

家庭科通信

49

2012

Vol.17 No.3

◆専門家に聞く 世界に羽ばたく、日本の母子健康手帳…………… 3
NPO法人 HANDS 篠原 都

◆新しい動き 消費者教育の推進に関する法律…………… 8

◆エッセイ・和のある暮らし⑬ 小物で楽しむ着物スタイル…………… 16
石橋富士子

◆DIYでおうち磨き・1 アトリエにて子どもたちと…………… 17
末永 京

◆日本家庭科教育学会 第55回大会…………… 18

[DATA FILE] 「食育に関する意識調査」より…………… 2

[授業に生きる] 冊] 一日保育士体験のすすめ…………… 9

[Key Word] 子ども人口時計／4種混合／産後ドゥーラ／HEMS…………… 20

[Question & Answer] ファストフィッシュ…………… 22

◆大修館書店 平成25年度 家庭科副教材等のご案内…………… 10



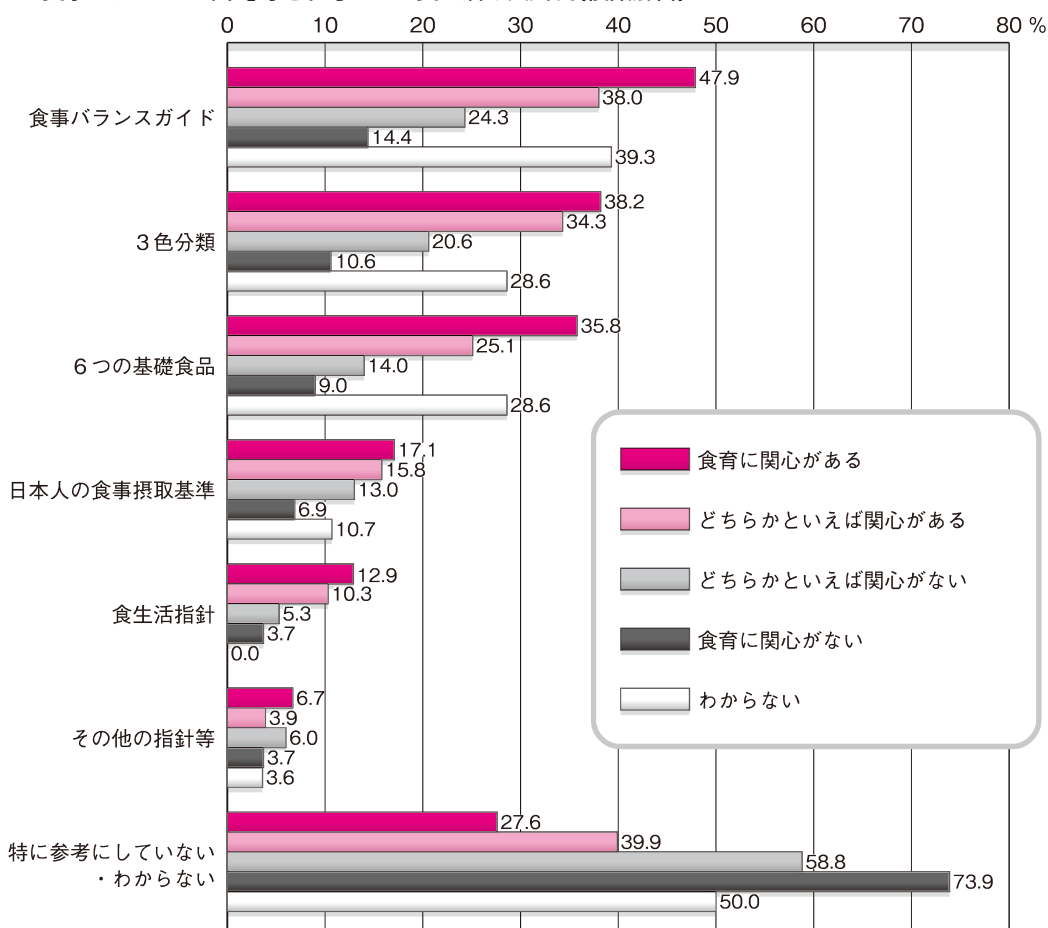
大修館書店

この調査は、食育に対する国民の意識を把握し、食育推進施策の参考とするために、おおむね1年に1回実施されている。食育への関心度、食生活習慣の現状、食生活への意識など、人々の食生活に対する考えかたがみえてくる調査である。

そのなかから今回は、「食生活の実践において、どのような指針等を参考にしているか」を調べた結果を紹介したい。日ごろの健全な食生活を実践するために「参考にしているものがある」とした人は57.8%と半数を超えており、さらに、食育に対する関心度が高くなるほど「参考にしているものがある」割合は高くなっている。また、性・年齢別にみると、40～60代女性で「参考にしているものがある」割合が高くなっている一方で、男性の20～40代、60代で「特に参考にしていない」と答える割合が高くなっている。

●詳細は、内閣府Webページ (<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/syokuiku.html>) で閲覧・ダウンロードできます。

■「食事バランスガイド」等を参考にした食生活の実践度(複数解答)



世界に羽ばたく、日本の母子健康手帳

NPO法人 HANDS マーケティング・オフィサー 篠原 都

世界に広がる母子手帳

——日本の母子健康手帳(以下、母子手帳)が、今、世界で注目されているそうですが、きっかけは何ですか？

篠原 「今、世界で、母子手帳が一人ひとりのお母さんに全国津々浦々まで行き渡っている国というのは日本ぐらいですが、少しでも多くのお母さんに広めたいとがんばっている国や地域も含めると、20か国以上で「母子手帳」といわれるものが使われています。

日本の母子手帳が注目されるようになったきっかけは、さまざまです。まず、海外の医療者が研修や視察で来日し、日本の母子手帳プログラムを知った、ということがあります。たとえば、ケニアの母子手帳は、東京の医大に留学していたケニア人女性医師が、バングラデシュの母子手帳は、当団体の代表理事・中村安秀のところに留学していた医師が導入のきっかけをつくっています。

海外の学会等も一つの機会です。ユタ州の母子手帳は、ある学会で日本の医師が紹介した母子手帳の話聞いて、自分たちの地域にいかせるので

はないかと考えたことがきっかけになっています。

また、ヨーロッパでは、母親と子どもが別々の手帳であることが多いのですが、オランダでは今、母親と子どもの手帳を一つのパッケージにして、全部で7分冊の母子手帳を使っています。

——7分冊もあるのですか！

篠原 そうなんです。妊娠・出産から子どもが6歳になるまでをカバーするのが一般的な母子手帳ですが、オランダの手帳は、思春期からカバーしています。子どもを産んで育てるには、そういう時期も重要だと考えてつくられたものです。さらに、専門職や保護者の声を聞きながら、「親になるための準備」や「母乳」「産後のこと」などもしっかり網羅された7分冊になっています。オランダも以前は、親と子それぞれ手帳が分かれていました。母親と子どもの手帳を一つのパッケージにして配布するようになったのには、日本の母子手帳が参考になっているかもしれません。カンボジアの母子手帳は、お隣ベトナムで開催された「母子手帳国際会議」がきっかけとなって、つくられました。

海外で活動する日本人が後押しすることもあります。たとえばベトナムでは、あるNPOが「障がい早期発見のために母子手帳を活用してみてもどうか」と紹介したのがきっかけで、最初の一つの省(ベトナムの地方行政区画)でじょじょに広がり、やがてベトナム保健省が全国統一版母子手帳をつくるにまで至りました。

特定非営利活動法人 HANDS
<http://www.hands.or.jp/>

2000年1月に、国際保健医療協力をおこなう特定非営利活動法人(NPO法人)として設立。保健医療のしくみづくりと人づくりを通じて、世界の人々が自らの健康を守ることができる社会を実現したいと考え、世界各地で活動している。



また、JICA(独立行政法人国際協力機構)で母子保健の改善のためのプロジェクトの一環として、母子手帳の開発や普及に取り組んだ国もあります。インドネシア、パレスチナ、メキシコ、フィリピンなどですね。

