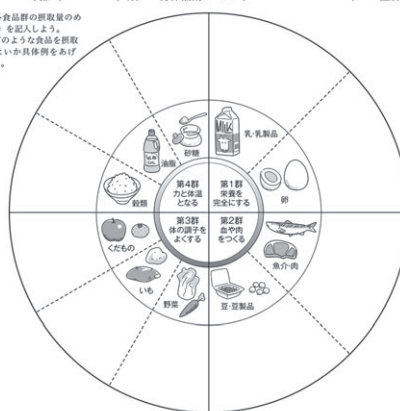
94 第 7 章 生涯の健康を促進した食生活をつくらう

月 日 年 組 番 名

【例】3 自分の「四つの食品群別摂取量のめやす」をつくってみよう。

年齢 () 歳 身体活動レベル () 性別 (男・女)

空欄に各食品群の摂取量のめやす (g) を記入しよう。また、どのような食品を摂取すればよいか具体例をあげてみよう。



【例】4 食事摂取基準と食品群別摂取量のめやすとの関係について、まとめてみよう。

MEMO

第 7 章 生涯の健康を促進した食生活をつくらう

10 何をどれだけ食べればよいか 95

教科書完全準拠

教科書本文の穴埋め、用語説明、○×など、教科書をみて答えられる問題です。「発展」では、調べ学習や自分の考えをまとめ、学習を深めます。



* MEMO 欄、NOTE 欄が充実 *

MEMO 欄、NOTE 欄をできるかぎり多くもうけました。書き込むスペースがたくさんあるので、板書ノートとしてもお使いいただけます。



スキルアップ家庭科 家庭科資料と食品成分表



■生活に必要な知識や技術「スキル」。家庭科の学習を通してたくさんのスキルを身につけ、生涯にわたって、どんな生活場面に遭遇しても“生活の質(QOL)”を「アップ」する力を育ててほしい、そんな願いを込めて編集しました。

■家庭科資料編は、授業をリアルにする、生徒の興味と関心を引く資料を選択、掲載しています。

■食品成分表編は、「日本食品標準成分表 2015 年版(七訂)」準拠。栄養成分の特徴が一目でわかる「グラフ型成分表」に、いきいきとした食品写真・詳しい食品解説をあわせて収載しています。

● AB 判 / 4 色刷 / 270 ページ [定価] 本体 700 円 + 税

高校生が興味・関心をもつ身近なテーマをセレクト。学習が生活とつながり、リアルになって、学ぶ気持ちが高まります。

資料の読み取りかたや、注目すべきポイントを解説する「FOLLOW UP」。
大切なことをもらさず伝えます。

4 新入社員って、いくらもらえるの？

1 給与明細を見てみよう！

基本給と手当・加算で構成される給与。給与明細には、基本給、手当・加算、社会保険料、税金などが記載されています。

項目	金額	項目	金額
基本給	160,000	社会保険料	14,582
基本手当	5,000	税金	1,339
基本手当	5,000	税金	1,339
基本手当	5,000	税金	1,339

2 初任給はいくら？

学卒の初任給は、企業によって異なります。平均額は、約 17 万円です。

学卒	平均額	学卒	平均額
男性	203,450 円	女性	173,700 円
学卒	199,800 円	学卒	173,700 円

3 職種によって、働く時間・給与に差が…

区分	職種	平均月給	平均月給
学卒	17.8	150	21
学卒	17.8	150	21
学卒	17.8	150	21

4 給与明細を見てみよう！

給与明細には、基本給、手当・加算、社会保険料、税金などが記載されています。

項目	金額	項目	金額
基本給	160,000	社会保険料	14,582
基本手当	5,000	税金	1,339
基本手当	5,000	税金	1,339
基本手当	5,000	税金	1,339

5 貯蓄はある？ ない？

貯蓄は、生活の質を向上させるために重要な手段です。貯蓄の種類や金額は、個人によって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

6 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

7 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

8 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

9 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

10 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

11 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

12 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

13 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

14 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

15 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

16 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

17 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

18 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

19 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

20 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

21 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

22 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

23 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

24 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

25 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

26 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

27 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

28 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

29 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

30 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

31 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

32 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

33 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

34 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

35 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

36 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

37 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

38 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

39 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

40 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

41 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

42 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

43 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

44 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

45 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

46 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

47 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000
貯蓄	100,000	貯蓄	100,000

48 収入のうちのどれくらい貯蓄している？

収入のうち、どれくらいを貯蓄しているかは、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000
収入	100,000	収入	100,000

49 貯蓄の種類と金額

貯蓄の種類や金額は、個人の生活スタイルによって異なります。

項目	金額	項目	金額

七訂準拠 カラーガイド食品成分表

「食べる」ことの楽しさを知る



「日本食品標準成分表 2015 年版(七訂準拠)」

■約 300 食品を加えた全 2,191 食品の新データを掲載

おもな追加食品：日本の伝統的な食品(刺身、天ぷら)、調理後食品(揚げ物、ゆで、焼き)、調味料など

■「そう菜」データを掲載

豚汁、きんぴらごぼう、肉じゃが、ひじきの炒め煮、酢豚、麻婆豆腐、カレー、コロッケ、フライなど

■七訂 アミノ酸成分表編(第3表)掲載

食品解説、食品成分表、栄養と調理の基本——
3つを合体させた最新食品ガイドブックです！

● B5判／4色刷／320ページ [定価] 本体 780 円＋税

【目次】

- 1 穀類
- 2 いも及びでん粉類
- 3 砂糖及び甘味類
- 4 豆類
- 5 種実類
- 6 野菜類
- 7 果実類
- 8 きこの類
- 9 藻類
- 10 魚介類
- 11 肉類
- 12 卵類
- 13 乳類
- 14 油脂類
- 15 菓子類
- 16 し好飲料類
- 17 調味料及び香辛料類
- 18 調理加工食品類

- そう菜
- 市販食品
- 調理による重量変化率

- 体のしくみと栄養素
- 調理の基本
- 食品の衛生・安全と選択
- アミノ酸成分表
- 日本人の食事摂取基準
- 健康づくりのための指針
- 食品群の種類・特徴と摂取量のめやす
- 食品名別さくいん

