

New 技術・家庭

家庭分野

ワークノート



私の成長と家庭分野の学習

小学校家庭科のふり返し

(1) 小学校の家庭科では、どんな学習をしましたか。自分でできることや、わかっていることについて、あてはまるものの□に○をつけてみよう。

● 家族・家庭生活にかかわること ●

- ☐ 家庭の仕事をすすんでしている。
- ☐ 家族と楽しく団らんをする。
- ☐ 地域の人に挨拶したり、行事に参加したりする。
- ☐ 自分より小さい子どもと関わって遊ぶ。



● 食生活にかかわること ●

- ☐ 栄養素には3つの働きがある。
- ☐ 1食分の献立を立てる。
- ☐ 包丁を使って野菜を切る。
- ☐ ご飯とみそ汁を作る。



中学校 家庭分野の学習

(2) 中学校の家庭分野では、どんな学習をするのか、みてみよう。学習を深めたいと思うことについて、あてはまるものの□に○をつけてみよう。

家族・家庭生活

- ☐ 家族や家庭の大切さについて考える。
- ☐ 地域の人と協力し、力を合わせて物事に取り組む。
- ☐ 幼児の心と体の発達や特徴がわかる。
- ☐ 幼児にあった接し方や遊び方を工夫して、安全に遊ぶことができる。

食生活

- ☐ 食事の大切さがわかり、健康によい食習慣について考える。
- ☐ 食品を6つのグループにわけける。
- ☐ バランスのとれた1日分の献立を考える。
- ☐ 肉や魚、野菜、地域の食材を使って、安全に適切な調理ができる。





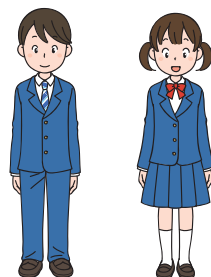
●衣生活、住生活にかかわること●

- ☐ 玉どめ・玉結びができる。
- ☐ ミシン縫い^{ぬい}ができる。
- ☐ 身の回りの整理・整頓^{せいとん}をする。
- ☐ 夏を涼しく^{すず}、冬を暖かく住まう工夫をする。



衣生活・住生活

- ☐ 目的に応じた衣服の着方や個性を生かした着方を考える。
- ☐ 必要な服の選択のしかたや、洗濯^{せんたく}・アイロンかけなどの手入れの方法がわかる。
- ☐ まつり縫いやスナップ付けなどの技術を活用して生活を豊かにする物を作る。
- ☐ 安全な住まい方の工夫^{くふう}ができる。



●消費生活や環境にかかわること●

- ☐ 買う物に関する情報を集めてから買い物をする。
- ☐ 物を手入れして長く使ったり、最後まで使い切ったりしている。
- ☐ ゴミの分別ができる。



消費生活と環境

- ☐ いろいろな販売方法^{はんばい}や代金の支払い方法を知り、商品を上手に買うことができる。
- ☐ 身近な消費者トラブルについて、解決方法を考えることができる。
- ☐ 消費について、社会や環境に与える影響などを考えることができる。



SDGsが地球の未来を変える！



最近よく目にする「SDGs」
とは何ですか？

サステナブル ディベロップメント
Sustainable Development
Goalsの略で、日本語では
「持続可能な開発目標」といい
ます。簡単に説明しますね。



いま、地球には、経済・社会・環境など
たくさん問題があります。



それらの問題を解決してよりよい
未来を実現するために、2015年
の国連サミットで、2030年まで
の国際開発目標が採択されました。
それが「持続可能な開発目標」、
通称「SDGs」です。



持続可能な世界を実現
するための17の目標
が定められています。


SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



世界ではどんなことが問題とされているのか、いくつかの例を見てみよう。


<p>2 飢餓をゼロに</p> <p>食料不安の人が増えた。</p> <p>食料不安を抱える人口の割合は、2014年の22.4%から2019年には25.9%に増えた。</p>	<p>4 質の高い教育をみんなに</p> <p>2030年、学校に通えない子どもは2億人以上いると予想される。</p>	<p>6 安全な水とトイレを世界中に</p> <p>約7億人にトイレがない。</p> <p>トイレがなく、外で排せつしている人は、6億7300万人いる。</p>
--	--	---