母子手帳の評価とメリット

—— 母子手帳が海外で高く評価されているのは、
どういうところなのでしょう。

篠原 よく言われるのは、「オールインワン」であることです。母子手帳には、妊産婦健診の記録、出産時の記録、児童になるまでの健診の記録、予防接種の記録など、一つの手帳にいろいろな情報が網羅されていますから、子どもの記録を、お母さんのお腹にいるときから、連続して見ることができます。

また、途上国などでは、複数の援助機関によって、子どもの栄養改善プログラムや予防接種等がおこなわれていますが、これらを受けたことを記録するカードは、実は、みんな別々になっているんです。記録する医療者も大変ですし、それを保管するお母さんも大変です。しかも、子どもが多いとその数がどんどん増えていく。それが子ども一人に1冊で記録・保管できるというメリットから、母子手帳を導入するところがけっこうあります。

エイズの母子感染が深刻な場所など、国や地域によって保健の改善点が違ってきますが、そういう情報も母子手帳に盛り込めるし、そこにお母さん自身が注意すべきことも書いておけば、健康教育にも役立てることができる。こういうところも評価されている点だと思います。健康教育に関する事項は、母子手帳を使うお母さんにとっても、その家族にとっても、手元にあることでいつでも見られる身近な教材になりますね。医療者とユーザーとのコミュニケーションが深まるきっかけにもなり、医療者から受けた注意や説明を家に帰ってから確認できることで、お母さんの意識が変

わっていった、というところも評価されています。

一方、行政の側も、お母さんたちに何を教えていくのか、どんな記録をとっていかなくてはならないのかを整理できるので、保健医療サービスが均質化できるというメリットもあります。

「母子一貫」の発想は日本独自

—— そもそも日本の母子手帳は、どういう背景からつくられたのでしょうか。

篠原 日本では、第二次世界大戦中の1942年に、「妊産婦手帳」というものが最初につくられました。これはドイツの「ムッターパス」という妊婦さんむけの手帳がもとになっています。戦後、子どもの栄養不良や高い乳児死亡率が大きな問題になり、子どもの健康問題への対応が「妊産婦手帳」のなかに組み込まれて「母子手帳」になりました。ここで初めて「妊産婦のみ」から「母子」という形ができ上がったのです。

この「母子一貫の手帳」というのが日本独自であり、「『オールインワン』であること」への評価が、途上国をはじめとする海外では本当に高いのです。

実は、「赤ちゃんの命を守ること」と「お母さんの命を守ること」、この二つはセットになっていまして、子どもは妊娠中から分娩、産後時に亡くなる数がものすごく多いのです。それを減らすためには、お母さんが安全に、健康な状態で妊娠経過を辿らないといけませんし、出産も、赤ちゃんに影響のない、安全な形でおこなわれなくてはならない。赤ちゃんへの対策は妊娠中から始まっているわけです。一方、お母さんも分娩のときに亡くなることが多いですから、赤ちゃんを守ることとは、お母さんを守ることにもなるのです。

もともと「妊産婦手帳」も、妊婦の健康だけでなく、健康な子どもを育てるために、という視点がありましたので、手帳をもっている人は優先的に食料が配給されるといった利点をもっていました。その視点は、母子手帳も引き継いでいます。

お国柄があらわれる母子手帳

—— 日本から広まった母子手帳ですが、世界ではどんな母子手帳がつくられているのでしょうか？

篠原 (世界各国の母子手帳を広げて) 本当にいろいろありますよ。

インドネシアのように大きな国際協力支援があるようなところでは、最初からある程度の冊子としてつくられています。タイは、自分たち独自で母子手帳をつくって発展させた国です。だから、最初は最低限の記載しかない、手づくり感あふれる手帳でしたが、今では絵もいっぱい、カラフルで楽しいものになっています。

—— どの母子手帳も、絵や写真が豊富でわかりやすいし、見ていて楽しいですね。

篠原 絵や写真をふんだんに使っているところが日本と違う特徴ですね。途上国ではやはり、識字率の問題などもあって、どうやったらお母さんにもっと関心をもってもらえるか、という創意工夫のあとが手帳にあらわれていますね。イラストもだんだんレベルアップしています。

—— たしかにどの国も、最初につくったものと新しいものではまったく違いますね。

篠原 母子手帳を導入し始めたころは、日本の母



▲世界各国の母子手帳

子手帳の英語版や他の国のものがモデルとなることが多いです。また、イラストにも特徴があり、メキシコでは「これはメキシコ人の顔じゃない！」とお母さんたちに言われてつくり直したり、多民族国家のインドネシアでは、配付地域ごとに表紙の写真を変えられるようにしたりしていました。

反対に、ベトナムの母子手帳は文字ばかりです。ベトナムでは、絵が多いものより、文字がぎっしり詰まったもののほうが大事な書物として扱われるというお国柄もあって、そうなっています。あとは教育ですね。ベトナムも山奥などに行くと、文字の読めないお母さんもいますが、たいていは文字が読める方が多いということもあります。

でも、母子手帳の場合、文字が読めないことはあまりネックになっていないようです。途上国では、記録自体は基本的に医療者がおこない、さらにお母さんには口頭できちんと説明をするよう心がけられています。

—— どのような手帳であれ、お母さんが持っていることがまず何より大切なのですね。

篠原 そうです。母子手帳を持っていれば、健診に行かなければ、予防接種に行かなければ、行って手帳に記録してもらわなければと、医療者のところに行きますね。特にアフリカのように、医療施設もかぎられていて、何時間もかけて行かなければいけないようなところでは、お母さんにがんばってもらって、必要な健診や予防接種などのサ



▲妊娠から出産までの経過をスゴロクのように示したもの

ービスを受けに来てもらわないといけない。だから、母子手帳を持つことで、その必要性をお母さん自身が感じる事が重要なんです。そして、お母さんが行かなければならないときに、家族が協力して送り出したり連れて行ってあげるということにも、母子手帳が貢献できるのではないかと思います。

HANDSの国際支援活動

——海外で母子手帳が導入される過程に、HANDSはどのようにかかわっておられるのでしょうか。

篠原 HANDSの活動方針には「主役は現地の人たち」という考えがあります。その国のことを一番よく知っているのはその国の人たち。私たちは、現地の人たちが活躍できるような場や機会を提供するところにかかわりたいと考えています。ですから、「その国の母子手帳をつくる」といった直接的な活動はしていません。

現在の主たる活動は、2年に1回おこなわれる「母子手帳国際会議」の開催を支援することです。先ほどお話ししたように、母子手帳の導入のきっかけはいろいろです。もともと使っている国、がんばってつくろうとしている国、関心をもっている国が一堂に会する場を提供することが重要と考えています。これは日本にとっても有意義なことで、日本からインスピレーションを受けて母子手帳をつくり出していった国々の取り組みに学ぶべきこともたくさんあると思います。そういう場として、この会議を継続していくことが、私たちの務めかなと思っています。

ただ、母子手帳があるからといって、母子の死亡率がすぐに下がっていくわけでもなく、お母さんの意識がすぐに変わるわけでもなくて、あくまで母子手帳は「ベース」となるものに過ぎません。母子手帳を医療者がどう活用するか、地域の人がどう活用するか、ユーザーであるお母さんがどう活用するか、その後、子どもがどうなるか。そういったことに関しても、今後、私たちにできるこ

とにはかかわっていきたいと思っています。

——ほかに、どういう活動をされていますか。また、どのような活動をしていきたいですか。

篠原 私たちのスタッフや協力者、支援者には医療者、看護師・助産師や保健師の方が多いので、特に母子保健といわれる、お母さんと子どもの命と健康を守るための活動を強化したいと思っています。

