

家庭科通信

58

2016
Vol.21 No.1

◆平成29年度 改訂版教科書 発行にむけて 編者代表 佐藤文子先生インタビュー.....	2
家政・家庭科教材研究所 佐藤文子	
◆改訂版教科書・指導資料類・副教材のご案内.....	8
◆新しい動き 食品表示法.....	20
◆エッセイ・和のある暮らし② 水引を生活にいかす.....	22
石橋富士子	
◆DIY でうち磨き・10 ベビーグッズのリメイク.....	23
末永 京	
◆日本家庭科教育学会 2015年度例会報告.....	24
[HEADLINE] 夫婦同姓規定, 合憲.....	21
[Key Word] ローリングストック/スローカロリー/子ども食堂.....	29
[Question & Answer] 隠れ育休.....	30
平成28年度版教科書のおもな訂正箇所.....	26



大修館書店

編者代表 佐藤文子先生インタビュー

平成28年度4月より、先生方のお手もとへ新しい教科書の見本本をお届けします。高校生に、この教科書でこんなことを学んでほしい——編者代表の佐藤文子先生にお話を伺いました。

社会的自己実現をめざし、 生活をつくる

——まず、先生がこの教科書に込めた思い、願いについてお話しいただけますか。

佐藤 この教科書では、夢や目標を実現しやすいように、自分で毎日の生活をつくる力をつけていってもらいたいと思っています。

生活というのは、意識せずとも毎日繰り返されていきますが、高校生には、自分自身の夢や目標にむかって、生活を意識的に主体的にみずから進んでつくることのできる人に育ってほしいなと願っています。

目標がないと、人はぼうっとして毎日を過ごしてしまいがちですし、毎日の生活が目標とつながっているというところがわからないと、生活自体をしっかり築こうという気になりませんね。ですから、夢や目標をもって、それにむかって自分で生活をつくっていくことが大事です。

夢や目標の実現と関連して、この教科書では学習に入る前、高校生へのメッセージのなかで、アメリカの心理学者マズローが唱えた、人が生きる最高価値「自己実現」について触れています。この自己実現で大切なのは、自己実現というのはあなた自身のためだけではなく、社会的自己実現であるということだと思います。社会的自己実現についてマズローは、他者との共生をめざして、社会的な個人あるいは市民として生きていくこと、

共同感情をもって行動すること、そのうえで自分の個人的な目標があって自己実現をしていくこととしています。自分のためだけではなく、ほかの人のことも配慮しながら自己実現にむかっているかどうか、という視点が大事になります。

この社会的自己実現の視点を、この教科書では全編を通じ、ひじょうに重視して書いています。

マイライフプラン(1) 家庭科の学習の前に立てる

——社会的自己実現をめざし、どのように学習をしていけばよいでしょうか。

佐藤 必要なのは、将来の夢や目標が、自分の日々の生活とどうかかわっているかを生徒が認識しながら勉強していくことかと思います。そこで、家

■1 アイデンティティについてのチェック例 (家総311:p.14, 家基318:p.14, 家基319:p.14)

- ☐ どのような職業に就きたいか決まっていない
- ☐ 自分はどう生きたいかという考えがない
- ☐ 自分らしさを説明できない
- ☐ 自分に自信がない
- ☐ 自分のことが好きではない
- ☐ 自分はまわりに受け入れられていると思えない
- ☐ 自分は社会にとって意味のある存在と思えない

▲当てはまる項目が多いほど、アイデンティティが確立されているとはいえない。当てはまる項目を少しずつ減らしていこう。

庭科の学習の最初と最後に、「マイライフプラン」を立ててみることを提案します。

マイライフプランを立てるためのひじょうにわかりやすい資料がこの教科書のなかにはたくさんあります。たとえば、第1章「青年期」では、アイデンティティについてのチェック項目があげられています(■1)。「私の今の状態は？」とつねに問い、それと自分の目標との間がどれくらい開いているかをいつも気にしながら、生活をしていくことが大事だと思います。その自己分析のための資料には、たとえば、高校生としてこれくらいのことを身につけておこうという発達課題の例(■2)や、自立にむけてあなたはどうか考え、行動しているかを考える資料があります。

それらを順に勉強していったら、実際にマイライフプランを立てるときには、自分でこの教科書のなかの資料を並べ替え、自分がプランを立てやすいように再構成してみるとよいと思います。生徒自身でやるのが難しかったら、生徒が使いやすいように、先生が整理して並べ直してもよいですね。

マイライフプラン(2)

学習の終わりに、「ライフキャリアの虹」

そして、家庭科の学習の最後、第11章「生活デザイン」で、もう一度ライフプランニングをしてみましょう。今回、「私の夢を虹にたとえる」(ラ

イフ・キャリアの虹)という図表を新しい資料として出しています(■3)。

たとえば「10年後の私」をみることも必要ですし、「30年後の私」をみることも必要です。しかし、それでは縦軸の一地点で切れてしまいますので、考えるときに一面的になりやすい。この「虹」のものの考えかたでは、ちょうど菓子ミルフィーユのようにそれらが層になり、総合的にみることができます。ある夢は10年後まで続き、別の夢は20年後まで続く。それが一つの図で把握できるので、ひじょうにわかりやすいと思います。家庭科の授業が終了したあとも、高校を卒業してからも、このあとの人生どんなときも大切にしたいこと、夢や希望などをあげてみましょう。

この虹を自分の心のなかにいつもおいて、それを実現するために、自分が今できること、しなければならないことは何かを考える。今やらなければいけないことは、もしかしたらきちんとした食生活をするかもしれないし、経済的なところをもっとしっかりと勉強することかもしれない。いろいろなことが出てくるでしょうから、その都度、教科書に戻って振り返っていきましょう。

家庭科の学習を終えたあとでは、この教科書を学び終えた知識と技能とものの考えかたをもって、より確かなプランを自分でつくることができるようになっていきたいと思います。

■2 青年期の発達課題と課題達成のためのヒントの例 (家総311:p.15, 家基318:p.15, 家基319:p.15)

青年期の発達課題の例

- 身体的変化・自己の性を受け入れる



- 正しい知識を学ぶ
- 健康な体をつくりあげる

- アイデンティティを確立する



- 勉強、部活動、遊び、アルバイトなどを通して、いろいろな自分を知る
- 恋愛、けんかなどを通して他者との違いに気づく

- 多様な人間関係をつくる



- 価値観を共有できる友人をつくる
- 相手を思いやる恋愛を経験する
- 社会的に認められる自己主張の方法を学ぶ

- 将来の生活の準備をする

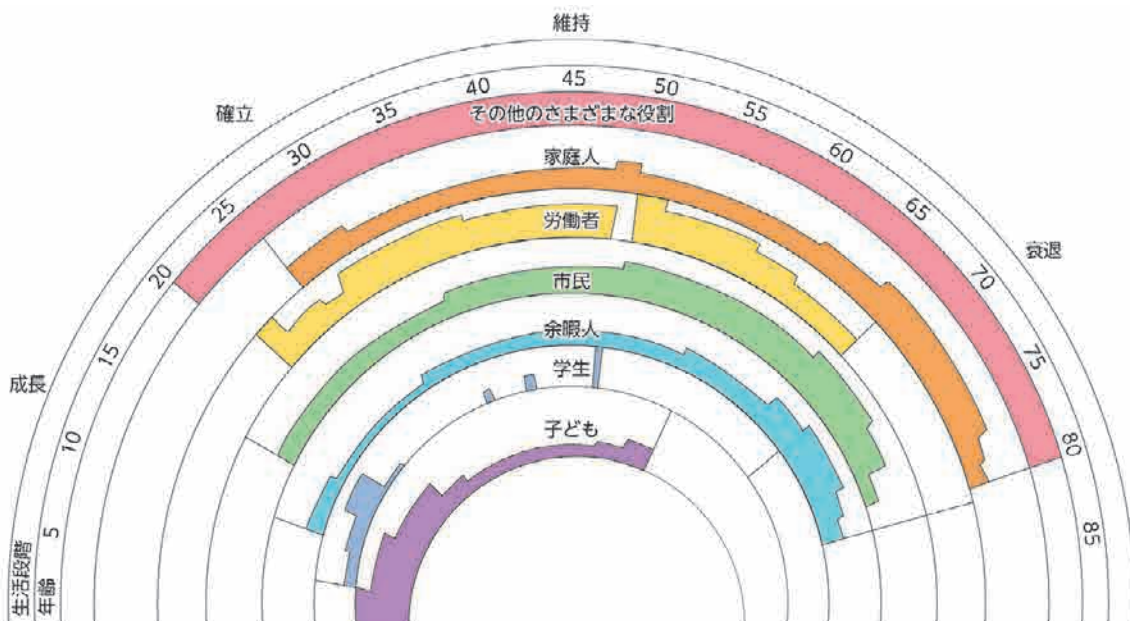


- どのような職業がむいているか考える
- どのようなパートナーとどのような家庭を形成したいか考える

課題達成のためのヒント

■3 ライフ・キャリアの虹

(家総311：p.227, 家基318：p.203, 家基319：p.182)



●本図の意味

22歳に大学を卒業し(学生の終わり), すぐに就職(労働者の始まり)。26歳で結婚して, 27歳で一児の父親となる(配偶者・親といった家庭人役割の獲得)。

47歳のときに1年間社外研修(学生役割の追加)。57歳で親を失い(子ども役割の終わり), 67歳で退職(労働者役割の終わり), 78歳のとき妻を失い(家庭人役割の減少), 81歳で生涯を終えた。

夢の実現を支える 経済生活

——次に夢や目標を支える「生活」ですが, この教科書を使ってどのように生活力を磨いていくことができるでしょうか。

佐藤 第6章「経済生活」が充実しているところが, この教科書の大きな特徴です。プランを立てて, 目標にむかって進んでいくためには, 足がいつも地についている必要があります。食べることや着ることは, 意識せずとも毎日の生活のなかにあるので, 自分のこととして, 地に足を着けて考えることができるでしょう。高校生にとってそれが難しいのは, 経済生活だと思います。しかし, 夢の実現, 自己実現のためには, 着実な経済生活が必要です。それを学ぶのにたいへんよい資料が, こ

の教科書にはそろっています。

たとえば, 「20歳代で一人暮らしをするときの経済計画を考えよう」という実践があります(■4)。正社員の場合の給与はこれくらい, アルバイトの場合はこれくらい, そして月々の支出はこれくらい, そういった, 自分が卒業してからすぐ参考になるような具体的な資料が出ています。自分のマネープランを立ててみるときに, 必要経費がどれくらいかかるのか, わかりやすく示されています。

それから, 人生にはいろいろなリスクもあります。突然にお金が必要になったとき, 天災が起こったときにどうしたらよいか。そういうことも含めて自分で具体的にマネープランを書いてみると, 目標を達成するために経済にかかわる生活がものすごく重要であることが, よくわかると思います。

■4 20歳代で一人暮らしをするときの経済計画を考える実践
(家総311:p.107, 家基318:p.97, 家基319:p.93)

try & hint

try 20歳代で一人暮らしをする想定して、そのときの経済計画を考えてみよう。以下の資料をはじめ、いろいろな資料を参考に、現状を調べて取り組んでみよう。

①あなたが就きたいと考える職業からの収入は、どのくらいになるのか、また趣味などやりたいこと、ほしいものなどを考慮し、必要な生活費(消費支出)の金額や自由に使える金額がどのくらいになるか、試算してみよう。