(国連広報センター「2030アジェンダ」、ユニセフ「世界トイレの日プロジェクト」より)

 私たち個人ができることはないか考えてみよう。
下の例を見て、やってみようと思う項目の□に○をつけてみよう。

2 賞味期限・消費期限が先のものばかり選ばない。

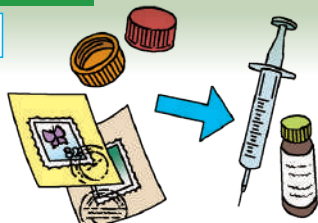
4月28日 4月30日



みんなで協力すれば、フードロスを減らすことにつながる。

3 すべての人に健康と福祉を


使用済みの切手やペットボトルのキャップを集める。



ポリオワクチンになる。


7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに

暑い夏をクーラーだけに頼りすぎない。




12 つくる責任 つかう責任

リサイクルショップを活用する。




シャツのボタンが取れたら、針と糸で縫う。



14 海の豊かさを守ろう


包装の少ないものを選ぶ。



包装が簡単なものを選ぶとプラスチックごみを減らすことができる。

13 気候変動に具体的な対策を

日ごろから災害に備える。




避難場所を家族と確認しておこう。

避難のときの持ち出し品を確認しておこう。




レジ袋を買わずにエコバッグを持つ。



買い物にはエコバッグを持って行こう。

レジ袋を使わないほうが、環境に負担がかからないね。

 上の例を参考に、他に自分がやってみたいことを書いてみよう。

(例) 暑いとき、エアコンの温度設定を下げる前に、衣服などで調節しようと思う。

僕たちも地球の未来の役に立てるかな？



一人ひとりに何ができるか考えることが大切ですね。教科書 p.238～239 も参考にしてみましょう。



1 家族の一員として できることを考えよう

見つける

態度

「家族」と聞いて思い出す、アニメやマンガ、ドラマとその登場人物をあげてみよう。

(例) サザエさん……カツオ、ワカメ、波平、フネ、タマ

めあて

家族・家庭の基本的な働きを理解する。

自分にできる家庭の仕事を見つけ、実践することができる。

学ぶ

知・技

1 家庭や家族の基本的な働きについてまとめてみよう。

●①(心 身) の
安らぎを得る



●②(愛 情) を
育む



●衣・食・住生活を営み、③(健 康) や
④(安 全) を保つ



●⑤(子 ども) を
生み育てる



●生活の
⑥(文 化) を
伝承する



●生活のための
⑦(収 入) を
得る



●⑧(地 域) の活
動を支える



これらの中で、特に重要だと思う働きと、その理由を書こう。

重要だと思う働き (例) 生活のための収入を得る。

理由 収入がないと食材が買えず、電気・水道のサービスなども受けられなくなるので。

知・技

2 家庭生活や家庭の仕事についてまとめてみよう。

- (1) 家族生活を支えるための活動を、(家庭の仕事(家事))という。
- (2) 家庭の仕事は、地域にあるさまざまな^①(施設)や^②(サービス)，活動などが補い、支えている。
- (3) 家庭の仕事にはどのようなものがあるかをあげてみよう。