現在は9か国、アフリカ、アジア、南米で活動していますが、たとえばスーダンでは、村落助産師の能力や技術を上げるための研修制度を国がつくるお手伝いをしています。ケニアでは、村の衛生問題の改善がすべて母子の健康につながることから、村を全体的によくしようという「保健ボランティアさん」、要するに無償で地域のために働く人を育てています。

基本的には私たちのやっていることは“人づくり”ですから、その国の人々が力をつけるとか、新たに自分たちがやりたいことを見つけるとか、そういうことによって、世界で簡単に失われてしまう命が少しでも守られていく環境づくりの部分を支援していきたいと思っています。

失われていく命を助けない

——ここで少し、篠原さんご自身について伺いたいのですが、篠原さんがHANDSの活動にかかわられるようになった経緯をお聞かせください。

篠原 私はHANDSに入る前は、日本の民間企業に勤めていました。国際会議の運営会社、広告代理店、メディア制作会社で働いた経験があります。

私自身は国際協力についてはほとんど知りませんでした。洞爺湖サミット(2008年)についての報道で、日本が母子保健の改善に貢献していること、母子手帳という日本独自のものがあって、それが世界の国々で母子保健の改善に役立っているということを知りました。

興味をもって調べていくと、海外では、生まれでもその命さえ簡単に失われてしまうような現状があることを知りました。そういう状況を改善しようがんばっている人たちを手伝ったり、自分の経験をいかすことが何かできないか、そう思っていたところ、たまたまHANDSで広報のポジションを募集していたのが縁です。

私がHANDSに入った年に、第6回母子手帳国際会議が10年ぶりに日本で開催されました。運営をお手伝いしながら、会議で発表する人たちから、最前線で自分たちの国や地域の母子の状況をなんとかしようという思いがひしひしと伝わり、母子手帳に真摯に取り組んでいる姿を見て、私自身がどんどんのめり込んでいきました。

私は、母子保健の専門家でも国際協力のエキスパートでもないですが、母子保健に関するさまざまな情報を広く発信し、専門家にもそうでない一般の人にも現状を知ってもらえるよう、自分ができる範囲でやっていこうと考えています。

——最後に、国際協力について、高校生にできること、考えてほしいことをお話しただけませんか。

篠原 HANDSにボランティアで来てくれている大学生や高校生、国際理解教育や総合教育の一環でHANDSに話を聞きに来てくれる中高生と接していると、私の学生時代と違って、小さいころからそういう情報に触れて、みなさん意識が高いと思います。今はビジネスでもふだんの生活でも、世界と日本は切っても切り離せないの、いろいろなことに興味をもってほしいなと思います。国際協力についても、ちょっと興味をもったら、ぜひ、飛び込んできてみてほしい。私たちだけでなく、ほかの団体も歓迎すると思いますよ。

また、国際協力にすでに関心をもっている人たちに対しては、国際協力においては「こちら側の価値観で動いてはいけない」というところがあるので、相手のことを思いやったり、相手の立場に立って考えたり、そういう感覚を養うことがものすごく大事だと思います。「国際協力をやりたい。

何が必要ですか」「語学力はどうしたらいいですか」「どういう勉強をしていったらいいですか」と聞かれることも多いのですが、語学はもちろん必要です。でも、語学は磨いていくことができるし、勉強もいくつになってもできる。たとえば、40歳代で看護師の資格を取り、新たに大学院に行って国際開発の勉強をし、その分野でかかわっていく人もいます。

でも、国際協力に一番大切な、求められる能力といわれるのはコミュニケーション能力です。コミュニケーション能力とは、相手の考えていることを理解したり、相手の伝えたいことを聴き取れて、それを形にすることができるような能力。そういう、対人能力、対人適応力とか対応力というのは、いろいろな人と会って、それも老若男女いろいろなタイプの人と向き合って、表面的でなく深く接していく経験をたくさん積み重ねることで養われていくものではないでしょうか。そういった経験は、最終的には、途上国の人たちといい形でかかわっていくための力になると思います。

この間、HANDSに話を聞きに来てくれたある高校生が、「マラリアで死亡する子どもがひじょうに多い」という話のなかで、「私は会社に勤めて、服をつくって蚊を予防できるようにしたい。暑い国の人でもそれを嫌がらないで着られる新しい素材の服をつくってあげたらいいんじゃないかと思う」と言っていました。そういう発想がすごく大事なんです。どのような形であれ“貢献”はできるんですよ。国際協力を掲げた団体に所属しなくても、そういう可能性はいっぱいある。高校生の皆さんにはぜひ、このことを頭においていただけたらいいなと思います。

新しい動き

消費者教育の 推進に関する法律

▲2012(平成24)年8月、消費者市民社会の形成をめざして消費者教育の推進をしていくことを目的とした「消費者教育の推進に関する法律」が定められた。

消費者教育の推進？ 何を今さら…と思われる家庭科教育関係者の方々は多いかもしれないが、消費者被害の防止と消費者の自立を促すために、消費者教育の基本理念や消費者教育にかかわる国や地方自治体の責務、消費者教育の方針や推進に必要な事項を定めた「消費者教育の推進に関する法律」が制定された。

高齢化、情報化、国際化等、社会情勢の変化にともなって、消費者被害は手口が複雑化、高額化し、その被害から立ち直ることが困難なケースも増えて、深刻さを増している。また、一人ひとりの消費生活への意識が、自分の生活だけでなく、国、世界、地球環境にまで影響を及ぼすものであることを自覚することが大切とされている。この法律は、そうした消費者の現状と課題を鑑み、消費者が商品選択と消費者としての行動を通じて主体的能動的に社会参加し、公正で持続可能な社会をつくることに貢献する「消費者市民社会」の考えかたを正面から取り入れて、その実現のための教育を施策として定めた点で、極めて画期的な法律となっている。

* 法律の要旨および全文は、消費者庁Webページ(<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2006/02/dl/s0223-6d.pdf>)で閲覧できます。

■消費者教育の推進に関する法律の概要

目的(第1条) ・消費者教育の総合的・一体的な推進 ・国民の消費生活の安定・向上に寄与 定義(第2条) 『消費者教育』 消費者の自立を支援するためにおこなわれる消費生活に関する教育及びこれに準ずる啓発活動(消費者が主体的に消費者市民社会の形成に参画することの重要性について理解及び関心を深めるための教育を含む。) 『消費者市民社会』 ・個々の消費者の特性及び消費生活の多様性の相互尊重 ・自らの消費生活に関する行動が将来にわたって内外の社会経済情勢及び地球環境に影響を及ぼし得ることの自覚 ・公正かつ持続可能な社会の形成に積極的に参画 基本理念(第3条) ・消費生活に関する知識を習得し、適切な行動に結びつける実践的能力の育成 ・主体的に消費者市民社会の形成に参画し、発展できるよう積極的に支援	国	地方公共団体
	責務(第4条) 消費者教育の推進に関する総合的な施策策定、実施	責務(第5条) 団体の区域の社会的経済的状况に応じた施策策定、実施(消費者生活センター、教育委員会その他の関係機関と連携)
	基本方針(第9条) ・消費者庁・文部科学省が案を作成・閣議決定 ・基本的な方向　・推進の内容等	都道府県消費者教育推進計画 市町村消費者教育推進計画 ・基本方針を踏まえ策定(努力義務)
	消費者教育推進会議(第19条) 消費者庁に設置(いわゆる8条機関) ①構成員相互の情報交換・調整 ②基本方針の作成・変更に意見 ○委員(内閣総理大臣任命) 消費者、事業者、教育関係者、消費者団体・学識経験者等	消費者教育推進地域協議会(第20条) 都道府県・市町村が組織(努力義務) ①構成員相互の情報交換・調整 ②推進計画の作成・変更に意見 ○構成 消費者、消費者団体、事業者教育関係者、消費生活センター等
	義務づけ(国・地方) ○学校における消費者教育の推進(第11条) ○大学等における消費者教育の推進(第12条) ○地域における消費者教育の推進(第13条) ○人材の育成等(第16条)	努力義務(国及び地方) ○教材の活用等(第15条) ○調査研究(第17条) ○情報の収集(第18条)