- 巻頭・巻末口絵
- 自然の恵みや季節の変化を味わう
- 食事バランスガイド
- 食生活指針&チェック
- 食品の見当量

そう菜

(調理加工食品及び料理)

そう菜は、おもに食事の副食(主菜、副菜)として栄養バランスに配慮しながら、家庭で献立の範囲内で家族の嗜好を満たすように提供されてきた。そう菜は、料理や加工食品でもある。

6 卵の花炒り 下ごしらえしたおからを炒め、油揚げ、にんじん、ごぼう等を加えて炒め、溶き卵を加え調味料で仕上げる。

9 切り干し大根の煮物 切り干し大根を水戻しした後にゆで、切って炒め調味する。油揚げ、にんじん等を加えるのが一般的。

1 青菜の白和え 野菜等の種類別食品(冷凍食品)を白和えする。

4 紅白なます にんじんと大根をせん切りしに切り、塩を振って下ごしらえし、二杯酢、三杯酢、甘酢等の調味料で調味する。

	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	●きんぴらごぼう	88	367	81.6	1.4	3.9	Tr	11.7	3.3	1.4	360	160	37	26	39	0.5	0.4	0.10	0.11	0	1	0	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											</

「そう菜」ページの紙面▶

242 *上段等号は、下段成分値を算出した材料と異なるものも含まれています。

菓子の和と洋

石橋富士子

文・イラスト／石橋富士子

毎日を着物で暮らすイラストレーター。教科書、絵本などの他、和小物製作デザインやオリジナル落雁の型を使った落雁作りワークショップなどを開催。「家庭科通信」の表紙も創刊時から手がけている。著書に「知識ゼロからの着物と暮らす・入門」「知識ゼロからの着物と遊ぶ(幻冬舎)着物をもっと楽しむための刺繍和小物を作る 富士商会を2015年設立。
<http://www.fuji-peta.com/>

1960年代当時の我が家のおやつといえば、シロップをかけたかき氷、きな粉をかけた白玉などシンプルなものばかり。スイカや梨、葡萄など、季節のフルーツをお菓子のかわりに食べていたような気がします。

口にしていた洋菓子はゼリーやプリンばかりでしたが、中学に入るとクッキーやケーキなど、甘い焼き菓子の本を見るのが楽しみになりました。

どんな材料で？ どんな道具を？ なぜケーキは膨らむの？ クリームのバラの花はどうやって作るの？ 本に載っている写真を見るだけで疑問がわいてきます。

小学5年の時、家庭科の授業でケーキに添える生クリームを作ったことがあります。私が育った土地は横浜とはいえまだまだ田舎、生クリームを扱う店もなく、牛乳屋さんに予約しなければなりません。そして数日後手にした牛乳瓶入りの生クリームは高価で、賞味期限もとても短かったことを覚えています。

多くの洋菓子作りには、温度調節の出来るオーブンが必要です。温度を間違えればシュークリームのシューも膨らみません。アップルパイは焦げないよう庫内の温度を均一にする必要がありますが、家にあった当時のオーブンはまるでお釜のようにガスレンジで温めるタイプだったので、すぐに底の温度が上がってしまい、ケーキは焦げてばかりの完全敗北。クリームを絞る道具やケーキ型などもなく、手にしたお菓子の本は眺めるだけの「憧れのお菓子カタログ」となりました。

長らく洋菓자에憧れを抱いてきましたが、10年ほど前、金崎晴子さんの「電子レンジとフードプロセッサーで和菓子が出来る」という本に出

会ってとつぜん和菓子に興味を抱くことになりました。まさかお饅頭に練り切り、きんとん、栗羊羹などを自分で作れるなんて思ってもみませんでした。がぜん和菓子作りにハマりました。

和菓子は基本的に砂糖、粉、豆、その他ほぼ4種の材料で作れます。それらを組み合わせていろいろな季節を感じる形にして楽しむことが私の好奇心と舌を楽しませてくれたのです。中でも蒸し饅頭は形もまん丸でシンプル。でも中に詰める餡の味や皮の色を変え、さらに焼き印のアクセントを付ければ季節感を演出することができます。練り切りやきんとんなども茶巾で絞ったり、裏ごし網を使ったりと、ちょっとした工夫できれいな和菓子が出来上がります。

作りたてが美味しい練り切りの生菓子などは、友人と一緒に作って美味しいお茶とともに味わうのが最高。なんと美味しくしかも贅沢な時間じゃないかと語り合いました。近頃人気の和菓子作りのワークショップも、その人気の秘密はそのあたりにあるのかしら？ と想像します。

洋菓子と和菓子、どちらも美味しいけれど、年齢を重ねるにつれシンプルでやさしい味の和菓子の方に心が寄せられます。

菓子を、より濃厚で珍しい素材を用いてさらなるリッチさを目指すのが洋菓子、過度な素材をそぎ落としてシンプルに研ぎ澄ましていくのが和菓子……そんな印象を持っている私です。



DIYでうち磨き・13

子どもの秘密基地を作る

末永 京

すえながきょう

DIY アドバイザーで3児の母。女性向けDIY教室やおやこワークショップをホームセンターやカフェなどで開催。店舗や住宅のDIYプロデュースやDIY製品の開発にも携わる。著書に『シェルフを作ろうはじめのDIY』（パッチワーク通信社）がある。
ブログ「DIYで作る こともと過ごすうち時間」
<http://suenagakyo.blog.jp>

この家に引っ越して8年が過ぎ、少しずつセルフリノベーションを楽しんできました。元々の姿が想像できないほど変貌を遂げた我が家ですが、唯一手を加えていない部屋があります。それは二階の真ん中、ロフトのある天井の高い部屋です。

この家を初めて内覧した時、ロフトがあることに惹かれました。秘密基地のようで、子どもも大人もワクワクする空間。子どもが喜ぶだろうな。子どもの遊び場にしよう！ と思っていました。