①食べることににかかわる仕事… (例) 食事作り

(例) 食事の準備や後かたづけ，買い物

②着ることににかかわる仕事… (例) 洗濯

(例) アイロンかけ，服の手入れ

③住まうことににかかわる仕事…

(例) 掃除，植木の手入れ

④その他の仕事…

(例) 子どもやペットの世話，介護や看護，お金や家の管理

- (4) 家庭生活を支える施設やサービスをあげてみよう。

①食べることににかかわる仕事… (例) レストラン

(例) コンビニエンスストア，こども食堂

②着ることににかかわる仕事… (例) クリーニング

(例) 洋服直し，貸衣装

③住まうことににかかわる仕事…

(例) 住まいの修繕，ハウスクリーニング

④その他の仕事…

(例) ベビーシッター，保育所，幼稚園，病院，高齢者介護施設



深めよう

思・判・表

家族の一員として，自分や家族のためにできる家庭の仕事をさがしてみよう。

①自分のためにできる仕事

(例) 部活のユニフォームは，
自分で洗濯する。

②家族のためにできる仕事

玄関の掃除。
食事の配膳を手伝う。
ペットの散歩，食事。

ふり返る

A: できた B: まあまあ C: もう少し

知・技

●家族・家庭の基本的な働きを理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

思・判・表

●自分にできる家庭の仕事をみつけ，実践することができましたか。

(A ・ B ・ C)



アニメ「サザエさん」の原作では，たった一度だけ，タラちゃんの3歳下の妹の「ヒトデちゃん」が登場したことがあります。

2 家族関係をよりよくする方法を 考えよう

見つめる

態度

父は家族旅行で一緒に行動したいと言うが、私は別行動がしたい。このような場合はどうすればいいだろう。



めあて

家族には、それぞれの立場や役割があることを理解する。

家族関係をよりよくするための方法を考えることができる。

学ぶ

知・技

1 上の「見つめる」について考えてみよう。

(1) それぞれの立場になって考えてみよう。

① 自分がもし父の立場だったら、「別行動したい。」と言われてどう思うだろうか。

(例) さみしい気持ち。

② 「私」はなぜこのようなことを言ったのだろうか。

(例) ただついて行くのではなく、自分の好きなものを自由に見たいから。

(2) 父の立場や役割も考えながら、「私」は、どのような言い方で提案をすればよいだろうか。

(例) 1 日目は家族一緒に行動して、2 日目は母と私で行動するのはどうかな。



深めよう

思・判・表

身近な家族や友達に対して、あなたはどのような態度を取っているだろうか。

あいさつ	<input type="checkbox"/> 必ずしている	<input type="checkbox"/> ときどきしている	<input type="checkbox"/> していない
お礼	<input type="checkbox"/> 必ずしている	<input type="checkbox"/> ときどきしている	<input type="checkbox"/> していない
謝ること	<input type="checkbox"/> 必ずしている	<input type="checkbox"/> ときどきしている	<input type="checkbox"/> していない

教科書 p.19 の図3から、相手に気持ちを伝えるときに使っているものを選んでみよう。

(例) 手紙, SNS

ふり返る

A: できた B: まあまあ C: もう少し

知・技

● 家族には、それぞれの立場や役割があることを理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

思・判・表

● 家族関係をよりよくするための方法を考えることができましたか。

(A ・ B ・ C)

3 家庭生活と地域のかかわりを知ろう

見める

態度

教科書 p.26 の「考えてみよう」を参考に、地域にはどのような人が住んでいて、自分や家族とどのようにつながっているか、図にしてみよう。

私の家族

めあて 家庭生活は地域とのかかわりで成り立っていることを理解する。
地域の人と協働する必要があることを理解する。

知・技

学ぶ

1 地域の人々とのかかわりについてまとめてみよう。

- (1) 家庭生活は、(地域) の人々とのかかわりの上に成り立っている。
(2) (助け合い) は、日常的に欠かせない。特に災害があったときなどには大きな力を発揮する。

知・技

2 暮らしやすい地域づくりについてまとめてみよう。

地域の人々が、ともに力を合わせて物事に取り組むことを①(協働) という。
これらの活動は、自治会、まちづくり協議会、子ども会などの地域に根差した組織や②(ボランティアグループ (ボランティア)) やNPOなどによって担われている。