(消費者庁資料より抜粋して掲載)



一日保育士体験のすすめ

保育園で育む親心

親心を育む会 [編著]

「一日保育士体験」をご存じですか？ 一言で言うと、お父さんやお母さんが、わが子の保育園で丸一日「せんせい」になって過ごす体験活動です。

この体験をしたお父さん・お母さんは、「わが子にとって自分たちの存在がどれだけ大きいかを、より強く感じるようになった」と言います。親が保育園と一緒にいるだけで手放して喜ぶわが子の姿は、子どもにとって親に見てもらうことがどれだけ大事なことなのかを、お父さん・お母さんの心に刻み込むのでしょう。また、他の子どもたちを見て「自分の子を客観的に見られた」と多くの方が言い、改めてわが子が愛しく感じられるようです。

* * *

乳幼児期の子どもにとって、一番大切なのは親から感じられるぬくもりや安心感です。親という安心感は、成長してからの心の安定と人間への信頼感を育てる上で、最も大切なものです。

しかし近年、共働き世帯が増加し、0歳児からの乳児保育や長時間保育(10時間以上)の利用が増えています。仕事や家事に追われ、子育てを“保育園任せ”にしがちな家庭も、正直に言って少なくありません。親子が一緒に過ごす時間は非常に少なくなり、ぬくもりや安心感が不足している子どもたちも。仕事と家庭の両立が難しいのはわかるのですが、親の迎えを待ちわびる子どもたちを毎日見ている私たちには、子どもたちの豊かな育ちがおとなの都合で疎かにされているようで、なんとも歯がゆいのです。

乳幼児期の子どもは、親の心が何をみつめているのかをいつも確かめながら自分作りをしています。そこに寄り添う親の心を、私たちは「親心」と

呼んでいます。これは、他の人ではどうにも代わることのできないものです。けれども、私たちは、親たちに親心が失われつつあることを、日々の子どもたちの様子から痛感しています。なぜなら、親心が届いている子どもとそうでない子どもとの間には、心身の安定や友だちとの関わり方などに、はっきりとした違いが見えるからです。

子どもは、親に最も愛されたいと願っています。その小さな願いを叶えたい。今、親心を育てなければ……。焦りにも似た思いで取り組み始めたのが、一日保育士体験です。子どもが親を一番必要とし、親が親に育つ乳幼児期に、子どもの育ちや子育てのことを親と保育士がともに話し合い、考え合う。私たちは数々の実践を重ねるなかで、この体験には、失われつつある親心を育み、弱まりつつある親子の絆を強く結び直す力があることを確信しています。

* * *

時々、保育園を訪れてくれる中・高校生。彼らは、子どもたちとふれあうなかで、自分にもこんな幼い時があり、ひとりでは生きてこれなかったこと、親が慈しみ育ててくれたことに気づかされるようです。多感で、一筋縄ではいかない中・高校生も、子どもたちに囲まれると、知らぬ間に心が解きほぐされている。そんな、おとなには到底まねのできない力を、小さな子どもたちは持っています。将来お父さんやお母さんになるであろう中・高校生もぜひ、一日保育士体験を。人間の生命の重さ、人が育つことのすばらしさを感じてほしいと思います。

(親心を育む会 会長 園部浅子)



判型・頁 A5判・144頁
定 価 1,680円(税込)
発 行 所 大修館書店

家庭総合[家総 305]
家庭基礎[家基 308]

教科書準拠

学習ノート



【家総 305】 家庭総合
豊かな生活をともにつくる
学習ノート

【仕様】
生徒用：B5判 1色刷/144頁
〔価〕 570円
教師用：B5判 2色刷/144頁



【家基 308】 家庭基礎
豊かな生活をともにつくる
学習ノート

【仕様】
生徒用：B5判 1色刷/112頁
〔価〕 570円
教師用：B5判 2色刷/112頁

教科書準拠

教科書本文の穴埋めを中心に、基礎知識の確認や教科書の理解度チェック、まとめて最適な問題を収録しています。

基本・実践・応用の3ランクの設問

教科書本文の穴埋めや用語選択といった「基本問題」から、調べ学習や資料を読んだ感想や自分の考えをまとめる「実践問題」「応用問題」まで、生徒の理解度を把握できるさまざまな問題を収録しています。

新たに導入課題・章末課題を設定

各章とびらには、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をはかることのできる「導入課題」を、章末には、各分野の学習をまとめる課題を収録しています。

▼【家総 305】の教師用紙面見本。教師用は、生徒用に赤字で解答例が入っています。

2 家族・家庭をみつめよう 教科書 p.16~19

1 現代の家族・家庭 ①

【基本】 家族について、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。

家族とは、「① **夫婦**」という一組の男女を中心として、その近親の血縁者が② **住居**をともに生活している小集団」と一般に考えられてきた。しかし家族は、時代により、社会により、そのありかたや中心となる③の結びつきが、いっしょに住む人の構成などが④ **変化**しているものである。近年では、核家族¹、直系家族²といった家族構成のほか、⑤ **職業**や⑥ **学業**の⑦ **関係**が⑧ **別**にしているなどの住まいかた、事実婚³や養親・養子関係⁴などのように⑨ **婚姻関係**や⑩ **血縁関係**はないが⑪ **養**や⑫ **生計**をともにしている関係といった結びつきかたなど、家族の形やあり方はさまざまである。

最近の日本の家族の動向をみる場合、統計上は「住居と生計をともにしている集団」である⑬ **世帯**によって把握することが多い。

(2) 下線部 a.b.c のことばについてそれぞれ簡潔に説明してみよう。

a. 核家族
(「**夫婦**(あるいは**ひとり親**)と未婚の子ども」および「**夫婦のみ**」からなる家族。)

b. 直系家族
(一組の親の子ども家族とその親からなる家族。)

c. 事実婚
(婚姻届を出さずという法律上の手続きはしていないが、事実上夫婦として生活している関係。)

(3) 核家族に祖父母・おじ・おばなどの他の親族が加わった家族は何と呼ばれるだろうか。
(**拡大家族**)

【発展】 多様な家族としての結びつきかたや住まいかたの例をイラストで示し、その生活のようすについて創作してみよう。

イラスト	生活のようす	イラスト	生活のようす
	働く父母と保育所に通う子どもの家族。平日は忙しいので、あまりゆっくりする時間がないが、休日は、親子3人で遊んだり、食事をゆっくりして過ごす。		

【基本】 下のグラフは、わが国の世帯構成割合と世帯総数、平均世帯人員の推移を示している。このグラフから読み取れる家族の動向をまとめてみよう。また、そのような家族の動向の背景として考えられることをまとめてみよう。I

●グラフから読み取れる家族の動向

【例】 ・「夫婦と未婚の子ども世帯」が最も多い。
・「夫婦のみ世帯」「女親と子ども世帯」が増加傾向にある。
・「単独世帯」(一人暮らし)が急激に増加している。
・「直系家族世帯」はやや減少傾向にある。
・世帯総数は増加し、世帯規模は縮小している。

●家族の動向の背景として考えられること

【例】 ・産業構造の変化により、雇用労働者が増加した。
・都市部への人口集中により、住宅規模が小さくなった。
・親の職業を継ぐとはかぎらないので、同居の必要がなくなった。
・晩婚化や高齢化の影響により、一人暮らしの人が増えた。
・核家族での生活を志向する人が増えた。
・多様な家族を認めるよう人々の意識が変化した。

【発展】 あなたが住んでいる自治体の世帯構成割合や世帯の家族類型別世帯数を調べてみよう。どのような特徴があるだろうか。

調べた自治体 ()