②働きかたによって、収入や労働時間のほか、社会保険(→p.82)への加入などの生活支援にかかわる福利厚生の制度にどのような差があるか、調べてみよう。

hint ①新規卒卒者の平均初任給は、高校卒業者で約16万円、大学卒業者で約20万円である。また、男性一般労働者の給与水準を100とすると、女性一般労働者は71、男性短時間労働者は55、女性短時間労働者は51である(2013年の数値、厚生労働省「賃金構造基本統計調査」、→p.32)。このように給与水準は、学歴、性、就業形態(一般か短時間か)のほか、雇用形態(正社員・正職員かそれ以外か)、産業、企業規模などによって異なっている。

②働きかたによって、社会保険の加入状況が異なる(→p.36)。

●Aさんの例

[20歳代、扶養家族のいない正社員のAさんの給与明細]

基本給	扶養手当	住宅手当	時間外手当	支給総額(a)
240,300	0	10,000	13,600	263,900
雇用保険	健康保険	厚生年金保険	介護保険	
12,324	20,875	1,583		
所得税	住民税	組合費	その他	控除総額(b)
5,660	15,000	1,680	0	57,122
差引支給総額(a)-(b)				206,778

▲① 手当の種類は会社によって異なる。② 病気・老齢・失業などに備えてだれもが加入する社会保険料。介護保険は、40歳以上から徴収される。③ 所得税は国税として、住民税は地方税(都道府県・市区町村)として徴収される。Aさんの場合、労働組合など職場の組合に加入しており、その会費も差し引いて(控除して)給与が支払われている。

④ この金額を「手取り額」と呼ぶことがある。

●Bさんの例

[アルバイトで働いているBさんの状況]

	月	火	水	木	金	土	日
勤め先	製造関係			販売関係			
労働時間	7	6	6		6	6	7
	(1か月平均80時間)			(1か月平均80時間)			

▲Bさんは、1週19時間の仕事を二つかけもちして働いている。それぞれ1か月の労働時間は平均80時間で、時給は1,000円。1か月の給与の合計=1,000円×80時間×2=160,000円。自分で手続きをして税金や社会保険料(国民健康保険や国民年金)を支払う必要がある。月々の給与のほか、ボーナスなどの支給状況も雇用形態により異なる。

35 民営借家に住む30歳未満单身・勤労者世帯の消費支出月額(2009年)

費目	金額(円)
食料	34,842
住居	52,654
光熱・水道	7,830
家具・家事用品	3,375
被服及び履物	9,205
保健医療	3,234
交通・通信	28,204
教育	—
教養娯楽	19,185
その他	18,362
消費支出	176,891

(総務省「全国消費実態調査」2010年)

▲一人暮らしで賃貸住宅に住んでいる場合は、平均で50,000円以上の家賃を払っていることがわかる。あなたが暮らしてみたい場所の家賃を調べてみよう。

36 1週間の労働時間別社会保険加入要件

		社会保険	労災保険 (雇用者負担なし)	雇用保険	健康保険	厚生年金保険
1週間の労働時間						
正社員、40時間		○	○	○	○	○
非正規	正社員の4分の3以上	○	○	○	○	○
	20時間以上	○	○	○	○*	○*
	20時間未満	○	○	○	○	○

[注] 労災保険：業務上災害・通勤災害による傷病、障害、死亡の場合等に、被災雇用者やその遺族に対して保険金が支払われる。雇用保険：失業した場合などに保険金が支払われる。健康保険：雇用者またはその被扶養者の傷病の治療等に対する医療保険。厚生年金保険：民間企業の雇用者が加入する公的年金制度。
*賃金月額8.8万円(年106万円)以上、勤続1年以上の場合。

▲雇用者の場合、社会保険料は雇用者自身が負担するだけでなく勤め先も負担しているが、労働時間により負担状況が異なる。なお、収入が少なく経済的に困難な場合には、手続きすることにより支払いの猶予や免除の適用を受けることもできる。

「私の食品群別摂取量のめやす」 ボード

——高校生にとってもっとも身近な食生活については
どうでしょうか。

佐藤 第7章「食生活」は、食生活が楽しいと思える、そういう授業をやっていただきたいなという思いで書きました。命と健康を守って着実な生活をするための一番の基本は、何をどれだけ食べたらよいかという知識ですね。それがきちんと身につけていると、生涯大きなメリットになります。教科書では、食事計画を立てるに当たり、「各ライフステージの食生活の特徴と課題」について丁寧に書いてあります。食生活は生涯続きますが、ライフステージによって、食生活に求められることは少しずつ異なります。教科書には、食事摂取基準と四つの食品群別摂取量のめやすを示しています。そのなかで高校生、つまり青年期の分量がきちんと身につくと、そのほかの時期はそれにプラスしたりマイナスしたりすればよいので、基本を身につけることは生涯いきるスキルになります。

高校生の場合、たとえば「今あなたは乳・乳製品はどれくらい摂るのがよいと思いますか」と言われても、きちんと答えられないという人が多いと思います。まず自分の生活を身近なところから考え、自分自身に必要な摂取量を書いてみる。自分の住んでいる地域で食べる機会が多いものを中

心にしてみるとよいと思います。そして教科書の数値を参考にして、それらの食材を写真やイラストで並べてみましょう。

——この、「私の食品群別摂取量のめやす」ボードでしょうか(■5)。

佐藤 私はこれを大学1年生につくらせてもち歩いてもらったのですが、2週間くらいたつと摂取量のめやすの数字を覚えてしまいますね。そして、学食で食べるときや、夜、今日の一日を振り返るために、自分の数字をみるようにする。そうすると、自分はケーキが好きで砂糖を摂り過ぎだとか、全体的に食べる分量が多過ぎるとか、今食べている献立で本当によいかどうかということもわかってきます。

日々の生活をつくるための 意思決定能力

それから、この教科書の大きな柱のひとつに、意思決定能力をつけるということがあります。

特に「経済生活」では、「今日の夕食をどうするか」という高校生だれもにとって身近な意思決定の例を出しています。これは、実際の生活で使える実践力をつけられる資料です。

生活のなかでいきる実践力をつけるためには、まず、生活そのものの価値を重視するということからスタートします。そして、その大切な一日一日は意思決定の連続で成り立っているわけですから、その意思決定の力をつけることが必要です。

家庭科の学習では、先ほどの第1章「青年期」と第6章「経済生活」だけでなく、保育や共生社会をつくっていくところなど、多くの領域で意思決定が必要とされます。その際にいつも、本当にこの意思決定は適切かどうか、ほかの人々のためにもなるのかどうか、という社会的自己実現の視点を忘れてはなりません。

■5 「私の食品群別摂取量のめやす」ボード

食品群	食品	摂取量のめやす
① 穀類・豆類・芋類	米	150g
	小麦粉	100g
	大豆	100g
	芋	100g
② 肉・魚・卵・大豆製品	肉	100g
	魚	100g
	卵	100g
	大豆製品	100g
③ 野菜・果物	野菜	100g
	果物	100g
	海藻	100g
	きのこ	100g
④ 牛乳・乳製品	牛乳	100ml
	ヨーグルト	100g
	チーズ	100g
	バター	100g

これからの高校生に 求められる力

——最後に、今の時代に高校生に特に必要な力や、これから家庭科で育んでいく必要のある力について、お考えをお聞かせいただけますか。

佐藤 これまでも申し上げてきましたが、高校生の生活のなかで、社会的自己実現がもっと認識されるとよいと思っています。自分の生きる目標のなかに、みんなで生きていく、みんなで支え合っていくという視点が必要になってくると思います。社会的自己実現により近づくために、一人ひとりがきちんと考えながら、自分の力で力強く生活をつくっていくことが特に必要になってくると思っています。

もう一つは、これからの高校生には国際性を備

えて生活ができる力が必要とされてくると思いますね。今は、インターネットを通じて、世界中どここの国のようにすぐにわかる時代です。情報を仕入れるだけでなく、自分自身が国際性をもった人間としてどこでも生活ができる、どこの国の人とでもネットワークが結べる、そういった人が必要だと思います。家庭科で学ぶ食生活にしても、衣生活にしても、消費行動を起こすにしても、国際性を備えてそれを具体的に発揮できる力をもった高校生が育ってほしいと思っています。

あらゆる高校生が自分自身の力を最大限に発揮して生きられるように、家庭科の授業のなかでも、つねに生徒一人ひとりに目をむけるようにいつそう心がけて指導することが求められていると思います。

——本日はどうもありがとうございました。

著者プロフィール



佐藤 文子

家政・家庭科教材研究所。前植草学園大学発達教育学部教授。専門分野は家庭科教育学。所属学会は、日本家庭科教育学会(元会長)、日本家政学会(現家政教育部会長)等。

【おもな著書】

『家庭科教育法』(高陵社書店)

『家庭科教育における意思決定能力』(家政教育社)

高等学校の先生方へのメッセージ

2015年に「家政・家庭科教材研究所」を立ち上げました。研究所には現場の先生方がたくさん訪れてくれます。たとえば、公開授業や研究授業のやりかた、子どもたちにさらに力がつくようにするための授業実践について、意見を求められることがあります。また、指導主事の先生が、教育現場の先生方にどのような講習が必要かというようなことで訪ねて来られます。いっしょに研究をしながら、ときには先生方を対象に、これから必要となる家庭科の授業について研修会をしたりしています。

「教材研究所」の名前のとおり、すでに形になった教材もありますし、現場の先生方が実際に開発されたものをもって来てくださったりしています。今後はできるだけ多くのものを収集したり貸し出したりしていきたいと計画しています。

家庭科の先生はだいたい学校では一人とか二人ですから、ネットワークがなかなかできにくい。だから、互いに相談ができるような、集まれる場が必要です。この研究所には20代から60代の人まで来ますので、いろいろな人を紹介することができます。私は、いろいろな世代の方々のつなぎ役もしたいと願っています。

ぜひいっしょに、これからの家庭科教育をつくってまいりましょう。



家総311

新家庭総合

主体的に人生をつくる

●B5判/246ページ/オールカラー



家基318

新家庭基礎

主体的に人生をつくる

●B5判/222ページ/オールカラー



家基319

未来をつくる

新高校家庭基礎

●AB判/198ページ/オールカラー

3冊共通の特色

●学習しやすい構成

学習指導要領をベースに、生徒が理解しやすい展開、ご授業が進めやすい順序に配慮して、学習内容を構成しました。

●資料の豊富さはトップクラス!!