しかし実際に住み始めてみると、ロフトの高さは2m60cm。しかも柵がなく、一歩間違えば落ちてしまう。子どもは登りたがりますが、見ているこっちはハラハラ。というわけで、ロフトのはしごは下ろされ誰も立ち入ることなく、その部屋自体も物置き場となっていました。しかし子どもは3人になり、長男は4年生、長女は2年生、そろそろ自分だけのスペースが欲しいお年頃。親子5人で寝ているのもきつくなってきたことだし、ロフトを長男のスペースにしよう！ そして万が一落下しても最低限の怪我で済むようロフトの下にロフトベッドを作ってワンクッション置こう！

スイッチが入ってしまえばそこからは仕事が速い！！ 元々この部屋は風が通らないことが気になっていました。ならば壁を取り払ってしまえ！！ というわけでまずは壁を壊し、一区切りの部屋ではなく廊下と一体のスペースにしました。これで風が通り快適に過ごせます。そこに1m50cm程のロフトベッドを作り、長女の場所にしました。ロフトベッドを作っている間は学校から帰るとすぐに二階に上がり進行具合をチェックする娘。できあがった日には「お友達とここで遊んでいい？」と目をキラキラさせていました。

そしてそのロフトベッドに、上に登るはしごを付け、元々あったロフトに上られるようにしました。そこが3畳ほどの長男のスペースとなります。漫画やおもちゃを持ち込んで、誰にも邪魔されない時間を楽しむのでしょうか。落下防止のため新たに木製の柵も作り、安全対策も万全です。

ロフトベッドの下部には本棚を作りました。家中に散らばった本はここに集結させ、後々ソファを置き、家族の図書スペースにする予定です。

ひとまずこれで子どもスペースのリノベーションは終了です。今はドアも仕切りもないスペースで満足してくれていますが、きつともう少ししたら「自分の部屋が欲しい！」となるでしょうか。そしたらまたDIYで新しい居場所を作るでしょう。我が家は子どもの成長と共に変化を遂げていきます。大変だけど、それが楽しい。子どももそんな変化を楽しんでくれていたらいいなと思います。

さて、自分のスペースができたからそこで寝てくれるのかと思いきや…「うーん。今日はまだいいや。」と結局ぎゅうぎゅうの布団に入ってくる長男と長女。「狭いから自分のベッドで寝てー！」と思うのもまた幸せなことなのではないでしょうか。あと何年家族5人で寝られるかな？ と思いながら自分の寝るスペースを今日も探すのでした。



マナー＜面接編＞

生活のなかでは、さまざまな場面でマナーが必要とされる。高校生は近い将来、社会人になる。今回は、就職活動の面接時のマナーを確認してみよう。

服 装

基本的にはスーツ。高校生は制服でもよい。シャツ・靴下・靴なども含め、清潔感のある服装をしよう。



面接前に…

- ◆履歴書、エントリーシートのコピー、企業のパンフレットなどを持って行き、控え室で確認しよう。
- ◆鏡やくしも忘れずに。直前にもう一度身だしなみをチェックしよう。
- ◆控え室では、スマートフォンをいじったりまわりの学生としゃべったりせず、静かに待機しよう。

入室～着席

- ①ドアを2回ノックし、「どうぞ。お入りください。」と言われたら「失礼いたします。」とあいさつして入室する。ドアを閉めるときは、面接官に完全に背中を見せないようにする。面接官の方に向き直り、姿勢よく歩いて椅子まで移動する。



- ②椅子の横に立ち、学校名と名前を言い、「本日はよろしくお願いいたします。」とあいさつをし、一礼する。椅子を勧められたら「失礼いたします。」といて着席する。椅子には深く腰をかけ過ぎず、姿勢が崩れないように注意する。



話しかた

- ◆姿勢を正し自信をもって話す。
- ◆面接官の目を見て、はっきりと熱意をもって話す。
- ◆聞かれている内容に正確に答える。まず結論から述べ、理由を添えて説明するとよい。
- ◆自己PRは、エピソードを交えて具体的に語る。
- ◆緊張して、早口になってしまわないよう注意する。

退 室

- ①面接終了後は、座ったまま「本日はお忙しい中、お時間をいただきありがとうございました。」とお礼を述べ、座ったまま一礼する。
- ②椅子の横に立ち「失礼いたします。」といい、一礼する。



- ③姿勢よくドアまで歩く。その間、面接官と目を合わせ続ける必要はない。ドアの前で面接官に向き直り、「失礼いたします。」といい、一礼する。
- ④面接室の外に出て、ドアを閉める前に面接官とアイコンタクトをとる。ドアは静かに閉める。

新しい動き

消費者契約法改正

▲2017年6月3日、「消費者契約法の一部を改正する法律」が施行された。

高齢者らを狙った問題商法(悪質商法・悪徳商法ともいう)への対策を強化するため、消費者契約法が改正され、6月3日に施行された。商品が大量に買われる「過量契約」を取り消せる規定が新設されるなど、問題商法の被害を救済する範囲を広げたのが特徴である。

消費者契約法は、民法の特別法として2001年4月に施行された。労働契約以外のあらゆる消費者契約が対象で、たとえば業者が重要事項について虚偽の説明をする「不実告知」など不当な勧誘で契約した場合に消費者は解約を求められる。拒否されれば訴訟を起こす必要があるが、民法よりも消費者側が立証しやすいとされている。

今回新設された「過量契約」の取り消し規定は、
●必要以上の量を買われる過量販売
●同じ商品を何度も売りつけられる次々販売
といった問題商法の被害を救済する。高齢者が高額な布団やきものなどを大量に買われるといった相談はあとを絶たず、全国の消費生活センターの相談窓口へ寄せられた過量契約の相談件数は2016年度に約8,200件であった(消費者庁「消費者白書」2017年)。また、改正前は、認知症で判断力がない場合に結んだ契約について、どの程度判断力が欠けていたかを消費者側が立証しなければならなかったが、過量契約の規制が明記されたことにより、消費者の判断力の有無を問わずに取り消せることになった。

さらに、改正法では「不実告知」の重要事項の範囲が拡大された。たとえばタイヤを販売する際、真実に反して「溝が大きくすり減っていてこのまま走ると危険、タイヤ交換が必要」と説明するなど、