【参考】 資料調査の結果は、各自治体のWebページなどでも調べることができる。



[家基 309] 未来を拓く
高校家庭基礎 授業ノート

【仕様】
生徒用：B5判1色刷/144頁
[予価] 570円
教師用：B5判2色刷/144頁

教科書の展開に合わせた「見開き展開」

教科書の流れにそって、授業中に取り組める課題を収録。
このノート1冊で、学習の成果を毎時間まとめていくことができます。

基本から応用まで、幅広い問題を収録

教科書の内容を効果的に学習できる問題を収録しています
ので、授業はもちろんのこと、自学自習や課題提出に幅広く活用できます。

●大修館書店の準拠ノートの特徴

知識理解だけでなく、関心意欲、思考、表現などの
評価しにくい力を評価する実践的な課題を多数収
録しています。

「教師用」は“解答編”です。生徒用に赤字で、解答
や指導のポイントを表示しています。採点や評価が
しやすいのが特徴です。

▼ [家基 309] の教師用紙面見本。教師用は、生徒用に赤字で解答例が入っています。

教科書 p.74~75

4 消費者としてどう生きるか

① 次の文の（ ）に当てはまる語句を記入してみよう。 (見出し・本文)

消費者問題の未然防止や解決をめざして、日本の消費者政策は進められ、1968年に
(① 消費者保護基本)法が制定され、消費者保護に関する施策の基本方向が示された。
2004年には、「保護」から「自立」支援政策への転換をめざして改正がおこなわれ、
(② 消費者基本)法と改称された。また、複数の省庁にまたがる横断的な取り組みが必要
である消費者問題について、適切に対応できる消費者行政の一元化をめざし、(③ 消費者庁)
が新設された(2009年)。

② 製造物責任とはどのようなことか、教科書などをみてまとめてみよう。 (本文・本文)

(例) 欠陥商品により生じた消費者被害に対し、製造者が負う責任のこと。この被害から消費者
を守るために制定された法律を製造物責任 (P.L.) 法という。

③ 次の消費者の権利と責任の表の（ ）に当てはまる語句を記入してみよう。 (見出し・本文)

8つの権利	5つの責任
○ (① 安全) への権利 ○情報を与えられる権利 ○ (② 選択) をする権利 ○ (③ 意見) を聞かれる権利 ○生活の基本的ニーズが保証される権利 ○ (④ 損害) に対する補償または救済措置を受ける権利 ○ (⑤ 消費者教育) を受ける権利 ○健全な (⑥ 環境) のなかで働き生活する権利	○商品について (⑦ 批判的意識) をもつ責任 ○自ら (⑧ 主張) し、公正な取り引きを得られるように行動する責任 ○自らの消費行動が他社、とりわけ弱者に与える影響を (⑨ 自覚) する責任 ○自らの消費行動が (⑩ 環境) に及ぼす影響を理解する責任 ○消費者として団結し、(⑪ 連帯) する責任

④ 消費者問題に関する記事を探してみよう。そして内容を整理して分析してみよう。 (見出し・本文) (見出し・本文)

切り抜いた記事を貼ってみよう

テーマ (見出し)	
出所 (新聞名や情報元等)	
概要 (記事のあらましやポイント)	
問題点や対応策 (被害の状況や今後の対策等)	

MEMO

ここでは、これまでの日本の消費者政策の流れを振り返るとともに、その背景にはどのような消費者問題があったのか、あわせてとらえさせたい。
また、これからを生きる消費者として、一人ひとりと与えられている課題について、具体的に考え、自分の課題としてまとめられるようにしたい。

新家庭総合[家庭 037] 教科書準拠
新家庭基礎[家庭 046]

学習ノート

■教科書準拠

「新家庭総合[家庭 037]」「新家庭基礎[家庭 046]」の各教科書に準拠。基礎知識の確認や教科書の理解度チェック、まとめに最適です。

■基本・実践・応用の3ランクの設問

基本——教科書本文の穴埋め問題や用語選択問題、実践・応用——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など、「基本・実践・応用」の3ランクの設問をご用意しています。

■解答編[教師用] もご用意

穴埋め問題や用語選択問題の解答とともに、記述問題採点のポイントを示しています。

新家庭総合[家庭 037] 学習ノート



【仕様】

生徒用：B5判1色刷、
136ページ
教師用：B5判2色刷、
136ページ

【定価】

生徒用：570円(税込)
教師用：1,575円(税込)

新家庭基礎[家庭 046] 学習ノート



【仕様】

生徒用：B5判1色刷、
120ページ
教師用：B5判2色刷、
120ページ

【定価】

生徒用：570円(税込)
教師用：1,575円(税込)

高校家庭総合[家庭 038] 教科書準拠
高校家庭基礎[家庭 047]

授業ノート

■教科書同様の見開き2ページ展開

「高校家庭総合[家庭 038]」「高校家庭基礎[家庭 047]」の各教科書に準拠。教科書と同様に見開き2ページで展開しています。教科書の流れにそった学習をサポートします。

■基本から記述式応用問題まで幅広く対応

教科書の内容に合わせて、効果的な学習が展開できる課題を収録しています。授業に、自学自習に、課題提出に、幅広く活用できます。

■自由記述ができるノート部分付き

見開き2ページごとにノート部分(罫線)を設けていますので、この授業ノート1冊で学習の成果をまとめることができます。

高校家庭総合[家庭 038] 授業ノート



【仕様】

生徒用：B5判1色刷、
224ページ
教師用：B5判2色刷、
224ページ

【定価】

生徒用：800円(税込)
教師用：2,310円(税込)

高校家庭基礎[家庭 047] 授業ノート



【仕様】

生徒用：B5判1色刷、
152ページ
教師用：B5判2色刷、
152ページ

【定価】

生徒用：600円(税込)
教師用：1,680円(税込)



高校生のための生活学 改訂版

家庭科資料と食品成分表

■家庭科資料集と食品成分表が一体になった、好評の副教材

家庭科資料編は、統計資料などの更新可能なデータについては最新の情報を掲載。授業の補足に、発展学習に、活用度の高い資料編です。食品成分表編は、「新カラーガイド食品成分表改訂版」から約1,000食品をピックアップしてコンパクトにまとめて収録しています。

【仕様】 AB判 4色刷 320ページ 【定価】 840円(税込)



新カラーガイド食品成分表 改訂版

食べることを知る

■「日本食品標準成分表 2010」準拠

文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会報告「日本食品標準成分表 2010」で分析されているすべての栄養成分について数値を掲載しています(企業提供の市販食品を除く)。また、「日本人の食事摂取基準(2010年版)」をはじめ、栄養関連の資料も多数掲載。「食事バランスガイド」についても巻頭口絵で特集しています。

【仕様】 B5判 4色刷 320ページ 【定価】 800円(税込)

新高校家庭科ワークブック

■家庭科の基礎・基本が身につく

家庭科の基礎・基本を47のテーマで学ぶワークブック。自主的・創造的な学習を促します。教科書の種別に関係なく活用できます。

編集集中

【仕様】 B5判 1色刷 128ページ 【予価】 570円(税込)



◆資料編の内容

① 生涯発達と家族

- さまざまな家族・家庭
- 男女共同参画社会
- 働くということ

……他 5 項目

② 乳幼児の発達と保育・福祉

- 子どもの成長・発達
- 親になること
- 子どもの権利と福祉

……他 4 項目

③ 高齢者の生活と福祉

- 加齢にともなう心身の変化
- 高齢期の豊かな過ごし方
- 介護の必要な高齢者への支援

……他 3 項目

④ 消費生活と環境

- お金の使いかた
- クレジットカードの落とし穴
- 悪質商法・詐欺
- 地球環境の今

……他 4 項目

⑤ 衣生活の管理と健康

- 被服材料の種類と性能
- 被服の選択と購入
- 多様化する衣生活

……他 4 項目

⑥ 住生活の管理と健康

- 住生活の安全と管理
- 共生のまちづくり

……他 4 項目

⑦ 生活文化

- 生活文化をみつめる 実践課題

⑧ 食生活の管理と健康

- 食生活問題
- これからの食生活
- 人と栄養
- 食中毒の発生とその予防
- 食品添加物
- 調理の基本

……他 9 項目

◆食品成分表編実物見本

魚介類

魚名	見当量(100g)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	リン mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンB6 mg	ビタミンC mg	ビタミンE mg	ビタミンK μg	ナトリウム mg	カリウム mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
① 魚介類	見当量(100g)	200	20.0	20.0	20.0	200	200	2.0	2.0	800	0.5	0.20	0.20	20	20	2.0	2.0	2.0	1.0	
② 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
③ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
④ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑤ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑥ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑦ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑧ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑨ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑩ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑪ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑫ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑬ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑭ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑮ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑯ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑰ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑱ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑲ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
⑳ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉑ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉒ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉓ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉔ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉕ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉖ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉗ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉘ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉙ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉚ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉛ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉜ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉝ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉞ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㉟ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊱ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊲ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊳ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊴ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊵ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊶ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊷ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊸ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊹ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊺ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊻ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊼ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊽ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊾ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	
㊿ 魚介類	見当量(100g)	100	10.0	10.0	10.0	100	100	1.0	1.0	400	0.25	0.10	0.10	10	10	1.0	1.0	1.0	0.5	