教科書1冊で、一通りの学習ができるよう、図、グラフ、表、コラム、写真、イラストを満載しました。

●主体的・能動的に学べる工夫

学習のまとまりごとに設定した小課題「try&hint」を中心に、課題を発見し、その解決にむけて主体的・能動的に学ぶ「アクティブ・ラーニング」につながる課題をたくさん掲載しています。



さらに、現実の授業時間を想定して編集したのが「家基319」

見開き2ページ＝ 1時間の授業内容

全61項目で構成し、家庭科の学習が一通り履修できるように配慮しました。

シラバス、授業計画が立てやすく、準拠の「授業ノート」で学習のまとめや評価がしやすいのも魅力です。

Universal Design

すべての児童生徒が楽しく学び合い、『わかる・できる』ことをめざす授業のユニバーサルデザイン(UD)。授業の大切なツールである教科書もUDに取り組んでいます。

●視認性を高める…項目や見出しはバツと目に入るデザインに。

●可読性を高める…本文はUD書体。ルビは、難解な読みだけでなく、読み間違えを防いだり、留学生なども読めるように配慮してつけています。

●判読性を高める…グラフは識別しやすい色で分け、さらに、線で区切る・囲む、数字を示すなど正確に読みとれるよう配慮しています。

●書体の違い

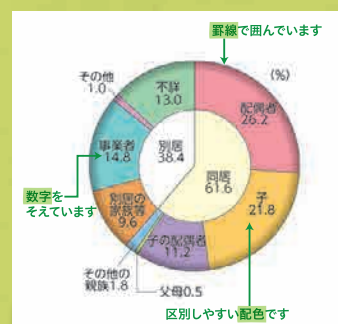


リウミン 新ゴ
(一般的によく使われる書体)



UDヒラギノ UD新ゴ
(弊社改訂版教科書で使っている書体)

●グラフのつくりもUDに配慮



大修館のめざす 家庭科教育と5つの 育てたい力

変化の激しい時代を生きる生徒たち。大修館の家庭科教科書は、社会の一員としての意識をもちながら、自分の目標や夢にむかって自分の生活を力強くつくることのできる人に育てることをめざして編修しました。

自立と共生を兼ね備えた
自己の生活や社会を主体的に創造する実践力のある

社会的自己実現

をめざす人間の育成を目標としています

※社会的自己実現…マスローは、自己実現をめざす人間は「他者との共生をめざして、社会的な個人・市民として、自律性や共同社会感情をもつ人間」であることを前提としています。社会に生きる人間として、自己の能力を、自己のためにだけでなく、社会に生きるさまざまな人々のためにいかす「社会的自己実現」こそが、マスローのいう「自己実現」です。

① 人生をデザインできる力

生涯にわたって、目標や夢にむかうライフプランを描き続けられるよう、その知識と技術をしっかり学習し、身につけることをめざしています。

② 着実な経済生活を営む力

ライフプランを実現するには、着実な経済生活を営む力が不可欠です。家庭科を学ぶ最後の3年間。高等学校の家庭科だからこそ力を入れたい学習であり、しっかり学べる内容に編修いたしました。

③ 意思決定力と実践力

何を大切に思うか、何に価値をおくかで、同じ問いに対する答え、意思決定の結果は異なります。人生は意思決定の繰り返し。成功も失敗もある。家庭科の学習を通して価値観を確立し、その価値観にもとづいて意思決定し、実際に行動できる力を学習を通して身につけます。

④ 生活スキル

どんなライフプランを立てて実行しようとも、その土台となる毎日の生活をつくることができれば実現には至りません。衣食住を中心とする基礎的・基本的な知識や技術、地域や社会で生きる一員としての人間関係形成力をしっかり身につけます。

⑤ 共生・協働・国際性

インターネットを通じて、世界中のようすがすぐにわかる時代です。日本の生活や文化を理解し、世界の人々の生活や文化を知り、地球規模で環境問題を考えられる、そういう国際的視点をもって生活できる人になるよう、学習を深めます。

[家総311][家基318][家基319] 著作関係者 (所属は2016年3月現在)

編著者

佐藤 文子 (前植草学園大学/家政・家庭科教材研究所)
青木 幸子 (東京家政大学)
川上 雅子 (共立女子大学)
中間 美砂子 (前國學院大學栃木短期大学)
石川 洋子 (文教大学)
岡村 清子 (東京女子大学)
重川 純子 (埼玉大学)
鈴木 真由子 (大阪教育大学)
鳴海 多恵子 (東京学芸大学)
野中 美津枝 (茨城大学)
細江 容子 (実践女子大学)
山岸 雅子 (金沢大学)

著者

赤澤 愛 (東京都立砂川高等学校)
市原 恵子 (愛知県立豊丘高等学校)
上田 伸男 (聖徳大学)
小谷 スミ子 (十文字学園女子大学)
小野瀬 裕子 (共立女子大学)
小原 敏郎 (共立女子大学)
香川 実恵子 (松山東雲女子大学)
熊木 ヒロ子 (神奈川県立金沢高等学校)
近藤 恵 (共立女子大学)
薩本 弥生 (横浜国立大学)
志村 結美 (山梨大学)
下野 房子 (前東海学園高等学校)
友定 啓子 (前山口大学)
鳥井 葉子 (安田女子大学)
中西 雪夫 (佐賀大学)
中村 安秀 (大阪大学大学院)

吉田 幸子 (前南山高等学校女子部)
米田 千恵 (千葉大学)
渡邊 雅行 (常葉大学)

編集協力者

岩田 裕幸 (埼玉県立浦和高等学校)
大森 正司 (前大妻女子大学)
酒井 裕美 (さいたま市立大宮西高等学校)
佐藤 ゆかり (上越教育大学)
相馬 美恵子 (神奈川県立鶴見高等学校)
田村 京子 (埼玉県立鴻巣女子高等学校)
長尾 慶子 (前東京家政大学)
日浦 美智代 (広島大学附属高等学校)
三浦 みのり (安城学園高等学校)

3

子どもの生活と保育



あなたは、子どものころ、どのような生活をしていたか覚えているだろうか。ここでは、子どもの生活や遊び、健康と安全について学ぶとともに、おとながどうかかわったらよいか考えていこう。



子どもが身につけていく基本的な生活習慣は5つある。眠る、着る、食べる、排泄する、あといつは何？

- 1 交通ルールを守る
- 2 あいさつをする
- 3 清潔にする

導入に使える
3 択問題

*解答は指導書に掲載しています。

1. 子どもの生活とおとなのかかわり

パッと目に入る
項目・見出し

生活リズム 睡眠、食事、遊び
一定の規則をもった生活
行動の繰り返しのこと。

18 被服選びのポイント



イメージしやすい
イラスト

- 被服の生地：吸湿性・保温性・通気性
- 安全性：ひも、リボン、フードは危険
- 動きやすさ：伸縮性のある被服を選ぶ
- 脱ぎ着：着脱しやすいデザインを選ぶ

1 子どもの生活

子どもの成長・発達の基盤は、**UD**(ユニバーサルデザイン) 書体採用。読みやすい文字
早寝早起きで日中に行動する
屋型の生活リズムにある。新生児
何度も眠りと目覚めを繰り返す。
だいに睡眠が夜間にまとまるよう

食事は、生後数か月は母乳や育児用ミルクだけを飲む。5～6か月ごろから離乳が始まる。1歳6か月ごろまでに離乳が完了し、その後は朝昼夕の三食と間食が基本となる。子どもは体重の割に多くの栄養素を必要とし、好き嫌いや食べる量の個人差が大きい。また、運動機能や体温の調節機能が未熟なので、被服や住まいに配慮が必要である。

子どもは安定した生活リズムと家庭生活のなかで、基本的な生活習慣や社会的な生活習慣を獲得していく。基本的な生活習慣とは、食べる、着る、排泄するなど身のまわりのことを自分でできるようになることである。社会的な生活習慣とは、道路に飛び出さない、熱いものに触らないなどの安全の習慣、あいさつをする、順番を守るなど簡単なルールが、子どもが自分で考えて行動できることである。

太字数
約4倍

*現行版との比較

17 離乳の進みかたのめやす



▲紙面見本は、縮小して掲載しています。

完全見開き
2ページ展開

2

私たちは何を食べてきたか

本文の理解を
助けるていねいな
側注きょうの学習が明確な
タイトル

*1 主食 食事のなかで、主にエネルギーの供給源となるもの。

*2 副食 主食に添えて食べるもの。おかず。たんぱく質の供給源となる主菜とビタミンや無機質の供給源となる副菜に分かれる。

*3 たとえば、寒い地域では、冬の食料不足に備えて、秋に収穫した野菜をつけものにして保存してきた。

*4 「和食」【自然を尊ぶ】という日本人の心にもとづく食のならわしと位置づいて、①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重、②栄養バランスに優れた健康的な食生活、③自然の美、④正月などの年中行事と結び、具象化した食事を総じて

課題発見力、
解決力の反復練習
try&hint

try&hint

try あなたが住んでいる地域や都道府県の郷土料理を調べてみよう。

hint 料理に使われる食材やつくりかた、食べられる時期などをまとめ、今に伝わるまで定着した理由を考えてみよう。

コラム おせち料理に込められた意味と願いの例

●田つくり(ごまめ)
小魚を田畑に肥料としてまいたことから「田つくり」の名がついた。五穀豊穡を願うもの。●栗さんとお金
「さん」とんは「金」と書き、財宝という意味がある。色も、金銀財宝を連想させる。●こが養子
こが(こんが)は「喜ぶ」のことばにかけられている縁起物。健康長寿を願うもの。●黒豆
「まめ」は「しょうぶ・健康を意味することば」。「まめに働く」の語呂合わせで、一年元気に働けることを願うもの。

1 私たちの生活と食文化

私たち日本人は、米を主食に、大豆や魚介類、野菜類などを副食にして食べてきました。日本各地で、地域の産物をおいしく食べる調理方法や貯蔵手段、加工技術が発達しました。それは生活の知恵として蓄積された食文化として、地域独自の食べ物や郷土料理、また、年中行事や通過儀礼に供えられてきた食文化が、今に引き継がれています。

太字数
約4倍

*現行版との比較

2 世界の食文化と和食

世界各国にも日本と同じく、伝統的な食文化があります。近年、国際化や情報化の進展で世界に広まり、それぞれの国で受容されて多国籍化し、新しい食文化が創造されています。一方で、伝統的な食文化を保護し尊重しようという動きもあります。2013年には、日本の伝統的な食文化が「和食」としてユネスコ無形文化遺産に登録されています。私たち一人ひとりが和食文化の伝承・発展の担い手として、伝える力をもちましよう。

1 PFCバランスの国際比較

●日本(— 1960年, — 1980年, — 2012年)
P(たんぱく質: Protein)

C(炭水化物: Carbohydrates) F(脂質: Fat)

●アメリカ(2009年)

●フランス(2009年)



▲PFCの適正比率は、たんぱく質: 約15%, 脂質: 約25%, 炭水化物: 約60%とされ、適正に摂取すると正三角形になる。

(農林水産省「食料需給表」2014年)



AB判ならではの すっきりしたワイドな紙面

Questionは 3択問題です

*解答は指導書に掲載しています。

学習のねらい

- 食文化について理解しよう。
- 肥満、生活習慣病、骨粗鬆症、孤食について知り、食生活を見直す必要性を理解しよう。
- 自分の食生活を見直し、問題点を把握しよう。

Question

1980年ごろ実現した、日本人が長寿になった理由の一つとされる食生活をなんという？

- 1 和食
- 2 食の欧米化
- 3 日本型食生活



食生活

3 食生活を見直す

1980年ごろ、米を中心に多種多様な食品から構成される栄養バランスにすぐれた「日本型食生活」が実現し、日本人が長寿になった理由の一つとして、世界から注目されてきました。

- 5 しかし、昨今は、**食の欧米化**と**食の簡便化**の進行でさまざまな問題が生じており、食生活の見直しが必要になっています。

たとえば、食べ過ぎや運動不足から、**肥満**や**内臓脂肪症候群**(メタボリックシンドローム)が増加しています。これらは生活習慣病につながります。逆に、ダイエットで極端に食事を制限

- 10 し続けると将来、**骨粗鬆症**につながる危険性があります。また、食事を一人で食べる**孤食**など食卓を家族で囲む習慣が減少し、コミュニケーション不足、食事のマナーや感謝の心が育たなくなっているといった弊害が指摘されています。

- 15 せん。あな**た**の食生活はどうでしょうか。食事は食いだめがききま**UD**(ユニバーサルデザイン)します。食生活を点検して、**問題点を把握し、改善策を講ずる**ようにしよう。

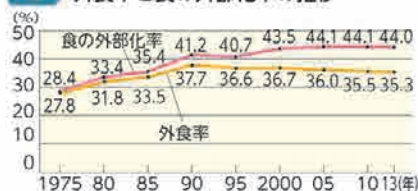
書体で、読みやすさUP!