深めよう

思・判・表



(1) 自分の住む地域の協働の活動の例をあげてみよう。

(例) 資源ゴミの分別, 防犯パトロール,
地域の祭りへの参加

(2) 自分がこれからやっていこうと思うことを考えてみよう。

(例) 地域の緑化活動

ふり返る

A: できた B: まあまあ C: もう少し

知・技

●家庭生活は地域とのかかわりで成り立っていることを理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

知・技

●地域の人と協働する必要があることを理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

4 地域の人々と、 協力・協働しよう

見つける

態度

地域や家族など、身近にどんな高齢者がいるか思い出してみよう。

(例) 近所の住友さん。登下校の見守り活動をしている。

めあて

高齢者の一般的な身体の特徴を理解する。

地域の人とかかわるときのマナーや注意点を理解する。

知・技

学ぶ

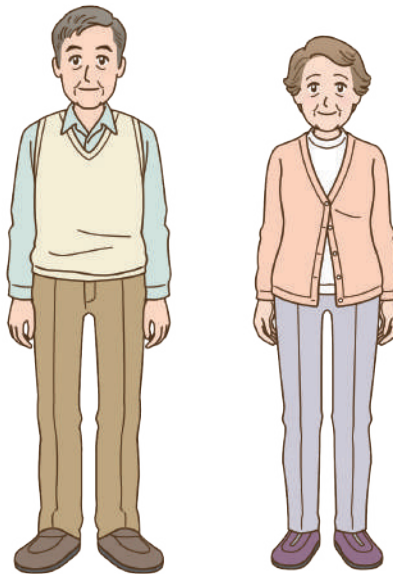
1 高齢者の一般的な身体の特徴についてまとめてみよう。

●①(視 力) が低下する、
視野が狭くなる

●②(聴 力) が低下する

●③(味) を感じにくくなる

●骨密度が低下し、
④(骨 折) しやすくなる



●飲み込む力が低下し、
食事がのどに
つまりやすくなる

●筋力が低下し、
関節が柔軟でな
くなる

●このような変化を⑤(老 化) といい、進み方は個人差が大きい。

●高齢者に、手伝いや手助けをおこなうことを⑥(介 助) という。

Note

知・技

2 地域の人々とかかわるときの注意点についてまとめてみよう。

●中学生も、①(地 域) の一員として主体的にかかわっていくことが大切である。

●きちんと②(あいさつ)
をする。



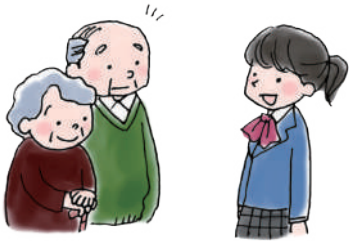
●介助するときは
③(声) をかけてか
ら行う。



●相手が望むこと、
④(必 要) なことだけ
を行う。



●呼ぶときは、
⑤(名 前) で呼ぶ。



●相手の⑥(目) を見
て、はきはきと、はっきり
話す。



●道路では、介助する人は
⑦(車 道) 側に立つ。



高齢者とのかわり方

高齢者が立ち上がり
や歩行で困っていると
き、どうすればいいだ
ろうか。

二人一組になって、
体験し、理解を深めて
みよう。

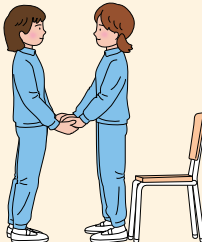
立ち上がりの例

①



手を握って、おじぎを
するようにしておしり
を浮かせてもらう。

②



ひざを伸ばして上体を
起こしてもらう。引っ張
り上げないようにする。

歩行の例



隣に立ち、わきの下から
支えて手を添え、相手の
ペースに合わせて歩く。

ふり 返る

A: できた B: まあまあ C: もう少し

知・技 ●高齢者の一般的な身体の特徴を理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

知・技 ●地域の人とかかわるときのマナーや注意点を理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

学びを生かそう

学習日 /	名前
組 番	

課題 ●自分や家族の生活を見つめ直し、発見した問題点をもとに課題を設定しよう。

私の課題

設定した理由

計画 ●課題を解決するために必要な計画を立て、準備しよう。

実践 じっせん ●実践したことを記録してみよう。(計画を発表したときのことを書いてもよい。)

評価・改善 ●実践したことのよい点や改善点をまとめてみよう。

次の課題へ ●改善点をふまえて次の課題を考え、今後の生活に生かそう。



A

編

家族・家庭生活