契約の対象物だけではなく、その他の財産や生命など重要な利益を損害する事項についても不実告知があれば取り消し可能となった。消費者が誤認に気づくなどしてから契約を取り消せる期間も、半年から1年に延びた。

一方で、課題は消費者契約法自体の認知度が低いことである。問題商法の救済範囲が広がっても、そもそも被害者が同法を知らなければ泣き寝入りせざるをえない。消費者庁は、改正法を周知するためにパンフレットを作成し、各自治体の消費相談窓口に置くなどし、「法の理解増進をはかりたい」としている。

●消費者契約法改正のあらましは、下記の消費者庁 Web ページで閲覧できます。

http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_system/consumer_contract_act/consumer_contract_amend.html

■①消費者契約法改正により取り消すことができる契約、無効となる契約条項の例

取消し▶不当な勧誘

●過量契約：通常の分量を著しく超える取り引きを押しつける

【例】日常的にきものを着用することのない高齢者に、それを知りながらきものを何十着も販売

●不実告知：重要事項について嘘の説明をする

【例1】「この機械を付ければ電気代が安くなる」と勧誘し、実際にはそのような効果のない機械を販売

【例2】真実に反して「今のタイヤは溝がすり減っていてこのまま走ると危険、タイヤ交換が必要」と告げ、新しいタイヤを販売

無効▶不当な契約条項

●消費者の解除権を放棄させる条項

【例】「販売した商品については、いかなる理由があっても、ご契約後のキャンセル・返品はできません」とする条項

●消費者の利益を一方的に害する条項

【例】掃除機の購入時、注文していない健康食品が同封されて自宅に届けられた場合に、消費者が健康食品の継続購入をしないと連絡しないかぎり、健康食品を継続的に購入するとみなす条項

Key Word

祖父母手帳

「孫育て」の参考にしてもらおうと、自治体が祖父母らに配布する手帳のこと。祖父母が育児をしていた時代に比べ、情報が多く育児方法が変化するなか、現在の育児の常識や子育て支援の情報、親世代と祖父母世代のつきあいかたのヒントなどを紹介している。

さいたま市は、2016年から「笑顔をつなぐ孫育て さいたま市祖父母手帳」を配布している。「子育ての新常識」ではミルクのあげかたやおむつの替えかたなどの基礎知識を紹介。「ここが変わった！ 子育ての昔と今」では、うつぶせ寝について昔は「頭の形がよくなる」といった考えかたがあったが、今は、厚生労働省の見解を引き合いに「乳幼児突然死症候群(SIDS)から赤ちゃんを守るため、医学上の理由で必要なとき以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけで寝かせるようにしましょう」としている(■①)。また、市内の子育て支援施設や公園などを紹介するとともに、地域における祖父母の活躍事例なども掲載している。

岐阜県では「孫育てガイドブック 孫でマゴマ

ゴしたときに読む本」が、熊本県では「子育てサポート 孫育て手帳」が発行されている。

自治体により無料、有料のところがあるが、祖父母手帳は各自治体の Web ページでダウンロードすることができる場合が多い。

(参考：さいたま市 Web ページ、NPO 法人孫育て・ニッポン Web ページ)

アニサキス

アニサキスは寄生虫の一種で、その幼虫が生鮮魚介類に寄生し、食中毒の原因となる。アニサキス幼虫はサバ、イワシ、カツオ、サケ、イカ、サンマ、アジなどの魚介類に寄生し、それらを生(不じゅうぶんな冷凍または加熱のものを含む)で食べることで、人の胃の壁や腸の壁を刺入し、食中毒(アニサキス症)を引き起こす。

アニサキスによる食中毒には「急性胃アニサキス症」と「急性腸アニサキス症」の2種類があり、多くが前者である。

アニサキスによる食中毒の予防方法として、厚生労働省は Web ページで以下のように呼びかけている。

- 魚を購入する際は、新鮮な魚を選びましょう。また、丸ごと1匹で購入した際は、速やかに内臓を取り除いてください。
- 内臓を生で食べないでください。
- 目視で確認して、アニサキス幼虫を除去してください。

アニサキス幼虫は、一般的な料理で使う程度の食酢での処理、塩漬け、醤油やわさびを付けても死滅しない。加熱(60℃では1分、70℃以上で瞬時に死滅する)、冷凍(-20℃で24時間以上冷凍すると感染性が失われる)、みためで確認することが重要である。

(参考：厚生労働省 Web ページ)

■①ここが変わった！ 子育ての昔と今

昔	だっこ	今
「抱きぐせ」をつけると、赤ちゃんはだっこを求めてしょっちゅう泣くようになる。	だっこは自己肯定感、人への信頼感が育つなど、心の成長に大切。抱きぐせは気にしなくてよい。	
頭の形がよくなる、寝つきがよくなる。	うつぶせ寝	乳幼児突然死症候群(SIDS)から赤ちゃんを守るため、厚生労働省は「医学上の理由で必要なとき以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけで寝かせるようにしましょう」と啓発している。
早めにはずした方がよい。	おむつはずれ	おとなの都合でなく、子どもの体調や発達をみながら、のんびりと進める。

日本家庭科教育学会 第60回大会報告

▲2017年6月24～25日、日本家庭科教育学会第60回大会が、国立オリンピック記念青少年総合センターで開催された。

1. 研究発表(口頭発表)

本大会では、2日間で計51本の研究発表があった。各日4つの会場に分かれて発表がおこなわれ、多くの先生方が参加されていた。

内容は、インターネット上のWebサイトやアプリケーションなどのICTを活用したご授業実践、アクティブ・ラーニングや協働学習のご提案、他教科との連携をはかったご授業の試みなど多様であった。また、消費者教育や調理実習などの教材開発についてのご発表、家族領域の授業の難しさに関する調査結果のご発表などもあった。

発表後の質疑応答や意見交換等も活発におこなわれていた。

2. 研究発表(ポスター発表)

計34本のポスター発表があった。高校におけるご授業実践の発表も多く、「介護食に関する学習内容の提案」、「調理実習指導に関する考察」、「食事バランスガイドを活用した弁当献立作成の効果」、「布を用いた物の製作」、「住生活領域の教材開発」といった内容があった。