*5 食の欧米化 食事が洋食中心になること。米食が減り、動物性脂肪が多い食事になりやすい。

*6 食の簡便化 外食、中食(持ち帰り弁当やそう菜などを買って家や学校等で食べる)、インスタント食品や冷凍食品などの加工食品を利用して、食事が簡単に用意できるようになること。

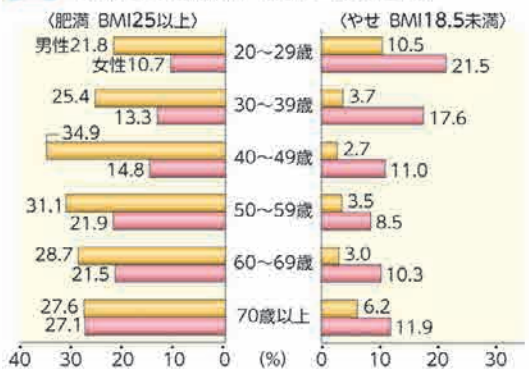
*7 生活習慣病 喫煙、飲酒、過食やバランスの悪い食事、運動不足、ストレス等の生活習慣が原因で発症する病気。悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患、肥満、糖尿病、高血圧などがある。

2 外食率と食の外部化率の推移



[注] 外食率：食料消費支出における、外食が占める割合。食の外部化率：食料消費支出における外食と中食が占める割合。

3 BMIによる肥満とやせの割合(2013年)



▲BMI=体重(kg)÷身長(m)²。22が「標準」、18.5未満は「やせ」、25以上は「肥満」と判定。標準体重とはBMIが22になるときの体重。

4 あなたの食生活点検—当てはまる項目に○をつけよう—

- ☐ 食事は、ほとんど一人で食べている。
- ☐ ファストフード、インスタント食品をよく利用する。
- ☐ ダイエットをしている。
- ☐ 食事時間が決まっていない。
- ☐ 間食や夜食をよく食べる。
- ☐ 朝食を食べないで登校することがある。
- ☐ 野菜はあまり食べない。
- ☐ 脂っこいものをよく食べる。
- ☐ 食べ残しが多い。
- ☐ 「○○は体にいい」などの健康情報はすぐに実行する。

●《評価》 ○の数が...

- 10~8個：このままでは生活習慣病予備軍。(→p.117)
- 7~5個：食生活への意識がかなり低い。改善しよう。
- 4~2個：健康で楽しい食生活にむけて、食生活に関心をもとう。
- 1~0個：今の食生活を維持して、さらに磨きをかけよう。

(内閣府「食育推進国民運動の重点事項」2007年を参考に作成)

3冊共通の特色

口絵・章とびら



▲歳時記のある暮らし(口絵①～②)

ビジュアルな写真やイラストで構成。
生活への興味関心を引き出す資料
としてご活用いただけます。



第3章「子ども」の章とびら▶

try&hint, Practice, Theme Study

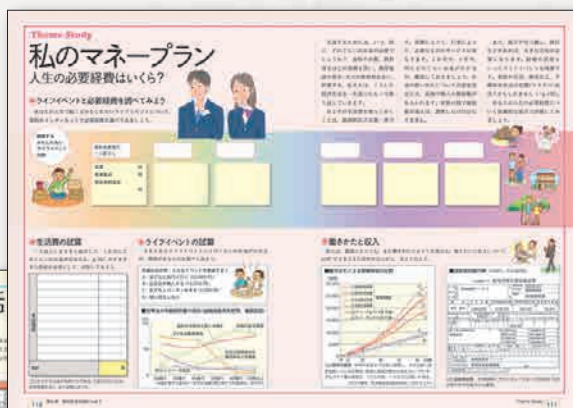
try & hint

try クーリング・オフ制度について、さまざまな情報を参考にくわしく調べてみよう。
hint 消費者問題に関連する書籍やインターネット情報、消費者庁・国民生活センター・消費生活センターなどの公的機関の資料などが情報源となる。

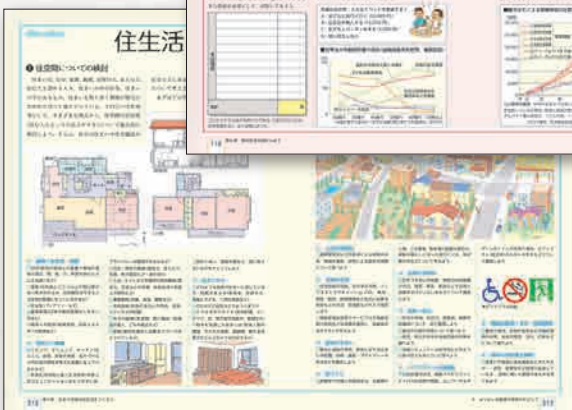
▲try&hint

豊富、多彩な実践課題。
グローバルな視点をもって、
主体的な学習が展開できます。

Theme Study▶



▼Practice



調理実習



1 実習例 2 実習例

手軽な調理に挑戦！

麻婆豆腐丼，炒飯，カルボナーラ
ピザトースト



3 実習例

主菜をつくろう

煮魚，肉じゃがのカレー風味
鶏肉のバリバリ焼き，チーズ巻きフライ



4 実習例 5 実習例

副菜をつくろう

青菜のおひたし，かぼちゃの煮もの，ひじきの煮もの
茶わん蒸し，トマトサラダ，ごぼうサラダ
ベーコンポテト，炒菜（318 / 319 では主菜扱い）



6 実習例

汁ものをつくろう

青菜と豆腐のみそ汁，クラムチャウダー
ベーコンとしいたけの簡単スープ，豚汁



7 実習例

お菓子づくり

桜もち（関東風・関西風）
混ぜるだけレアチーズ



8 実習例

弁当づくり

おにぎり，卵焼き，野菜の肉巻き
つけ合わせ

主食・主菜・副菜・汁ものにグループ化。献立づくりがしっかり学べます。単品だから，お手持ちのレシピと組み合わせてのご指導も可能です。各料理の動画もあります（詳しくはp.21をご覧ください）。

被服実習（家総311のみ）



▲ハーフパンツ



▲はっぴ

被服製作の基礎・基本を
しっかり学べる資料も豊富
に掲載しています。
家庭基礎2冊には，基礎縫
いやリフォームのtry&
hintを収録しています。

教科書とご授業をサポートする 指導書

教授用指導資料

第1巻 人の一生／家族・家庭／子ども／高齢者／共生社会

第2巻 経済生活／食生活

第3巻 衣生活／住生活／持続可能な社会／生活デザイン

●B5判／2色刷／各巻200ページ程度

家基318



家基319



家総311



時代の消費生活

計画表

項目	内容	備考
1. 消費生活の現状と課題	消費生活の現状と課題について解説する。	
2. 消費生活の改善と対策	消費生活の改善と対策について解説する。	
3. 消費生活の未来と展望	消費生活の未来と展望について解説する。	
4. 消費生活の学習と実践	消費生活の学習と実践について解説する。	
5. 消費生活のまとめと振り返り	消費生活のまとめと振り返りについて解説する。	