210 ① 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ② 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ③ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ④ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑤ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑥ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑦ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑧ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑨ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑩ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑪ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑫ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑬ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑭ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑮ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑯ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑰ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑱ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑲ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑳ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉑ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉒ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉓ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉔ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉕ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉖ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉗ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉘ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉙ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉚ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉛ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉜ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉝ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉞ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉟ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊱ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊲ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊳ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊴ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊵ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊶ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊷ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊸ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊹ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊺ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊻ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊼ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊽ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊾ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊿ 魚介類の栄養成分表(100gあたり)

211 ① 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ② 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ③ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ④ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑤ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑥ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑦ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑧ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑨ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑩ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑪ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑫ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑬ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑭ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑮ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑯ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑰ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑱ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑲ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ⑳ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉑ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉒ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉓ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉔ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉕ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉖ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉗ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉘ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉙ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉚ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉛ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉜ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉝ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉞ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㉟ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊱ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊲ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊳ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊴ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊵ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊶ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊷ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊸ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊹ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊺ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊻ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊼ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊽ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊾ 魚介類の栄養成分表(100gあたり) ㊿ 魚介類の栄養成分表(100gあたり)

魚介類の栄養成分表

(紙面見本はB5判見開きを40%に縮小)

エッセイ・和のある暮らし⑬

小物で楽しむ着物スタイル

石橋富士子

文・イラスト／いしばし・ふじこ

イラストレーター。女性誌、教科書などの挿絵、イラスト、エッセイや手作り小物、半襟デザイン(和キッシュ)など多彩に創作している。「家庭科通信」の表紙イラスト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」(幻冬舎)、「べたこさんの手作り生活」(フィールドワイ)などがある。ブログ「着物と和力(わ・ちから)」(<http://petacokimo.exblog.jp/>)も更新中。

着物の楽しさはいろいろありますが、手作り出来ることもそのひとつ。半襟や腰紐、襦袢など、布を直線に切り、まっすぐ縫えばいいもの多くて、裁縫の技術がない私でもなんとかなります。自分用だったら多少縫い目がそろっていなくてもかまいませんし。

特に手作りするのが楽しいのは半襟です。

襟汚れのためのカバーで、襦袢からはずしてこまめに洗濯します。カバーという消耗品ではあるけれど、顔のそばなので、少ししか見えないながら人目を引きます。

着物を何枚もそろえるのでしたら、半襟を何枚もそろえたほうが楽しめます。

たとえば秋。山吹色やこげ茶、深緑などに赤や紫の刺繍やビーズで木の実や紅葉をあしらったり、冬には雪輪やヒイラギ、南天などの赤い実を刺繍しても素敵です。

暖かそうなフリースや別珍など冬ならではの素材も楽しい。共布で帯揚げやバッグなどをそろえると素敵です。

洋服には洋服のよさがあるけれど、着物もコーディネートが楽しめて、遊べます。まだまだありきたりの着方で満足されているかたも多いのです

が、奥が深い着物のコーディネイトの面白さを多くの人に知ってほしいと思います。

着物を着る人が増えると、着物周りの小物を作る人や業者の人が増えます。その結果として商品の選択肢が広がるのがありがたい。おまけに価格だってちょっと安くなるかもしれません。

着物イコール窮屈、高い、手入れが大変、間違ってる着たら(お直しおばさんが)怖い、といった着物のマイナスイメージをなくして、だれでも楽しめるような環境を望んでいます。

不思議ですよ、冬にレースやジョーゼットなど透ける素材や半袖の洋服は当たり前なのに、着物となると着ていい季節の縛りや組み合わせのルールなどが多くて自由に着られない雰囲気、確かにあります。

さて、着物での生活をはじめたときに「知識ゼロからの着物と暮らす入門」(幻冬舎)という本を書きましたが、この秋にその続編が出版されました。

題して「着物と遊ぶ」。7年の間にあたためてきた、少しでも着やすく、さらに着物を楽しむためのアイデアを全部盛り込みました。着物って楽しい！と感じてもらえたら満足です。



DIYでうち磨き・1

アトリエにて 子どもたちと。

末永 京

我が家には5歳の息子と3歳の娘がいます。日中、息子は幼稚園に行っていますが、娘はまだ未就園児。私がDIYで家のあちらこちらをセルフリフォームしたり、家具を作ったりしている姿を見て、友人は口々に「よくそんなことする時間あるねえ」と言います。自分の自由時間？ ほとんどありません。朝から子どもの寝かしつけが終わるまで、常に子どもと一緒にですから、やれることも限られてきます。夜の寝かしつけの時には一緒に寝てしまうこともしばしば。

そこで私は「子どもたちと遊びながらDIY」をするようにしています。子どもはペンキやカナヅチが大好き。ペンキ塗りやダボ埋め(穴に細い木を打ち込む)、ヤスリがけなど、危険でないものはなるべく子どもたちにやらせようようにしています。自宅で使うものであれば、多少不出来でもいいし、逆にその不出来さが後から見て味になると思うのです。

しかし、頼まれたものやお仕事のものなど、慎重に作りたいものは、子どもたちには遠慮してもらいます。そういう時は、我が家にある大量の端材が大活躍。端材を使って工作タイムです。木を木工用ボンドで好きなようにくっつけ「これ恐竜!!」とか「これは電車!!」とか言いながら二人で遊んでいる姿を横目に、私は作業を進めます。乾いたらペンキを塗りおめかし。下の子は特にペンキが好きなので、ペンキと筆を渡せば1時間は集中して遊んでくれます。

その時注意しなければいけないのが「ペンキが服に付いたって、床にたれたって、決して怒らない」こと。前もって床にマスカー(養生シート)を敷き、汚れてもいい服装にして始めないと、お互

すえなが・きょう

ATELIER n° 905主宰。DIYアドバイザー。自宅での木工教室を中心に、ホームセンター等で木工を教える。「ママにうれしい木工、子どもにやさしい木工」をモットーに、託児つき木工教室や子どもむけワークショップも開催。
ブログ「ママに嬉しい木工**こどもに優しい木工」
ameblo.jp/kuricoroom/

いにイライラして、ちっとも楽しくなくなってしまう。

以前、子どもたちの絵本棚を作った時のこと。まだ無塗装の本棚に、待ちきれない息子は大喜びで、自分のお気に入りの絵本を並べていました。「じゃあ、一緒にペンキで塗ろう!!」と塗り始めたら、2人は床にも壁にもペンキを塗り、終いにはペンキを踏んだ足で歩くものだから床は足跡だらけ。つい、怒ってしまったんです。それからと言うもの、息子はあんなに喜んでいて絵本棚に近づくなくなっていました。

作ることの楽しさを、私の感情ひとつで壊してしまった。本当にかわいそうなことをしました。それからというもの、子どもたちにやらせる時は中途半端にはやらせません。やっていいときは思いつき。

そんな2人の小さなDIYerと共に、顔にペンキを付けながら、明日もあれこれと作って行こうと思います。養生は忘れずにね!!