3. 記念講演・基調講演・シンポジウム

学会60周年という節目の本大会では、「家庭科教育が人生を豊かにする」をテーマに記念講演が、また「家庭科のこれまでとこれから」をテーマに基調講演とシンポジウムがおこなわれた。現在、次期学習指導要領の実施をひかえ、教育のありかたが見直されている時期でもある。家庭科教育の未

来について会場からも意見や質問が寄せられ、活発な議論がおこなわれていた。

記念講演

家庭科教育が人生を豊かにする

勝間和代氏(経済評論家、中央大学ビジネススクール客員教授)

基調講演

これからの家庭科教育に期待すること

—子どもの自立に焦点化して—

安彦忠彦氏(名古屋大学名誉教授、神奈川大学特別招聘教授)

シンポジウム

シンポジスト:

●香西みどり氏(お茶の水女子大学教授、(一社)日本調理科学会会長)「調理の視点から家庭科を考える」

●伊藤葉子氏(千葉大学教授、日本家庭科教育学会会長)「家庭科の変遷と新学習指導要領—課題と展望」

●安彦忠彦氏

コーディネーター:

●中西雪夫氏(佐賀大学教授)

【研究発表一覧】

A1-1 家族に関する授業の取り組みと困難意識について—高等
学校家庭科教員への調査より—

大阪教育大学教育学部教員養成課程家政教育講座 ○小崎恭弘

A1-2 「初任者」が行う「幼児ふれあい体験」における「絵本の読
み聞かせ」の効果

さいたま市立春里中学校 ○金子京子

東京学芸大学教育学部 倉持清美

東京学芸大学附属高等学校 阿部睦子

東京学芸大学附属小金井小学校 西岡里奈

香川大学教育学部 妹尾理子

日本女子大学 望月一枝

A1-3 中学校家庭科「幼児と触れ合うなどの活動」実施における
行政支援の在り方

東京学芸大学大学院教育学研究科(修士課程) ○松岡晃代

東京学芸大学教育学部 倉持清美

A1-4 家庭科教員養成における「家庭看護」授業の開発

東京学芸大学教育学部 ○倉持清美

千葉大学教育学部 伊藤葉子

埼玉大学教育学部 吉川はる奈

島根大学教育学部 鎌野育代

- A1-5 高等学校男女必修修家庭科教育の現状と課題
東京成徳大学子ども学部 ○三枝恵子
- A1-6 男女共同参画社会に向けた男性の教育と家庭科
高知大学 ○森田美佐
- A1-7 高校家庭科におけるさをり織を用いた障がい者理解に向けた試み—外部連携・ITを活用したダイバーシティ教育—
お茶の水女子大学附属高等学校 ○葭内ありさ
- A2-1 小学生から見た家庭科教員と栄養教諭の連携
東京学芸大学大学院教育学研究科(院生) ○明神遼子
東京学芸大学教育学部 倉持清美
- A2-2 調理実習のふりかえり記述からみる「応用能力」の醸成プロセス
埼玉県伊奈町立小針北小学校 ○石川万記子
埼玉大学教育学部 河村美穂
- A2-3 中学校の調理実習における科学的リテラシー—社会科学的内容の学びを中心に—
静岡県富士市立富士中学校 ○望月朋子
埼玉大学教育学部 河村美穂
- A2-4 観察するプロセスを重視した調理実習教材の検討
東京都北区立十条富士見中学校(非常勤) ○山地瑞紀
埼玉大学教育学部 河村美穂
- A2-5 「継続的な食生活の改善に繋がるお弁当づくり」を目指す授業実践
神奈川県大和市立鶴間中学校 ○安倍明美
- A2-6 朝食の定着を目的とした授業手法—朝食の大切さを伝える—
池坊短期大学幼児保育学科 ○北出かおる
- A2-7 家庭科における食生活の実践力を高める教育推進に関する研究
東京学芸大学附属世田谷中学校 ○桑原智美
東京学芸大学教育学部 藤田智子
東京学芸大学教育学部 倉持清美
東京学芸大学附属高等学校 阿部睦子
東京学芸大学大学院連合学校教育研究科(院生) 菊地英明
- A3-1 小学校家庭科「アイロンがけ」に関する調査
東京家政大学家政学部 ○潮田ひとみ
上越教育大学大学院学校教育研究科(院生) 新國雅子
和歌山大学教育学部(元) 赤松純子
和歌山大学教育学部 今村律子
滋賀大学教育学部 與倉弘子
- A3-2 中学校における家庭科の学習レリバンズと生活実践行動—洗剤に関する授業を中心に—
東京学芸大学大学院教育学研究科(院生) ○杉浦なぎさ
東京学芸大学教育学部 藤田智子
実践女子大学(非) 大竹美登利
- 東京学芸大学大学院連合学校教育研究科(院生) 菊地英明
- A3-3 「布を用いた物の製作」における評価の在り方—生徒と教員の評価の相違から—
北海道釧路湖陵高等学校 ○西海史織
北海道教育大学 佐々木貴子
- A3-4 小学校から高等学校までの被服製作学習の実態と基礎的知識の定着の現状
東京学芸大学大学院教育学研究科(院生) ○大塚史恵
東京学芸大学教育学部 池崎喜美恵
東京学芸大学教育学部 鳴海多恵子
- A3-5 アメリカの服飾のジャポニズムを牽引した明治・大正期の外人向輸出キモノについて
放送大学広島学習センター ○柴静子
- A3-6 活動環境や内容に応じた衣服着用力の育成—小学校家庭科における指導法の開発と検証—
信州大学大学院教育学研究科 ○福田典子
- A4-1 日本の伝統文化に関する資料作成の授業実践—小学校教員養成課程の学生を対象とした教材研究として—
茨城キリスト教大学 ○扇澤美千子
山梨県立大学 斉藤秀子
横浜国立大学 薩本弥生
共栄大学 伊藤大河
- A4-2 学校と家庭・地域を結ぶ「生活の課題と実践」の効果と可能性—「お雑煮」をテーマとしたアクティブ・ラーニングの試み—
神奈川県横浜市立領家中学校 ○葛川幸恵
神奈川県横浜市立六角橋中学校 川本可奈子
- A4-3 科学的知識に基づいた中学校家庭科アイロンかけ実習授業の提案—アクティブ・ラーニングの具現化—
智辯学園和歌山中学校 ○西岡真弓
和歌山大学教育学部 今村律子
和歌山大学教育学部(元) 赤松純子
- A4-4 深く考える協働場面における批判的思考を促す授業実践—「環境に配慮した消費行動」から「よりよい生活」につなぐ学習—
琉球大学教育学部 ○土屋善和
- A4-5 中学校における家庭科の実践的・体験的学習活動を充実させる要因—東京都中学校家庭科教員への調査から—
東京都小金井市立小金井第一中学校 ○寛敏子
実践女子大学(非) 大竹美登利
- A4-6 高等学校家庭科の主體的な学びのあり方を求めて
文教大学大学院教育学研究科(院生) ○吉野淳子
文教大学教育学部 石井智恵美
- A4-7 家庭科教員養成におけるアクティブラーニング
浦和大学こども学部 ○伊深洋子
- B1-1 分かる授業で料理の自信をつける調理実習の工夫—ICT