2 授業計画表資料

資料1 授業計画表資料

資料2 授業計画表資料

資料3 授業計画表資料

資料4 授業計画表資料

資料5 授業計画表資料

資料6 授業計画表資料

資料7 授業計画表資料

資料8 授業計画表資料

資料9 授業計画表資料

資料10 授業計画表資料

資料11 授業計画表資料

資料12 授業計画表資料

資料13 授業計画表資料

資料14 授業計画表資料

資料15 授業計画表資料

資料16 授業計画表資料

資料17 授業計画表資料

資料18 授業計画表資料

資料19 授業計画表資料

資料20 授業計画表資料

資料21 授業計画表資料

資料22 授業計画表資料

資料23 授業計画表資料

資料24 授業計画表資料

資料25 授業計画表資料

資料26 授業計画表資料

資料27 授業計画表資料

資料28 授業計画表資料

資料29 授業計画表資料

資料30 授業計画表資料

資料31 授業計画表資料

資料32 授業計画表資料

資料33 授業計画表資料

資料34 授業計画表資料

資料35 授業計画表資料

資料36 授業計画表資料

資料37 授業計画表資料

資料38 授業計画表資料

資料39 授業計画表資料

資料40 授業計画表資料

資料41 授業計画表資料

資料42 授業計画表資料

資料43 授業計画表資料

資料44 授業計画表資料

資料45 授業計画表資料

資料46 授業計画表資料

資料47 授業計画表資料

資料48 授業計画表資料

資料49 授業計画表資料

資料50 授業計画表資料

資料51 授業計画表資料

資料52 授業計画表資料

資料53 授業計画表資料

資料54 授業計画表資料

資料55 授業計画表資料

資料56 授業計画表資料

資料57 授業計画表資料

資料58 授業計画表資料

資料59 授業計画表資料

資料60 授業計画表資料

資料61 授業計画表資料

資料62 授業計画表資料

資料63 授業計画表資料

資料64 授業計画表資料

資料65 授業計画表資料

資料66 授業計画表資料

資料67 授業計画表資料

資料68 授業計画表資料

資料69 授業計画表資料

資料70 授業計画表資料

資料71 授業計画表資料

資料72 授業計画表資料

資料73 授業計画表資料

資料74 授業計画表資料

資料75 授業計画表資料

資料76 授業計画表資料

資料77 授業計画表資料

資料78 授業計画表資料

資料79 授業計画表資料

資料80 授業計画表資料

資料81 授業計画表資料

資料82 授業計画表資料

資料83 授業計画表資料

資料84 授業計画表資料

資料85 授業計画表資料

資料86 授業計画表資料

資料87 授業計画表資料

資料88 授業計画表資料

資料89 授業計画表資料

資料90 授業計画表資料

資料91 授業計画表資料

資料92 授業計画表資料

資料93 授業計画表資料

資料94 授業計画表資料

資料95 授業計画表資料

資料96 授業計画表資料

資料97 授業計画表資料

資料98 授業計画表資料

資料99 授業計画表資料

資料100 授業計画表資料

毎時の授業計画を見たい
授業のアイデアやヒントがほしい
教科書の指導のポイントを把握したい
教授用指導資料ですべて解決！

家基319のみ
「教科書解説」が
別冊となります。

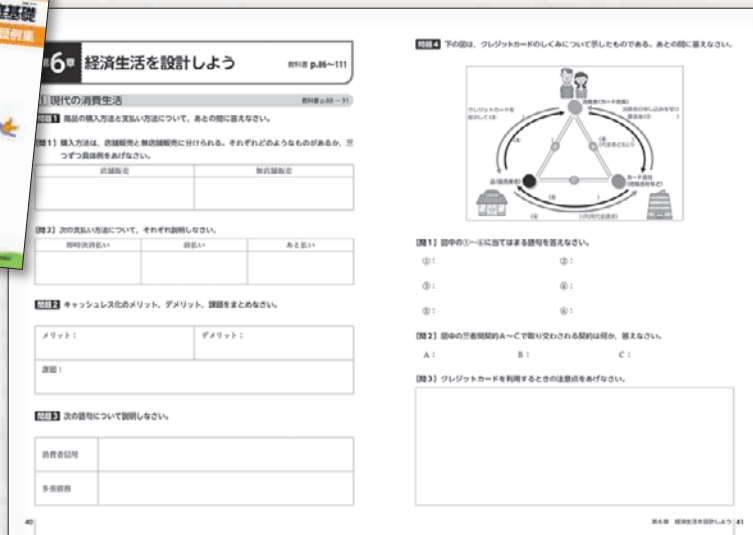


評価問題例集



●B5判／
60ページ程度

テストの問題をつくりたい
授業プリントをつくりたい
評価問題例集がお役に立ちます！



授業サポートDVD

新登場



教科書、評価問題例集、学習ノート、シラバス等のデータ、動画(食生活分野・衣生活分野)を収録。授業プリント、テスト作成、授業中の動画視聴等にご活用いただけます。



情報誌・WEB



「家庭科通信」

1995年創刊以来、家庭科に関するさまざまな情報をお届けする情報誌。読みごたえたっぷり、役立つ情報満載です。

「家庭科情報室」

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

毎日のご授業に役立つホットなコンテンツ満載。



編集部からのお知らせを中心に、家庭科に関することをつぶやいてます。

改訂版の年間計画と
シラバスをいち早くお届け！

「家庭科情報室」から公開・ダウンロードできます。
教授用指導資料や授業サポートDVDにもデータを収録します。

学習のまとめ、教科書の補助に役立つ 副教材



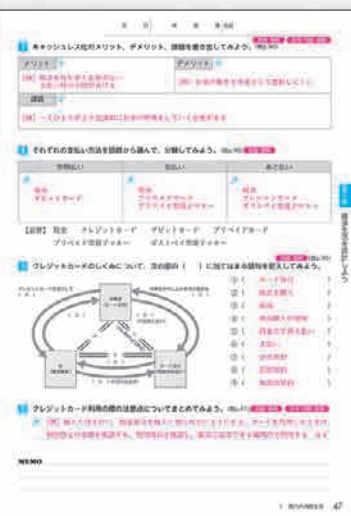
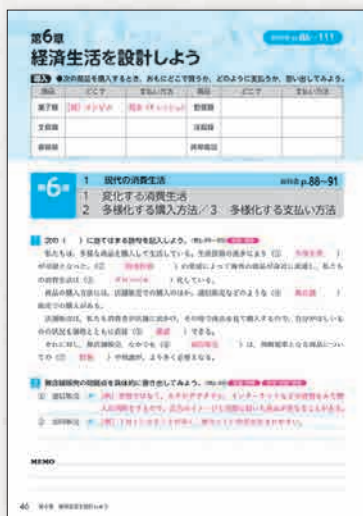
家総311 準拠
学習ノート
●B5判/144ページ/2色刷
[予価] 本体560円+税



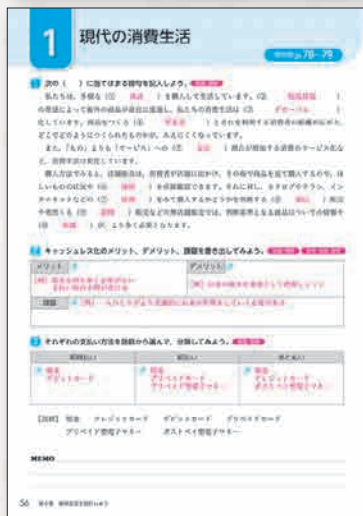
家基318 準拠
学習ノート
●B5判/136ページ/2色刷
[予価] 本体560円+税



家基319 準拠
授業ノート
●B5判/136ページ/2色刷
[予価] 本体560円+税



◀教科書の内容にそって学習をまとめているノートです。導入課題も収録。



◀教科書見開きと同じく、授業ノートも見開きで構成。教科書はAB判ですが、授業ノートはB5判で、集めたり、チェックしたりがしやすくなっています。



スキルアップ家庭科

家庭科資料と食品成分表

●AB判/270ページ/4色刷 定価 本体700円+税

教科書には、学習に必要な資料がじゅうぶん掲載されています。しかし、

- 日々刻々と変化する生活や社会の状況を伝える資料
- 生徒が興味関心をもって読む資料
- 具体的な事例を紹介する資料

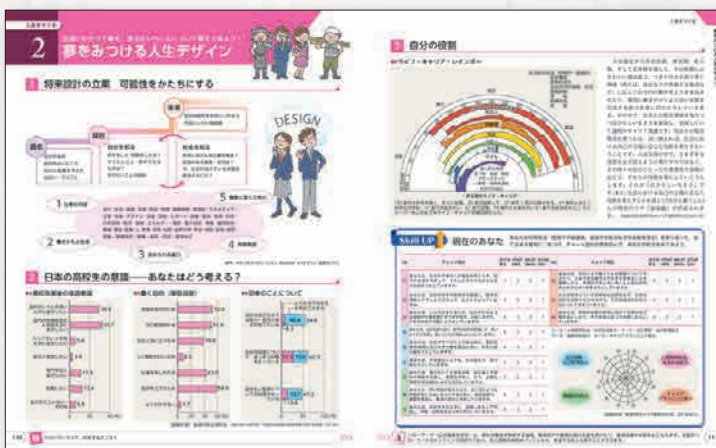
などは、どうしても教科書ではカバーしきれません。

スキルアップ家庭科は、授業をリアルにする、生徒がぐっと引き込まれる資料を選択、掲載しています。

改訂版教科書と合わせて、ぜひご活用ください。

2016年
4月新刊!

▲新JISと旧JISの比較対照表 (教科書にはない資料です)



▲人生設計を実践的に学べる資料



▲体のしくみと栄養素の働きがしっかり学べる資料



▲体のしくみと栄養素の働きがしっかり学べる資料

ワークシート、食品表示見本、
各種届出用紙(ひな形)などを収録した
指導者用データ集があります。



▲「ネットウラ」…子育て支援の新しい取り組みを紹介する資料

新しい動き

食品表示法

▲2015年4月1日、食品表示法が施行された。

食品の表示は、これまで食品衛生法、JAS 法(農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律)、健康増進法の三つの法律で定められていた。しかし、目的が異なる三つの法律に規定が定められていたために、制度が複雑で、わかりにくくなっていた。そこで、三つの法律の食品の表示にかかわる規定を一元化し、事業者にも消費者にもより安全でわかりやすい制度とするために「食品表示法」が定められ、2015年4月1日に施行された。

<おもな変更点>

(1)栄養成分表示の義務化：容器包装に入れられた加工食品、食品添加物に、熱量(カロリー)、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウムの栄養成分表示を義務化した。ナトリウム量は、食塩相当量で表示する。

(2)食品添加物とそれ以外の原材料名を区分して

■ 加工食品の表示の例

- 名称 内容をあらわす一般的な名称を表示
- 原材料 使用量の多いものから表示
- アレルギー 重篤なアレルギーを発症する可能性のある食品を使用している場合に表示。卵、乳、小麦、そば、らっかせい、えび、かにの7品目(特定原材料)は表示義務。いか、牛肉、大豆、りんごなど20品目は表示推奨
- 食品添加物 物質名もしくは簡略名等で表示。「ビタミンC」は簡略名、物質名は「L-アスコルビン酸」。保存料や甘味料などは、用途名を合わせて表示。使用量の多いものから順に表示。
食品表示法では、原材料名と明確に区分することが義務化された。記号(／:スラッシュ)で区切る、改行で区切る、「添加物名」という事項をもうけて表示するなどの方法がある
- 期限表示 消費期限または賞味期限を表示。外装フィルムなど別のところに表示される場合もある
- 栄養成分表示 食品表示法の施行で表示が義務化され、ナトリウムの量は「食塩相当量」で表示
- その他 遺伝子組換え食品の使用

表示：原材料名の下に「添加物」の事項名をもうけたり、記号／(スラッシュ)や改行を入れて、明確に区分して表示する。

(3)アレルギー表示：食品に含まれる特定原材料(卵・乳・小麦・落花生・そば・えび・かに)は、すべて表示する。個別表示を原則とし、一括表示は例外的に可能。

個別表示の例：マヨネーズ(卵を含む)

一括表示の例：(一部に卵・豚肉・大豆を含む)

(4)機能性の表示(機能性表示食品)：野菜やくだものなどの生鮮食品や加工食品、サプリメントなどについて、事業者の責任において、科学的根拠をもとに、健康の維持・増進効果などを具体的に示すこと(機能性表示)ができる(最新ワード 2016 p.10参照)。

食品表示法で定められた表示方法への移行には経過措置期間がもうけられている。すべての食品が食品表示法にしたがった表示になるのは、2020年4月1日から。加工食品と食品添加物は2020年3月30日、生鮮食品は2016年9月30日までは、従来の表示も混在することとなる。

*1 詳細は、消費者庁 Web ページ(<http://www.caa.go.jp/foods/index18.html>)をご覧ください。

*2 弊社発行教科書は、2016(平成28)年度供給本より、食品表示法にもとづいた内容に変更しております。

名 称	ソフトサラミソーセージ (スライス)
原材料名	食肉(牛肉、豚肉を含む)、豚脂肪、食塩、はちみつ、香辛料
添加物名	調味料(アミノ酸)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)
内 容 量	200g
賞味期限	20××年○月○日
保存方法	10℃以下で保存してください。
製 造 者	株式会社○○フーズ 東京都○○区○○町1-1

栄養成分表示 (100g当たり)

エネルギー	●kcal
たんぱく質	○g
脂質	▲g
炭水化物	■g
食塩相当量	★g

夫婦同姓規定、合憲

1. 夫婦同姓は合憲

「結婚により夫婦は同姓になる」、「女性は離婚後6か月は再婚できない」。この二つの民法の規定が憲法に違反するかどうか争われた訴訟で、最高裁判所は2015年12月16日、それぞれに判決を言い渡した。「夫婦同姓」は合憲、「再婚禁止期間」は、100日を超える部分について違憲（「再婚禁止期間」については、最新ワード2016 p.2をご覧ください）。

民法750条は、「夫婦は、夫または妻の氏を称する」と定め、夫婦は同姓であることを義務づけている。訴訟では、この規定に関し次の点が争われていた。

●結婚によって自分の姓を変更するように強いられるのは、憲法13条「個人の尊厳」に反しないか

●現実には約96%の夫婦が夫の姓に合わせていることから、女性に不利益を強いる性差別であり、憲法14条「法の下での平等」や24条「両性の本質的平等」が保障する男女平等に反しないか

最高裁判所は、「夫婦同姓の制度は社会に定着しており、家族の姓を一つに定めることには合理性がある」と指摘し、「どちらの姓を名乗るか夫夫婦の協議に委ねられており、規定には男女の形式的な不平等はなく、性差別には当たらない」として、合憲の判断を下した。

また、判決は「姓の変更で不利益を受けるのは女性の場合が多いと思われる」と認めたが、旧姓を通称として使用することが一般的になっていることなどから、「一定程度は緩和できる」と指摘し、憲法の定める「個人の尊厳」や「男女平等」に照らして合理性を欠くとは認められないと結論づけた。

2. 選択的夫婦別姓

夫婦別姓をめぐるのは、1996年に国の法制審議会が民法の改正案を答申し、希望すれば別姓を認める「選択的夫婦別姓」の導入を提言した。しかし、「家族の絆や一体感が弱まる」といった反対論が強く出され、答申から20年近く経っても一度も国会には提出されず、法改正は棚上げになっている。

12月16日の判決は、「選択的夫婦別姓が合理性がない」と判断したのではない」とも述べ、「どのような制度にすべきかは、社会の受け止めかたをふまえ、国会で論じられ判断されるべきだ」と、国会での積極的な議論を促した。