今日のDIY便利グッズ

● マスキングテープ

塗装をする際、ペンキが付いては困る部分に予め貼っておいて、ペンキのはみ出しを防ぐもの。



● マスカー

マスキングテープにビニールシートがついたもの。ビニールシートの大きさもいろいろ。塗料の付着してはならないところを、すばやく広範囲に養生してくれる。塗装の養生以外にも、ワックスがけやエアコン掃除の時などにも重宝します。

日本家庭科教育学会 第55回大会

▲2012年6月30日～7月1日、日本家庭科教育学会第55回大会が、小金井市の東京学芸大学で開催された。

今大会では、58本の口頭発表および17本のポスター発表、合わせて75本の研究発表がおこなわれた。衣食住、共生社会、消費者教育、ホームプロジェクトなどの分野、また災害対策や防災意識の強化といった視点や家庭科教員養成の観点からの発表もあった。

家庭科という教科のありかたや、家庭科と密接にかかわる人々の生活や社会について、考えさせられる口頭発表が多くあった。そのうち二つをあげてみたい。

高校家庭科における「共生社会」の位置づけや授業の方向性を考察した発表では、「弱い人を支える」という考えかたで真の共生社会をつくることのできるのかという問題提起がなされ、さまざまな人の生存を認め生活を保障していく社会をめざす教育が必要であるとの研究結果報告があった。あらゆる立場の人が「共に」生きる社会にむけて、家庭科はどういった切り口から、何を教えていくのか、難しいながらも考えていかなければならない。明日の家庭科をつくっていくための一步を得た思いだった。また、高校生の食行動と意識から食育を問うた研究発表からは、現代の高校生の「食」事情が浮かびあがってきた。なかでも目を引いたのは、調査実施高校において「食生活に興味がない」および「あまりない」と答えた生徒が35%を超えていたこと、さらにそうした生徒はより朝食を摂らない傾向にあったことである。食への興味が薄いことと朝食の欠食が必ずしも直結するわけではないだろうが、食への興味が薄いために食

生活が乱れる高校生が増えるということは危惧すべきである。毎日必ず摂る食事は人にとってもっとも身近であり、したがって改善の余地も効果も大きいであろう。食の大切さを教え、自己の食生活に多くの生徒が関心をもち管理できるように導いていける、効果的な教材開発の必要性を感じた。

会場の雰囲気としては、口頭発表に対して参加者側から「目からウロコが落ちた」という感想が聞かれたり、発表者と、聞き手である高校の先生とが現場の実態を共有したりする場面もみられ、双方向に刺激や学びがある充実した時間となっていたようであった。

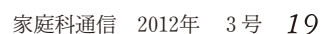
ポスター発表では、ユニバーサルデザインについて考える授業の実践や、消費者市民を育成する教材の開発を報告したものがあり、これからの時代を生きるうえで求められる力を、家庭科教育がどう授けていけるのか模索する研究者たちの姿をみたように思った。また、弁当づくりに関する教材、授業についてまとめたポスターや家庭科教育とキャリア教育の関連性を検討した展示をみて、家庭科が実際の生活と深く結びついていることをあらためて感じ、だからこそ教科と日常生活とのつながりをより強めることが必要なのだと考えさせられた。



▲ポスター発表

講演・シンポジウムは「東日本大震災と家庭科教育—生活をみつめ、考え、つくる家庭科学習—」をテーマに掲げ、室崎益輝氏による基調講演のあと、二人のシンポジストとコーディネーターによ

東日本大震災以来、多くの日本人が「災害と隣り合わせに生きている」ことを身にしみて感じているのではないと思う。普段の生活のなかから、いざというときにとっさに行動できる人間を育てていく必要があり、生活と密接につながりまさに「生きる力」をつける家庭科という教科がそのため



Key Word — キーワード

子ども人口時計

「少子化が進めば1000年後の5月5日のこどもの日は来ない」。

東北大学経済学研究科・吉田浩研究室(加齢経済学)が、リアルタイムで少子化の状況がわかる「子ども人口時計」を制作、インターネットを通じて公表している。

少子化は日本が直面する大きな社会問題の一つであり、その解決が重要な課題であることは社会的に認識されてはいる。けれども、漠然としているせいか、今ひとつ切迫感をもって議論や対策がおこなわれていない。「子ども人口時計」は、こうした現状に対し、少子化の事態の重大性を数字で表現することでアピールし、少子化問題への実効的な議論を加速させるツールとして役立てられることを期待し、開発された。

時計は、総務省統計局公表の、過去1年間の日本の子ども数(0歳～14歳まで)の変化を基準に、
(1)2012(平成24)年5月5日現在の日本の子ども数、
(2)現在の瞬間での日本の子ども数、
(3)この変化率のまま日本の少子化が継続・進行した場合に、日本の子ども数が1人になってしまうまでの残された時間、
をリアルタイムで表示する。およそ36万5,000日後には日本の子ども数は1人になる。これは西暦3011年5月に当たり、3012年5月5日には、日本に子どもは一人もいなくなる計算となる。

*子ども人口時計Webページ <http://mega.econ.tohoku.ac.jp/Children/>

4 種混合

乳幼児の定期予防接種のうち、DPT(ジフテリア・百日せき・破傷風の三種混合)に、不活化ポリオワクチンが加わった4種混合ワクチン

(DPT-IPV)が、11月1日より導入される。

2012年7月に、沈降精製百日せきジフテリア破傷風不活化ポリオ混合ワクチン(商品名：テトラビック皮下注シリンジ、クアトロバック皮下注シリンジ)が厚生労働省から製造承認を取得し、4種混合ワクチンの導入が可能となった。

今回、DPTに追加された不活化ポリオワクチンは、単独接種の形で9月から先行導入されている。今までのポリオワクチンは、経口生ワクチンで、極めて希ではあるが、ワクチン接種者や2次感染者に、生ポリオワクチンに由来するワクチン関連ポリオ麻痺を発症するケースが報告されており、安全性が問題となっていた。

4種混合ワクチンは、初回接種は3週間以上の間隔を空けて3回、追加接種は初回3回目から6か月以上空けて1回、それぞれ1回0.5mLを皮下接種する。現在の三種混合と同スケジュールでポリオワクチンもいっしょに接種できるので、ポリオワクチンを単独で接種する場合よりも接種回数が減り、体調不良等による接種スケジュールの調整や費用等の面で、子どもにとっても保護者にとっても負担が軽減される。

どのような予防接種も同様だが副反応の報告がある。承認時までの臨床試験(生後3か月以上90か月未満の小児)で90.7%に何らかの副反応(注射部位の紅斑・硬結・腫脹、発熱、気分変化、下痢など)が認められており、重篤なものとしては、アナフィラキシー様症状、脳症、痙攣などに注意が必要である。

産後ドゥーラ

ドゥーラ(doula)の語源はギリシャ語で「他の女性を支援する、経験豊かな女性」という意味。ドゥーラは、出産時に女性につき添ったり、産後

の世話をしたり、出産前後の女性を支援する専門家のことである。諸外国では知られた存在で、特にアメリカでは職業の一つとして確立している。

日本では、俗にいう「里帰り出産」が主流で、産前産後の世話は実家の母親などの手を借りておこなわれていた。しかし現在、高齢出産が増加している傾向にあるが、妊婦が高齢化するだけでなく、実母も義母も高齢化しており、健康不安を抱えている人、介護をしている人など、さまざまな事情を抱えた人が多い。また、親世代にはパート勤務等仕事をしている人も増えているので、「子育ての先輩」として力強い味方の親に頼ることは難しくなっている。

初産の女性は、もとより少子化の影響で「子ども」というものがわからないまま母親になり、出産直後の数日は医師や助産師、行政などのサポートを受けることができて、その後は、産後の大変さを一人で背負い、孤独に、不安に子育てに向き合うというストレスにあふれた状況は、産後うつや児童虐待につながる可能性を多くはらんでいる。また、2人、3人と産んだ子育てのベテランのような母親であっても、だれにも頼れず、産後の疲れた体で子どもの世話や家事に追われる日々は相当につらく、無理を重ねて心身のバランスを崩す人も多い。

そんな現代の日本に、まずは「産後」に重点をおき、出産後の女性特有のニーズに応える存在として「産後ドゥーラ」の役割が必要とされている。

産後ドゥーラの具体的な仕事は、掃除や洗濯などの家事、正しい知識にもとづいた新生児のケア、母乳によい食事づくりや母乳育児支援、上の子の保育園・幼稚園への送迎やお世話など多岐にわたる。また、緊急時や異常時には病院や行政機関などへの橋渡しもする。産後の女性の心に寄り添い、話し相手になったり、家族や地域など周囲の人々