- を用いた授業実践を通して—
静岡県立八幡中央高等学校 ○加藤敦子
- B1-2 教科連携による「家庭基礎」調理実習における「深い学び」の効果
東京都戸山高等学校 ○荒井きよみ
- B1-3 魚食文化の継承・創造に向けた授業デザイン—調理師養成施設における授業実践から—
富山県立雄峰高等学校 ○中川寛大
横浜国立大学教育学部 堀内かおる
- B1-4 高等学校家庭科における教師の社会関係資本が授業にもたらす効果—プロを招いての味噌作り授業の考察から—
東京学芸大学大学院連合学校教育学研究科(院生) ○遠藤大輝
横浜国立大学教育学部 堀内かおる
- B1-5 大学生の食生活実践と家庭科の学び
鳴門教育大学大学院学校教育研究科(院生) ○石丸千代
鳴門教育大学大学院学校教育研究科 速水多佳子
- B1-6 大学生の食品表示に関する意識調査—栄養強調表示を中心に—
東海学院大学健康福祉学部 ○高山佑樹
- B2-1 1/10住宅組立模型を用いた太陽軌道装置の開発と採光実験
長岡造形大学 ○広川智子
新潟大学 飯野由香利
- B2-2 実空間での照度測定と太陽軌道装置を用いた日射遮蔽実験
新潟大学 ○飯野由香里
長岡造形大学 広川智子
- B2-3 住環境と省エネルギー行動理解のための教育ゲームの効果
慶応義塾大学 ○杉浦淳吉
東京ガス株式会社 三神彩子
- B2-4 高校生の地域社会への参加意欲を高めるための授業実践
横浜国立大学大学院教育学研究科(院生) ○城間若奈
横浜国立大学教育学部 佐桑あずさ
- B2-5 消費者教育に関する中学校・高等学校教員用支援教材の作成
山梨大学大学院総合研究部 ○神山久美
- B2-6 生活設計に必要な金銭資源についての授業の試み—高校生の進路選択に焦点をあてて—
千葉県立流山おおたかの森高等学校 ○仲田郁子
千葉大学教育学部 久保桂子
千葉大学教育学部 中山節子
- B3-1 実践的指導力の向上を目指した家庭科教員養成授業プログラムの実践と効果の検討
静岡大学教育学部 ○小清水貴子
静岡大学教育学部 小川裕子
- B3-2 家庭科における「専門」に関する検討
愛知教育大学教育学部 ○青木香保里
山梨大学大学院総合研究部教育人間科学域 志村結美
弘前大学教育学部 日景弥生
- B3-3 教職課程の調理実習における切り方演習導入の効果—技術向上の観点から—
東洋大学食環境科学部 ○露久保美夏
お茶の水女子大学基幹研究院研究員 福留奈美
文化学園大学服装学部 五十嵐清子
- B3-4 フィンランドにおける教育改革と家庭科—コンピテンス、学習目標、評価に焦点を当てて—
大阪体育大学教育学部 ○荒井紀子
大阪教育大学教育学部 鈴木真由子
金沢大学学校教育系 綿引伴子
- B3-5 フィンランドにおける家庭科教育の近年の動向
京都女子大学発達教育学部 ○表真美
- B3-6 学校菜園を活用した総合的食教育の実践と課題—日米における実践例からの考察—
山形大学地域教育文化学部 ○大森桂
- B4-1 中学校家庭科教員の ICT 活用指導の実態と課題—アンケート調査から—
東京学芸大学大学院連合学校教育学研究科(院生) ○中西佐知子
横浜国立大学教育学部 堀内かおる
- B4-2 家庭科研究グループによる授業研究と教師の変容
安田女子大学家政学部 ○一色玲子
東京都私立麹町学園女子中・高等学校 神澤志乃
大阪体育大学教育学部 荒井紀子
福岡教育大学教育学部 貴志倫子
大阪教育大学教育学部 鈴木真由子
女子栄養大学栄養学部 井元りえ
愛国学園短期大学家政専攻 亀井佑子
名古屋文化短期大学専攻科 羽根裕子
- B4-3 家庭科教員の意図するカリキュラムと私的生活経験—「目標」に関する記述の質的内容分析をもとに—
東京学芸大学大学院連合学校教育学研究科(院生) ○瀬川朗
埼玉大学教育学部 河村美穂
- B4-4 グローバルな視点を育むための家庭科教育内容の検討—学校設定科目「グローバルライフ」1年後振り返り記述の分析から—
埼玉大学大学院教育学研究科 ○横瀬友紀子
埼玉大学教育学部 河村美穂
- B4-5 昭和40年代初頭における小学校家庭科の教育課程の改善—「鹿内瑞子旧蔵資料」を資料として—
熊本大学教育学部 ○八幡(谷口)彩子
- B4-6 「ムーミンタウン」をテーマとした家庭科の授業の検討
平安女学院大学子ども教育学部 ○花輪由樹

<http://www.taishukan.co.jp/kateika/>

平成 30 年度供給
改訂版教科書を
詳しくご案内
しています。

副教材について
ご覧いただけます。

ご授業に役立つ
情報をお届けする
「先生応援ページ」。

家庭科情報室の Twitter もぜひフォローください！
編集部からのお知らせや、家庭科に関すること
をつぶやいています。

<https://twitter.com/TaishukanKatei>

関連書籍を紹介。
家庭科通信を
PDF でお読み
いただけます。

Number, Word,
Data,
ホットな情報を
集めています。

大伴館書店
家庭科情報室

TOP 教科書 副教材 お知らせ 関連書籍 家庭科通信 先生応援ページ

ようこそ,
大修館家庭科情報室へ!