3. 今後の課題

解決は国会に委ねるのがふさわしいという判決であったものの、裁判官15人中5人は、違憲とする反対意見を述べた。女性裁判官三人は全員が違憲とした。

夫婦同姓を法律で義務づけている国は、世界のなかでもめずらしい。日本のように夫婦同姓しか認めていなかった国々の多くは、1990年代までに別姓も選べるようにした。国際連合の女子差別撤廃委員会も、1985年に日本が批准した「女子差別撤廃条約」にもとづいて、法改正をするよう勧告している。このたび合憲の判決が出たといえど、夫婦同姓の規定については、今後も継続的な議論がなされていくだろう。

（参考：朝日新聞2015年12月16日記事、読売新聞12月17日記事、東京新聞12月17日記事）

この憲法判断につき、教科書や副教材におきましても説明を加えるなどの修正をすべきところでございます。しかしながら、弊社では新年度版の確実な供給を期するため、11月末日に印刷を終了し、供給所への納本をいたしております。そのため、平成28年度使用教科書、副教材では従来どおりの記述となっております。先生方には大変お手数をおかけいたしますが、ご指導の際には、当該民法規定に対する憲法判断や、改正の方向性等につきまして補足いただければと存じます。誠に申し訳ございませんが、何卒よろしくお願い申し上げます。

エッセイ・和のある暮らし②

水引を生活にいかす

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。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制作デザイン、オリジナルの落雁の型制作やワークショップ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」「知識ゼロからの着物と遊ぶ」「べたこさんの手作り生活」(フィードルワイ)などがある。ブログ■ベタコの毎日更新中
<http://petacokimo.exblog.jp/>

春は入学、卒業など慶事が重なる季節ですね。祝う気持ちを添えて贈る祝儀袋には紅白の水引が添えられています。

近年の水引はとてもバリエーションに富んでいて、雑貨屋さんや文房具店では色も形も実に豊富な熨斗袋を前にしてどれにしようか迷うほどです。

水引は細く裂いた和紙を縫ってこより状にし、強度と張りを出すため水糊を引いて乾かしたものです。白、赤、金、銀などの色が主ですが、紫やピンク、緑色といった色に染められたものは、松竹梅、鶴亀などさまざまな造形を作るときに効果的です。梅一輪といった小さなものから羽を広げた鶴、めでたく長い尾をつけた亀などの大きなものまで、水引だけで作ることができます。

水引の結び方の基本は三種類。蝶結び、結び切り、あわび結びです。

蝶結びは結び目が簡単にほどけ、結び直せるので、幾度くりかえしても嬉しい祝時やお礼などに用います。

結び切りは、固く結んで解けない形。二度と繰り返さないようにという意味で結婚のお祝いや弔事、全快祝いなどに用います。

あわび結びはその昔「干しあわび」が祝儀ものと

してめでたいものとされていたことに由来する形です。略した絵が印刷されている祝儀袋もあります。

三種とも形は似ていますが全く違う意味を持つので、使うときには間違えないようにしたいものですね。

不思議と水引を使った祝儀袋は、絵やりボンやシールでは表せない「あらたまった印象」を与えます。私たちが暮らすものの溢れた社会では、そのあらたまった空気がとても新鮮に感じます。

また作って楽しみたいと思う方も増えているとみえ、水引への関心の高まりに応じて手芸材料店でも水引材料のコーナーが設けられて、講習会が開かれるばかりでなく、作り方や使い方を紹介した本も出版されています。

水引による造形は洗練されていてしかもシンプル。とても日本的です。軽い特徴をいかして帯留めや髪飾り、ブローチなどのアクセサリーなど新しい用途が広がっています。

古くから大切にされてきたものが、新しい使い方を見いだされ復活する。水引もそんなもののひとつかもしれませんね。



DIYでうち磨き・10

ベビーグッズの リメイク

末永 京

我が家の末っ子が先日二歳の誕生日を迎えました。ちょうど赤ちゃんから幼児へと変わる頃でしょうか。何でも上の子の真似をしたがり、何でも自分でやりたがります。そして赤ちゃん扱いをされるのを嫌がるようになりました。

上の子から8年使用したベビーベッドも使わなくなり「誰かに譲るか、リサイクルショップに持って行くか……」とも考えましたが、子供たちの思い出の詰まったものを手放すのが少し寂しい気もして、リメイクしてこれからも我が家で活躍してもらうことにしました。

ベビーベッドの柵。これって実はDIYでとっても使いまわしが効くパーツなのです。枠を付けて、枠に柵を蝶番で留め、ロックの出来る金具を取り付ければベビーゲートの出来上がり。キッチンの入口など入って欲しくない箇所に設置したり、階段からの転落防止に使ったりと幼児の危険防止グッズとして使用できます。我が家ではスライドして上下開閉できるタイプのベビーベッドを使用していたのですが、その前扉部分を二つ使用してラダーシェルフにリメイクしました。まず付いていた金具などを全て取り外し、やすりで塗装をはがします。続いてお好みの色に塗装し直し、蝶番で二つの柵上部となる部分をくっつけます。そして柵板を乗せれば出来上がり。我が家では観葉植物や雑貨の定位置となっています。

他にベビーグッズでたくさん不要になるのが洋服です。子供の服は一年で着られなくなるものも多く、汚れがあるものは誰かに譲るのもためらってしまいます。お気に入りの柄のものがあれば、ぜひリメイクしてみましょう。小さな布でできるのが、空き瓶のリメイクです。不要になった空き

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ほか、託児つき木工教室や子どもむけワークショップも開催。著書『シェルフをつくろう はじめてのDIY』（パッチワーク通信社）が好評発売中。
ブログ「ママに嬉しい木工*子供に優しい木工」
ameblo.jp/kuricoroom/

瓶の蓋に接着剤を塗り、そこに子供服の気に入った柄の部分の貼ります。完全に乾いてからはみ出した部分をハサミでチョキチョキとカットすれば、かわいい空き瓶の出来上がり!! 他にはメモ帳やノートの表紙にするのもおすすめ。お子様のお絵かき帳の表紙に貼れば、お絵かきとともに洋服の思い出も保存できますね。もう少し大きな布があれば、椅子の座面に貼るのもとてもかわいいです。丸椅子があればとても簡単です。座面に綿を置き、その上に布を置きます。くるっとひっくり返して裏からタッカーでパチンパチンと留めれば完成。タッカーというのはホチキスの大きくなったような工具で、ホームセンターで数百円から購入できます。また綿の代わりに使わなくなったベビー布団のマットレスをカットして使用するのもいいでしょう。ねんねしていたお布団が、今度はおすわりする椅子として使用できるというのも子供の成長を感じられて嬉しいですね。

子供の成長とともに、家具や洋服も変化していきます。これもDIYの醍醐味ではないでしょうか。思い出のあるベビーグッズ、これからも家族と一緒に暮らしていきたいと思います。



▲ラダーシェルフにリメイク



▲空き瓶のリメイク

日本家庭科教育学会 2015年度例会報告

▲2015年12月12日、日本家庭科教育学会2015年度例会、東京学芸大学で開催された。

まず、前半には研究発表がおこなわれ、家族、調理、生活文化、また消費者教育や防災教育などに関する授業実践も含め、全部で23本の発表があった。続いて課題研究の中間報告会があり、「グローバル化と家庭科①外国につながるのある小学校児童の現状と家庭科の課題、②グローバルな視野で世界の家庭科をつなぐーレッスン・スタディを中心とした日本からの発信と交流ー、③グローバルな視点を導入した家庭科カリキュラム開発」および、「貧困と向き合う家庭科」の二つのテーマにおいて、それぞれ報告がなされた。

後半の講演・指定討論会では、「教育改革と家庭科ーいま家庭科教育に求められているものー」をテーマに、高等学校の公民に新設予定の科目「公共」(仮称)にも触れながら、今後の家庭科教育、家庭科ならではの学びについて講演・討論がおこなわれた。文部科学省・望月昌代先生による講演では、社会の変化や次期学習指導要領がめざす方向性をご説明いただいた。そして、教育改革については審議のさなかであるが、家庭科で学ばせた内容はこれまでと変わらないというお話があった。続く討論でもその方向性を確認し、家庭科として、今後も教科の本質をみつめていこうという一体感で例会は締めくくられた。

【研究発表】

- 1-1 小学校家庭科における生活実践力の向上一家庭科、生活科での授業実践を通してー
○菊地教子(秋田大学大学院教育学研究科(院生))

- 1-2 小学生の家族の一員としての認識と自己肯定感の関係性

○河合衿香(岐阜県養老町立池辺小学校)
志村結美(山梨大学)

- 1-3 中学校家庭分野における「家族」教育の現状と課題

○永田夏来(兵庫教育大学)
村田晋太郎(兵庫教育大学)
山本亜美(兵庫教育大学)

- 1-4 小中高と連携した家族領域の学びについてー高校1年生の家族に関する意識調査からー

○池尻加奈子(東京都立清瀬特別支援学校)
小野恭子(弘前大学)

石津みどり(東京学芸大学附属国際中等教育学校)
佐藤麻子(東京学芸大学附属小金井中学校)
藤田和美(東京都小平市立小平第十一小学校)

- 2-1 調理実習における児童の学びの内実ー小学校5年生温野菜サラダづくりの記録からー

○山下綾子(埼玉大学大学院教育学研究科(院生))
河村美穂(埼玉大学教育学部)

- 2-2 教師が経験とともに獲得する調理実習の指導技術

○佐藤那奈(埼玉県八潮市立八幡中学校)
河村美穂(埼玉大学教育学部)

- 2-3 小学校給食時の「5分間指導」による専門学科高校生の学習効果

○荒井きよみ(東京都立戸山高等学校)

- 3-1 小・中・高等学校の家庭科教育における生活文化に関する授業の現状と課題ー国立大学法人附属学校家庭科教員調査とその聞き取り結果からー

○仲田郁子(千葉県立流山おおたかの森高等学校)
亀井佑子(愛国学園短期大学)
志村結美(山梨大学)
仙波圭子(女子栄養大学)

栖府暢子(東京大学教育学部附属中等教育学校)

- 3-2 家庭科教員の衣生活領域における実験・実習に対する意識

- 菊地英明(東京学芸大学大学院連合学校教育学研究科(院生))

生野晴美(東京学芸大学教育学部)

- 3-3 体感型住環境教育の長期的効果

○飯野由香利(新潟大学人文社会・教育学系)

- 3-4 デンマークの教科「手工とデザイン」における教育目標と評価基準の特徴

○一色玲子(聖カタリナ大学短期大学部)

- 4-1 消費者市民を育成する学習機会と指導方略ー大学生に焦点を当ててー

○大本久美子(大阪教育大学)

- 4-2 家庭科教員養成における授業の終わりに焦点をあてたカンファレンスの実施ージグゾー学習を取り入れ

た模擬授業—

○伊深祥子(愛知教育大学)

- 4-3 自己の生活自立と家庭内役割に家庭科履修が及ぼす影響—男子中学生を対象とした調査から—

○花形美緒(お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科(院生))

- 4-4 男女必修家庭科20年目における高校生の意識・実態—ジェンダー観、生活主権者意識を中心に—

荒井紀子(福井大学教育地域科学部)

○春貴良幸(福井大学大学院 教育学研究科(院生))

村田尚未(越前町立宮崎中学校(非))

- 5-1 家庭科教育におけるキーコンピテンシー育成のための教材開発

○田中由美子(安田女子大学家政学部)

- 5-2 高等学校家庭科教科書における貧困に関連したキーワードの記述に関する検討

○坪内恭子(元東京都立大江戸高等学校)

青木幸子(東京家政大学短期大学部)

大竹美登利(東京学芸大学教育学部)

長田光子(東京都立大山高等学校)

神山久美(山梨大学大学院総合研究部)