と安心して関係を築くための手伝いも重要な役割である。

日本では、2011年末に東京都助産師会による「産後ドゥーラ事業」がスタート。2012年3月には新法人「一般社団法人ドゥーラ協会」として、産後ドゥーラの養成をはじめ、日本に合った「産後ドゥーラ」を広めていく活動をおこなっている。

*一般社団法人ドゥーラ協会Webページ <http://www.doulajapan.com/>

HEMS

「ヘムス」と読む。Home Energy Management Systemの頭文字を取ったもので、**センサーやIT技術を活用し、住宅のエネルギー管理をおこない、省エネを実現させていくシステム**である。

HEMSは「表示」と「制御」の二つをおこなう。「表示」はどれだけのエネルギーがいつ、どこで、何に使われているかを見えるようにする。「制御」は家中の機器をコントロールして自動的にエネルギー使用量を最適化する。最近の家電製品には、電力消費のデータを収集して、省エネのアドバイスをしたり、人の存在を感知して電源のオン・オフをおこなったりするものがあるが、HEMSは、こうした家電製品や他のエネルギーを使用する製品を住宅全体で管理し、消費エネルギー等を表示し、省エネを実現するようコントロールする。

HEMSを導入した住宅では、たとえば、最大電力量を設定しておけば、それに達したときに、遠隔操作や自動でエアコンの温度設定を変えたり、優先順位の低い機器の電源を切ったりすることができる。最近では、深夜電力を活用した給湯システム、太陽光発電による自家発電や売電、電気自動車と連携した蓄電機能など、より効率的なエネルギー管理を実現するHEMSも開発されている。

Question & Answer

Q：スーパーの鮮魚売場で「ファストフィッシュ」という表示のついた商品が売られているのを見ました。この「ファストフィッシュ」とはいったい何でしょうか？

A：急速に進む日本人の魚離れを食い止めるため、水産庁が選定した、手軽で食べやすい魚商品が「ファストフィッシュ」です。近年の消費者の簡便性、即食を求めるニーズに対応し、気軽に、おいしく水産物を食べることができるように加工した商品や食べかたを提案するもので、水産物の消費拡大を期待しています。

現在選定されているファストフィッシュには、

- ・中骨を抜いたさんま
- ・骨を取ったほっけの干もの
- ・調味料ですでに味つけされ、電子レンジで1分加熱、すぐに食べられるさけの切り身
- ・いわしを丸ごとペースト状にしてから焼いたせんべい
- ・切り身魚をおいしくするたれなどがあり、9月現在500品以上が選定され、店頭等で販売されています。

ファストフィッシュは、月1～2回程度、選定されます。現在は、①水産加工品・調理品等

と②調味料の2部門で募集され、各企業が選定希望商品をエントリーし、「わたしたちのファストフィッシュ委員会」で選定されています。

選定基準は次の通りです。

- 手軽
 - ・料理時間、買物時間の短縮が想定されるもの
- 気軽
 - ・日常の食生活において、反復継続して購入することが可能な価格帯であるもの
 - ・ターゲットを明確にした①量目②パッケージ③保存性を有するもの
- その他
 - ・新規需要の開拓の可能性のあるもの
 - ・品質や食味等の面で独自性があるもの
 - ・原材料に特色があるもの 等

選定では、商品によっては試食審査もおこなわれています(味を保証するものではありません)。

ファストフィッシュに選定された商品にはパッケージにロゴマークをつけることができますし、ファストフィッシュを取り扱う売場や商品紹介パンフレット、Webページ等でロゴマークを掲げることができます。

ファストフィッシュの選定は、水産庁が取り組んでいる「魚の国の幸せプロジェクト」の一環です。水産物消費が2000年以後下降の一途をたどっており、このままの趨勢が続くと、生産量は、2010(平成22)年度の409万t(食用)が、2020(平成32)年度には384万tまで減少すると見込ま

れています。これを1人1日当たり消費量(純食料ベース)で見ると、2010年度には80gが、2020年度には64gに減少する計算です。

水産庁の資料によれば、この減少の背景には、国民の魚離れ(肉への移行)があるといえます。国民健康・栄養調査の結果から、全年齢で「肉」に移行し、高齢になってももどってこないことが明らかになっています。

日本の周囲は世界有数の漁場です。その資源を大いに活用し、食料自給率を高め、水産業の維持・発展や国民の健康の維持・向上を考えると、魚食にもう一度目をむけ、なじんでもらうべく、国と企業、漁業関係者が一体となって魚介類の消費拡大に取り組むことが急務の課題となっています。

(参考：水産庁Webページ <http://www.jfa.maff.go.jp/test/kikaku/sakanakuni.html>)

■ファストフィッシュロゴマーク



通巻49号

家庭科通信 2012年・3号

2012年10月25日発行

〔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】

編著者 ◆ 中間美砂子

著者 ◆ 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



●B5判・179頁
定価2,100円(本体2,000円)
ISBN4-469-27001-6

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22の実践から具体的に紹介。

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。授業の実践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。

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。 ☎03-3934-5131

老 化 の 実 際 と そ の 予 防 を 知 る た め に

ことばの エイジング

ことばと脳と老化の科学

Tatsumi Itaru

辰巳 格[著] 人の名前が出てこない？ 都合の悪いことは聞けない？ 話す力、聞く力、そして知能自体は、どう歳をとるのだろうか。コミュニケーション力を保つには、どんな予防法があるか。高齢化社会をよりよく生きるため、退職後も自分らしくあるためのエイジング・ガイド。

【主要目次】エイジング＝加齢とは何か／言語能力のエイジング／脳と身体
のエイジング／コミュニケーション能力を保つには



●四六判・240頁
定価1,680円(本体1,600円)

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。 ☎03-3934-5131

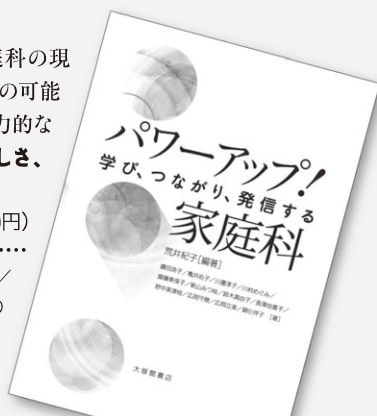
パワーアップ！ 家庭科

—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2,100円（本体2,000円）

【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／…〕



家庭科のいまをみつめ、これからをつくる

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。☎03-3934-5131

二十歳までに 考えておきたい 12のこと

現代人の暮らしといのち

近藤卓（編著）
米田朝香、弓田千春（著）



【主要目次】

幸せってなんだろう？〈生存権と人間の欲求〉／良いこと？悪いこと？〈飲酒・喫煙・薬物乱用〉／人生ってどうしてつらいの？〈ストレスとストレス対処〉／コミュニケーションって何？〈他者と理解し合うために〉／自分の意見・他人の意見って？〈集団の中の自分〉／人を助けるって？〈援助することと、されること〉／メディアは社会の道標？〈近代・現代はメディアの発達とともに〉／キャリアを形成する？〈社会とのつながり〉／結婚がゴール？〈自分の家族と自分がつくる家族〉／一人称の死？〈自分自身のいのちを考える〉／二人称の死？〈死別と悲嘆との向き合い方〉／ちゃんとした生活って？〈健康観の変遷と生活習慣〉／用語解説／索引

幸せってなんだろう？

就職、結婚、家族の死。自分自身にいずれ起きる「暮らしといのち」のできごとに対処するために必要なのは、専門的知識に裏打ちされた高い視点と、豊かな教養に支えられた幅広い視野。この2つを「二十歳にまでに考えて」おけるように、基本知識と考え方を「12のこと」にまとめた。人生を切り開いていくための指針の書。

♥A5判 160頁 定価1680円（本体1600円）

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。☎03-3934-5131