当ホームページでは、高等学校家庭科の先生方へ
さまざまな情報をお届けします。

教科書

NEW 新しい教科書が
できました!

学習指導要領準拠
改訂版 新家庭科教科書

内容見本、もし、教科書に準じた指導案
料・策案・ノートを紹介。新教科書につ
いて紹介しています。のしは詳細ページを
ご覧ください。

各書については、ダウンロード書籍も同
様にご覧いただけます。

副教材

スモールアップ家庭科
家庭科資料と家庭成分表

七訂準拠
カラーガイド家庭成分表

311学習ノート
318学習ノート
319授業ノート

お知らせ

Up Date	2017/05/22	新
Up Date	2017/04/19	改
Up Date	2017/04/04	改
Up Date	2017/04/04	改
Up Date	2017/03/16	改

学習情報 「日本家庭科教育学会第60回大会」

学習レポート 「日本家庭科教育学会2016年度大会」

関連書籍

- すでに読める 家庭科授業ヒント集
- 一日保育士体験のすすめ 保育者で読む機会
- パワーアップ! 家庭科 学び、つながり、発展する
- 肥後とタカボウランドローム・生活習慣調査
- 家庭科への参加型アクション・プランの導入

家庭科通信

情報誌「家庭科通信」を、PDFでご覧いただけます。

➢ 最新号、(60号)へ

➢ バックナンバーはこちら

先生応援ページ

きょうの特別講義

大学や各種研究機関の先生方が学術領域に関する
最新の研究動向を紹介いたします。

➢ 最新製作の動画もご覧いただけます

➢ お役立つファイル、(プリント教材、授業のヒントになる資料など)

あしたの授業研究

高等学校の家庭科の先生方による授業実践報告で
す。

➢ あつたの地から聞けない、家庭科への思い

教科書

学習指導要領準拠 改訂版 新家庭科教科書

- 新家庭総合(第311)
- 新家庭基礎(第318)
- 新家庭食生活(第319)

副教材

- スモールアップ家庭科
- 新カラーガイド家庭成分表 改訂版

先生応援ページ

- きょうの特別講義
- あつたの授業研究
- お役立つファイル

関連書籍

- 家庭科通信
- 家庭科通信
- Number
- Word
- Data

➢ Follow @TaishukanKatei

家庭科情報室の更新や大伴館書店家庭科の案内、家庭科
に関するお役立ち情報、授業づくりのヒントに役立つような話題
をお伝えしています。

21世紀を生きる高校生たちに、夢と希望の未来を築く力を養うために、私たちは日々努力を続けています。

© TAISHUKAN Publishing Co., Ltd. All Rights Reserved.

Question & Answer

Q：「スマイルケア食」ということばを目にしました。どのようなものでしょうか。

A：スマイルケア食とは、かんだり飲み込んだりすることに問題がある人むけの介護食品の新しい表示制度で、食べやすさのめやすになります。2017年6月から店頭の商品が並び始めて

います。農林水産省が2016年からマーク利用の運用を始め、飲み込みに問題がある人むけの「赤」、かむことが難しい人むけの「黄」、いずれにも問題はないが健康維持上の栄養補給を必要とする人むけの「青」と3色のマークに分類しています。

赤と黄はやわらかさや形状によって0～5に区分し、数字が小さいほどやわらかいことを表します(■□)。赤は嚥下困難者などに適した特別用途食品の表示許可、黄は日本農林規格(JAS)認証が必要になります。

農林水産省では、新しい介護食品の考えかたとして、おいしさ、食べやすさ、食べる楽しみ、

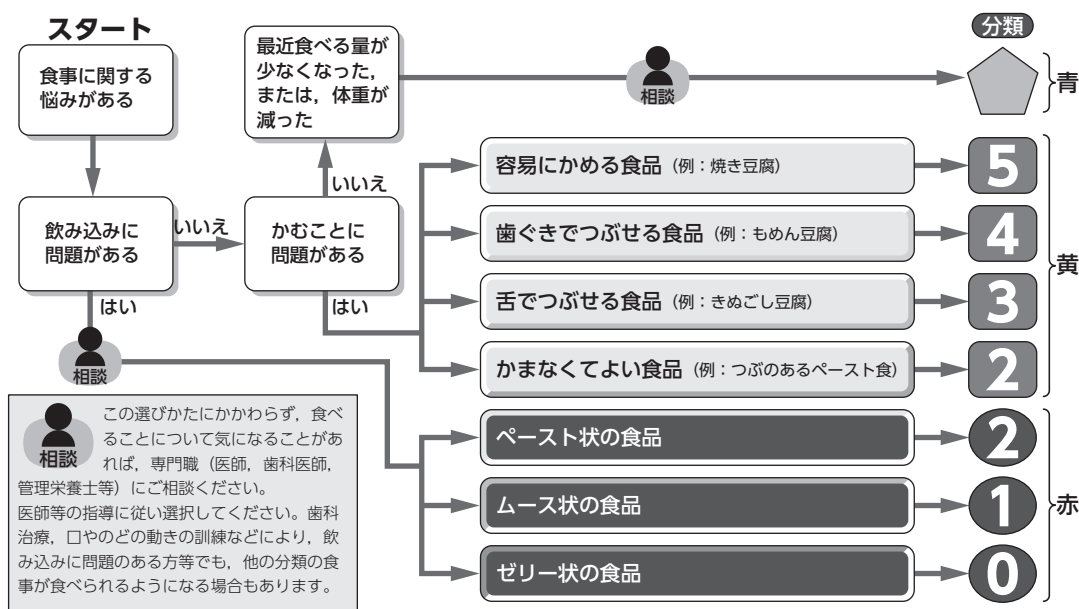
みための美しさ、QOLの向上などに配慮すべきとしています。介護食品のニーズが増大するなかで、「食べられる」だけでなく、みための美しさや豊富なラインナップ、低価格の商品などが求められるようになっていきます。