齋藤美保子(鹿児島大学教育学部)

田中由美子(安田女子大学家政学部)

- 5-3 家庭科教育による「仮想的有能感」抑制の可能性—「生きる力」と「共感性」を育むために—

○福田豊子(常磐大学人間科学部)

- 5-4 中国の高校生に向けた消費者教育の提案

○孫懿娜(宇都宮大学教育学研究科大学院(院生))

赤塚朋子(宇都宮大学教育学部)

- 6-1 中学校家庭科の教科書にみる防災に関する内容の変遷

○末川和代(日本女子大学大学院人間生活学研究科(院生))

天野晴子(日本女子大学家政学部)

- 6-2 中学校家庭科における「災害食」を題材とした課題解決的な学習の開発—中学生への質問紙調査結果から—

○小林裕子(兵庫教育大学大学院学校教育研究科(院生))

永田智子(兵庫教育大学大学院学校教育研究科)

- 6-3 高等学校家庭科教員を支援するWEBサイトの開発と評価

○山本亜美(兵庫教育大学大学院学校教育研究科(院生))

永田智子(兵庫教育大学大学院学校教育研究科)

- 6-4 「問題を見つける」段階における生徒の認知特性—中学校家庭分野消費生活領域における実践を通して—

○村田晋太郎(兵庫教育大学大学院学校教育研究科(院生))

永田智子(兵庫教育大学大学院学校教育研究科)

相川美和子(兵庫教育大学附属中学校)

【課題研究 中間報告会】

テーマ1 グローバル化と家庭科

分科会1-1 外国につながるのある小学校児童の現状と家庭科の課題

報告者: 上野顕子(金城学院大学生活環境学部)

福留奈美(お茶の水女子大学グローバルリーダーシップ研究所)

司会者: 河村美穂(埼玉大学教育学部)

分科会1-2 グローバルな視野で世界の家庭科をつなぐ—レッスン・スタディを中心とした日本からの発信と交流

報告者: 一色玲子(聖カタリナ大学短期大学部)

貴志倫子(福岡教育大学)

司会者: 鈴木真由子(大阪教育大学)

分科会1-3 グローバルな視点を導入した家庭科カリキュラム開発

報告者: 大本久美子(大阪教育大学)

司会者: 松岡依里子(大阪成蹊短期大学)

テーマ2 貧困と向き合う家庭科

分科会2 貧困と向き合う家庭科—高校家庭科の取り組みを中心に—

報告者: 神山久美(山梨大学)

司会者: 齋藤美保子(鹿児島大学)

【講演・指定討論会】

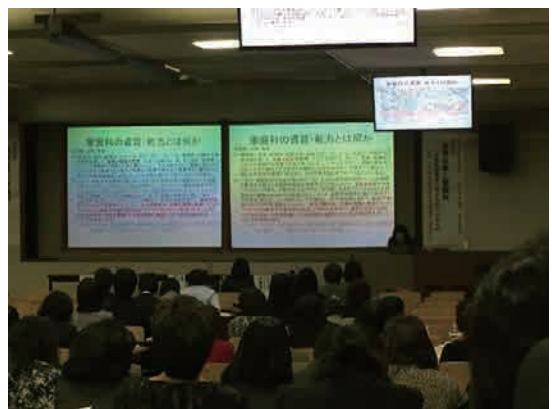
テーマ: 教育改革と家庭科

—いま家庭科教育に求められているもの—

基調講演 望月昌代氏(文部科学省初等中等教育局視学官)

指定討論者 赤塚朋子氏(宇都宮大学教育学部)

コーディネーター 荒井紀子氏(福井大学教育地域科学部)



▲講演・指定討論会のようす

平成28(2016)年4月よりご使用いただく小社教科書は、年次発行の資料等をできるかぎり新規データに更新をしております。つきましては、4月からのご指導に備え、これら訂正箇所およびその内容をご確認・ご理解いただければと存じます。また、新1年生もしくは新規使用開始学年のご教授に当たっては、先生方におかれましても、奥付記載が「平成28年4月1日発行」の教科書をご使用いただきますようお願い申し上げます。

◆統計資料の更新箇所

家庭総合 豊かな生活をともにつくる[家総305]

p.13[9], p.17*1, p.19[18], p.23[24], p.24*1, p.24[28], p.24[29], p.26[34], p.27*1, p.27[37], p.28[40], p.42 FOLLOW UP, p.43[21], p.44[23], p.51[36], p.51[37], p.52本文, p.52[38], p.56[1], p.57[5], p.58[6], p.58[7], p.58[8], p.58[9], p.58[10], p.80*2, p.80[1], p.81[4], p.81[5], p.81[6], p.81[7], p.82[8], p.83[11], p.85[16], p.88*1, p.94[33], p.97*2, p.100参考, p.101参考, p.106[6], p.107[7], p.107[8], p.122[5], p.123[53], p.176[6], p.189[21], p.194[33], p.197 FOLLOW UP, p.200[1], p.201[3]

家庭基礎 豊かな生活をともにつくる[家基308]

p.13*1, p.17*2, p.17[14], p.17[15], p.19[18], p.22[25], p.23*1, p.23[26], p.34 FOLLOW UP, p.35[19], p.39[26], p.41[3], p.44[1], p.45[5], p.46[6], p.46[7], p.46[8], p.46[9], p.46[10], p.54[1], p.64*1, p.68[11], p.71*2, p.76[23], p.77*2, p.77[24], p.78[26], p.80参考, p.81参考, p.86[6], p.87[7], p.87[8], p.102[5], p.103[53], p.134[33], p.148[25], p.149 FOLLOW UP, p.154[1], p.155[3]

未来を拓く^{ひら} 高校家庭基礎[家基309]

p.19*2, p.19[3], p.21[2], p.24[2], p.24資料解説, p.25*1, p.25ワーク, p.38コラム, p.39[3], p.41[3], p.42[2], p.46[1], p.47[4], p.48[1], p.48[2], p.48[3], p.48[4], p.56[1], p.68*1, p.72[2], p.78[1], p.79*2, p.79[2], p.80[1], p.86[1], p.86[2], p.86[3], p.100[2], p.100[4], p.132[4], p.146[1], p.147コラム, p.150[1], p.150[2], p.164参考, p.165参考, p.168●親権をおこなう者別にみた離婚件数割合の年次推移, p.170●就学前の子どもの保育状況, p.171●高齢者の生活設計について考える資料[1]

●お知らせ●

本小冊子「家庭科通信」を、ご希望の先生にはご自宅あてにお送りいたします。官製はがきに①お名前(ふりがな)②ご住所③お電話番号④勤務先をご記入の上、弊社家庭科編集部あてお送り下さい。FAXでも承ります。

宛先 〒113-8541 東京都文京区湯島2-1-1
大修館書店 家庭科編集部
FAX 03-3868-2645

◆その他のおもな変更箇所

家庭総合 豊かな生活をともにつくる[家総305]・家庭基礎 豊かな生活をともにつくる[家基308]

305	308	変更前	変更後	変更理由
p.118 FOLLOW UP	o.98 FOLLOW UP	保健機能食品(特定保健用食品・栄養機能食品)は、健康食品と呼ばれる食品のうち、法律にそって一定の要件を満たしたものである。 特定保健用食品：保健効果をもたらす成分を含み、その効果(「おなかの調子を整える」など)を表示している。食品の摂取がもたらす効果について、科学的根拠がじゅうぶん認められるものについてののみ、消費者庁から表示を許可される。 栄養機能食品：特定の栄養素を一定量含み、栄養素の機能や1日の摂取量のめやす、摂取するときの注意などを表示している。表示に当たり、消費者庁の許可は必要ない。 ただし、これらの食品は食事に代わるものではないし、病気の治療に用いるものでもない。健康の維持増進の基本はバランスのとれた規則正しい食事である。	保健機能食品(特定保健用食品・栄養機能食品・機能性表示食品)は、法律にそって、食品がもたらす効果や機能性を表示している食品である。 特定保健用食品：健康の維持増進に役立つことが科学的根拠にもとづいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」など食品がもたらす効果の表示を許可された食品。効果や安全性について国が審査し、食品ごとに消費者庁が表示を許可している。 栄養機能食品：すでに科学的根拠が確認された栄養成分を一定量含み、国の定めた表現でその機能を表示している食品。表示に当たり、消費者庁の許可は必要ない。 機能性表示食品：事業者の責任において、科学的根拠にもとづいた機能性を表示した食品。販売前に安全性および機能性の根拠に関する情報などが消費者庁へ届け出られている(ただし、特定保健用食品とは異なり個別の許可は受けていない)。	法律の改正により変更
p.120 本文 4～7行目	p.100 本文 4～7行目	みためでわからない情報は、品質表示に示されており、～日ごろから品質表示をよく見るなど、	みためでわからない情報は、食品表示に示されており、～日ごろから表示をよく見るなど、	法律の改正により変更
p.120* 1	p.100* 1	「農林物資の規格化及び食品表示の適正化に関する法律(JAS法)」により、消費者に販売されるすべての飲食物品には品質表示が義務づけられている。表示のしかたは、JAS法、食品衛生法などにより規定されている。	食品表示については、食品衛生法、JAS法(農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律)、健康増進法の三つの法律で表示のしかたが規定されていた。しかし、目的が異なる三つの法律に規定が定められていたために、制度が複雑で、わかりにくいものとなっていた。そこで、三つの法律の食品の表示に関する規定を統合し、事業者にも消費者にもわかりやすい包括的かつ一元的な制度の創設を目的とした食品表示法が、2015年から施行されている。	法律の改正により変更
p.120 46	p.100 46	図	図を変更	法律の改正により変更
p.123 3～ 4行目	p.103 3～ 4行目	食品添加物は品質表示に物質名で表示	食品添加物は物質名で表示	法律の改正により変更
p.148* 5	p.104* 5	日本では食品衛生法にもとづく表示義務がある。	削除	法律の改正により変更

◆その他のおもな変更箇所

未来を拓く 高校家庭基礎[家基309]

309	変更前	変更後	変更理由
p.97 コラム	健康の増進に役立つ食品…ふつうの食生活では栄養素の不足しやすい人が活用する食品。保健機能食品(特定保健用食品・栄養機能食品)は、法律に従って、効能を表示している。	健康の増進に役立つ食品…ふつうの食生活では栄養素の不足しやすい人が活用する食品。保健機能食品(特定保健用食品・栄養機能食品・機能性表示食品)は、法律に従って、効能を表示している。	法律の改正により変更
p.98 本文3～8行目	みためでわからない情報は、品質表示に示されており、～日ごろから品質表示をよく見るなど、	みためでわからない情報は、食品表示に示されており、～日ごろから表示をよく見るなど、	法律の改正により変更
p.98*1	「 <u>農林物資の規格化及び食品表示の適正化に関する法律(JAS法)</u> 」により、消費者に販売されるすべての飲食物品には品質表示が義務づけられている。表示のしかたは、JAS法、食品衛生法などにより規定されている。	食品表示については、食品衛生法、JAS法(農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律)、健康増進法の三つの法律で表示のしかたが規定されていた。しかし、目的が異なる三つの法律に規定が定められていたために、制度が複雑で、わかりにくいものとなっていた。そこで、三つの法律の食品の表示に関する規定を統合し、事業者にも消費者にもわかりやすい包括的かつ一元的な制度の創設を目的とした食品表示法が、2015年から施行されている。	法律の改正により変更
p.98 2	図	図を変更	法律の改正により変更
p.101 1行目	品質表示に物質名で表示	食品添加物は物質名で表示	法律の改正により変更
p.101*5	日本では食品衛生法にもとづく表示義務がある。	削除	法律の改正により変更

●日本食品標準成分表2015年版(七訂)について

文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会は、日本食品標準成分表を5年ぶりに改訂し、2015年12月25日に公表しました。今般の改訂は、15年ぶりとなる収載食品の拡充や、新たに炭水化物成分表を作成するなど、大幅なものとなっています。

改訂により、収載食品数が1,878食品→2,191食品になり、約300食品増えました。新たに収載されたのは、①日本人の伝統的な食文化を代表する刺身、天ぷらなどの食品、②五穀、あまに油などの健康志向を反映した食品、③玄米粉、米粉パンなどの子どものアレルギー増加に配慮した食品、④とりのから揚げ、魚のフライなどの栄養成分表示の義務化にも対応した調理後食品などです。

また、既存のアミノ酸成分表および脂肪酸成分表についても、収載食品数が大幅に増加しました(アミノ酸成分表:337食品→1,558食品、脂肪酸成分表1,262食品→1,782食品)

この改訂にしたがい、弊社副教材におきましても「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」を反映すべきところでございます。しかしながら、弊社では新年度版の確実な供給を期するため、12月末日に印刷を終了し、供給所への納本をいたしております。そのため、平成28年度使用副教材は昨年度同様、「日本食品標準成分表2010」の掲載となっております。

新規収載食品の栄養成分値などは、2016年4月以降、別紙にて先生方へ情報提供をさせていただきます。

先生方には大変お手数をおかけいたしますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

Key Word

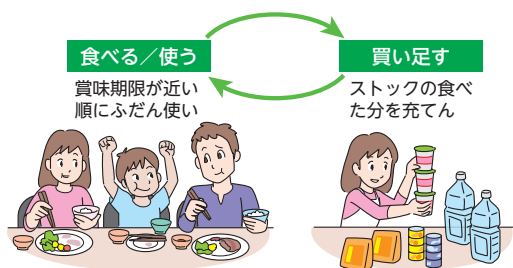
ローリングストック

日ごろから食べながら、少し多めの食料を備蓄すること。ローリング(回転)とストック(蓄える)をつなげたことばである。買いおいた食料を日ごろ少しずつ食べていくことから日常備蓄とも呼び、人々がふだんから防災意識を高める方法として注目されている。

方法は、カップめんやレトルトのごはん、カレー、乾麺、缶詰など、保存のきく食品を多めに蓄えておき、1か月に一度などの頻度でふだんの食事に使う。そして、使って減った分を買い足す、ということを繰り返す。

非常袋を備えている家庭は多いかもしれないが、中身を把握していない、缶詰などの食品がいつの間にか賞味期限切れしていた、といったことがよくあるのではないだろうか。ローリングストックには、防災意識を高めたり家族で災害について話す機会をもたせるだけでなく、日ごろから食べて味を知っておけば、いざ被災したときに口に合わないという事態がなくなる、というメリットもある。

ローリングストック



ポイント

- 自分の口に合うおいしいと感じるものをそろえる
- 納戸にしまい込まず、台所付近におく
- カセットコンロやボンベをいっしょに準備する

メリット

- 長期保存できる特別な非常食は買わなくてよい
- 備蓄の対象になる食品の幅が大幅に広がる
- 日ごろから食べて防災意識を高められる

スローカロリー

糖質の吸収をゆっくりにすることで健康をめざす取り組みのこと。米やめん、砂糖などの糖類を口にすると、消化されてできたブドウ糖が血液に取り込まれ、血糖値が急速に上がる。この食後血糖値が通常の人より高い人は、空腹時高血糖の人や通常の人より、心血管病や脳卒中などで死亡するリスクが2～3割高いという研究結果がある。スローカロリーは、糖質の吸収を穏やかにし、血糖上昇を抑制することで病気のリスクを低下させようとする取り組みである。

ふだんの食事でも、まず食物繊維の多い野菜料理を食べ、次にたんぱく質中心のメインのおかず、最後にごはん、パン、めん類など糖質中心の主食の順に食べると、糖質の吸収を穏やかにする効果が期待できる。また、よくかんでゆっくり食べることや、無機質の多い黒糖やきび砂糖なども血糖値を上げにくくする効果がある。

子ども食堂

経済的に厳しかったり、ひとり親で食事のしたくがままならなかったりと、さまざまな事情を抱えた子どもたちに無料や低価格で食事を提供する場所のこと。NPOなどが担い手となり、家族だけではなく、地域で子どもを見守り育てていこうという取り組みで、全国各地に広がってきている。

子ども食堂では、経済的理由や親のネグレクト(育児放棄)など、さまざまな事情でじゅうぶんに食べられない子どもに栄養バランスのとれた食事を提供する。また、大人数で食べる機会が少ない子どもの「孤食」、好物ばかりを固定的に食べる「固食」、めんやパンばかりの「粉食」などの「こしょく」を改善することも期待されている。

Question & Answer

Q：「隠れ育休」ということばを目にしたのですが、どのようなことでしょうか？

A：隠れ育休とは、男性が、出産した妻のサポートなどで仕事を休む際、育児休業を取るのではなく、有給休暇や特別休暇をあてることです。父親の育児を支援するNPO法人「ファザリング・ジャパン」が、全国の1歳半以下の子どもをもつ20歳以上の男性1,030人を対象におこなった調査によると、妻の出産後、育児休業制度を利用した人は4%、有給休暇や特別休暇を取得した人は46%でした

(■①)。この「有給休暇や特別休暇を取得」が隠れ育休です。日数も、7割が「3日以内」と回答し、ひじょうに少なくなっています。

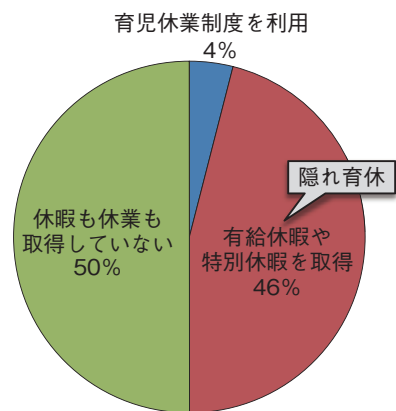
隠れ育休が広がる背景には、男性社員が育児休業取得を言い出しにくい職場環境があげられます。育休を利用しやすい条件・環境を聞いたところ、「妻の妊娠を伝えると、上司が必ず『育休いつ取る？』と確認し、取得できる環境を整えてくれる」が59%でもっとも多く、「育休を取得できる環境を人事部(会社)が整えてくれる」が43%と続いています。男性社員が自分から育休取得を言い出しにくい環境があり、上司や会社の働きかけが必要であるといえます。

育児休業は、男女どちらでも、子が1歳になるまで取得できることが育児・介護休業法で定められています。また、男女とも

に取得する場合は1歳2か月まで取得できますし、保育所に入所できないなどの理由があれば、1歳6か月まで延長できます。育休中の所得は、雇用保険を財源に支給する「育児休業給付」で補償されます。支給額は最初の半年間が育休に入る前の賃金の3分の2、残りの期間が2分の1となります。

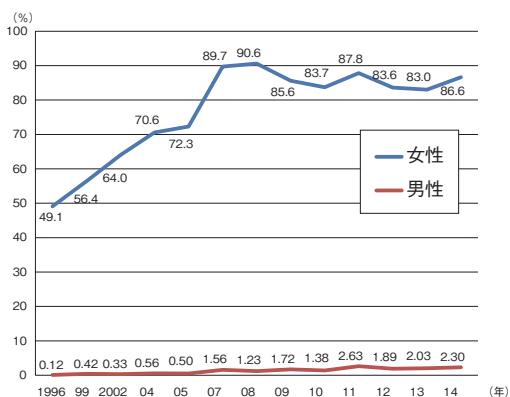
厚生労働省の調査によると、2014年の育休取得率は女性が86.6%、男性が2.3%。男性の取得率はきわめて低く、ここ数年ほとんど伸びていません(■②)。政府は男性の取得率を2020年度に13%にまで伸ばす計画を掲げていますが、目標にはまだほど遠いのが実情です。上司や会社の働きかけだけでなく、それを後押しする政府の取り組みも必要とされています。(参考：日本経済新聞、読売新聞記事など)

■① 妻の出産後の男性の休暇・休業について



(ファザリング・ジャパン「隠れ育休調査」2015年)

■② 男女別育休取得率の推移



(厚生労働省「雇用均等基本調査」2015年)

通巻58号

家庭科通信 2016年・1号

2016年4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/>

ホットな

毎日の授業に役立つ 情報が満載!! 大修館ホームページ

大修館書店 家庭科情報室

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

大修館書店
家庭科情報室

TCP 教科書 副教材 お知らせ 関連書籍 家庭科通信 先生応答ページ

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 新しく教科書が
できました!

**学習指導要領準拠
改訂版 新家庭科教科書**

内容充実、むしろ、教科書に準じた家庭科教科書
単元ノートの紹介など、新教科書について紹介
しています。詳しくは詳細ページをご覧ください。

各教科書については、ダウンロード資料も
ご用意しております。

新家庭総合
全体的に大変充実

→ 詳細ページはこちら

④ デジタルコンテンツを
活用する

新家庭基礎
全体的に大変充実

→ 詳細ページはこちら

④ デジタルコンテンツを
活用する

新高校家庭基礎
全体的に大変充実

→ 詳細ページはこちら

④ デジタルコンテンツを
活用する

発行

**学習指導要領準拠
家庭科教科書**

発行後、家庭科教科書の中に掲載されます。
編集方針とも一致して掲載されます。

家庭総合

→ 詳細ページはこちら

家庭基礎

→ 詳細ページはこちら

高校家庭基礎

→ 詳細ページはこちら

副教材

スネルアップ家庭科2016
家庭科資料と食品成分表
4冊

→ 詳細ページはこちら

新カラーガイド食品成分表
改訂版

→ 詳細ページはこちら

高校生のための生活学
改訂版

→ 詳細ページはこちら

お知らせ

2015/11/25 新刊情報システム

学会発表 日本家庭科教育学会2015年度
学会レポート 日本家庭科教育学会 第58回大会

2015/11/25 新年度後教科書
2015/11/25 教科書・副教材

関連書籍

- すぐに使える 家庭科授業ヒント集 4冊
- 一日保育士体験のすすめ 保育園で育む心
- パワーアップ! 家庭科・学び、つながり、発展する
- 読書とメタボリックシンドローム・生活習慣病

家庭科通信

家庭科通信のweb版です。
PDFでご覧いただけます。

→ 最新号(52号)はこちら

→ バックナンバーはこちら

先生応答ページ

さようの特別講義

大学や専攻研究機関の先生方から家庭科
に関する最新の研究成果や知見を伝えます。

→ 高校生における食育と食生活の授業づくり

→ プリント教材集

あしたの授業研究

高校や大学の家庭科の先生方による授業
実践報告です。

→ さらなる学びの場から聞きたい「家庭科への思い」

→ 使える動画集

→ 授業ヒント集

2016 年 4 月
リニューアル予定!

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

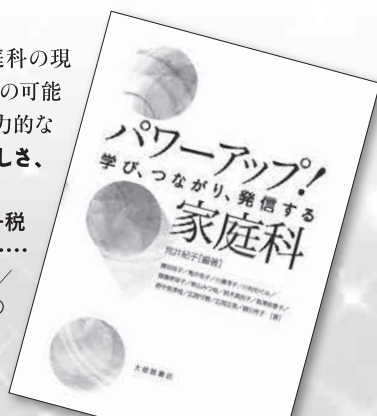
—学び、つながり、発信する

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

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