現在、赤マークが付けられている商品の例には、ゼリー、黄マークでは雑炊、青マークではカレー、肉じゃが、煮豆、さばの味噌煮などがあります。

●スマイルケア食について、詳細は農林水産省 Web ページ(<http://www.maff.go.jp/j/shokusan/seizo/kaigo.html>)で閲覧できます。

(下図：農林水産省資料より)

■①スマイルケア食 やわらかさのめやす



通巻61号

家庭科通信 2017年・2号

機関誌 2017年9月1日発行

①本誌のコピー、スキャン、デジタル化等の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。本誌を代行業者等の第三者に依頼してスキャンやデジタル化することは、たとえ個人や家庭内での利用であっても著作権法上認められておりません。

編集人 ©大修館書店「家庭科通信」編集部

発行人 鈴木一行

発行所 株式会社大修館書店

〒113-8541 東京都文京区湯島2-1-1

Tel (03)3868-2266(編集部)／(03)3868-2651(販売部)

振替 00190-7-40504 印刷・製本 壮光舎印刷

〔出版情報〕 <http://www.taishukan.co.jp>

〔家庭科情報室〕 <http://www.taishukan.co.jp/kateika/>

家庭科のいまをみつめ、これからをつくる

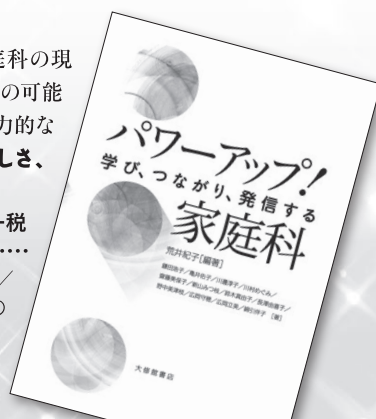
パワーアップ! 家庭科

—学び、つながり、発信する
荒井紀子[編著]

全国規模の調査等をもとに、都道府県ごとに異なる高校家庭科の現状を分析し、家庭科教師の生の声を収載するとともに、家庭科の可能性やおもしろさを探り、教師のパワーアップをはかるような魅力的な取り組みの実践例を多数紹介。学ぶおもしろさ、つながる楽しさ、発信する醍醐味を伝える、これからの家庭科をつくる一冊。

●A5判・208頁 定価=本体2,000円+税

【目次より】第Ⅰ部 家庭科はおもしろい[家庭科のもつ現代的意味／家庭科へのエール] 第Ⅱ部 家庭科のいま[家庭科の役割／家庭科の実像／教師は家庭科をどうとらえているか／…] 第Ⅲ部 これからの家庭科[新しい家庭科をどうつくる／新しい家庭科の授業／家庭科を学ぶおもしろさ、楽しさを演出しよう／…]



大修館書店

書店にない場合やお急ぎの方は、直接ご注文ください。☎03-3868-2651

学校メンタルヘルス ハンドブック

SCHOOL MENTAL HEALTH HANDBOOK

日本学校メンタルヘルス学会◎編

学校という場におけるメンタルヘルスについて網羅したハンドブック。1項目5ページ前後で知識理解と対応のヒントをまとめた。いじめ・うつ・ひきこもり・発達障害・虐待等の子どもの問題だけでなく、教職員・保護者が抱える問題、地域連携の問題も取り上げた三部構成。現場の問題に向き合い続ける学校関係者・医師・研究者を擁する学会が最新の知見を提供する。

●A5判・336頁・函入 定価=本体4,300円+税

【主要目次】第Ⅰ部 学校メンタルヘルスとその概要／第Ⅱ部 学校メンタルヘルスの諸問題／第Ⅲ部 学校メンタルヘルスとその周辺



子どもと教師の〈心の健康〉を守るために

大修館書店

書店にない場合やお急ぎの方は、直接ご注文ください。☎03-3868-2651

家庭科への 参加型アクション 志向学習の導入

【 22の実践を通して 】

【編著】中間美砂子

【著】小椋さやか、久保田まゆみ、小谷教子、坂本理恵子、真田知恵子、新山みつ枝、野中美津枝、踏江和子

せりふ完成法、アンケート調査、ランキング法、ロールプレイ、ワークショップ etc.……生徒が実際に行動することを通して能動的に学ぶ「参加型アクション志向学習」を取り入れた家庭科の授業例を、高等学校における22の実践例から具体的に紹介。授業の実際がわかるプリントやワークも掲載。中学校や小学校での実践にも適用できるヒント満載！

●B5判・180頁 定価＝本体2,000円＋税 978-4-469-27001-3



大修館書店

書店にない場合やお急ぎの方は、直接ご注文ください。☎03-3868-2651

すぐに使える 家庭科授業 ヒント集

下野房子、吉田幸子 [著]

●B5判・128頁 定価＝本体2,000円＋税

楽しい授業をつくる
実践ヒント満載！



多様な活動を授業に取り入れたい先生方へ、著者が長い教師生活の中で培ってきた授業のヒントを紹介し、導入に使える小道具、簡単な実験・実習、ロールプレイなどの「ワークシートにまとめる活動編」、学習への興味・関心につながるコラム・データ・年表資料等の「授業でいかす資料編」から構成。

今日の授業に役立つ1冊！

【主要目次】

I ワークシートにまとめる活動編

これなあに？ — 実物を見せながらやってみよう — 簡単な実験・実習例
まとめてみよう！ — ワークシート例
演じて理解しよう — ロールプレイ例

II 授業でいかす資料編

これ知ってる？ — 豆知識・コラム
いくらになるかな？ — 生活データ集
歴史を振り返ろう！ — 年表例
実践を盛り込んだ授業案

大修館書店

書店にない場合やお急ぎの方は、直接ご注文ください。☎03-3868-2651