

# 家庭科 家庭基礎 学習指導案

府立貝塚高等学校

1. 日 時 平成 30 年 9 月 12 日（水）第 6 時限 14 時 25 分～15 時 15 分

2. 場 所 東館 4 階 1 年 4 組 HR 教室

3. 学年・組 1 年 4 組（41 名）

4. 単元（題材）名 食生活をつくる  
本時：人の体のために必要な栄養素とは  
使用教科書：家庭基礎 自立・共生・創造（東京書籍）

## 5. 単元（題材）の目標

健康で安全な食生活を営むために必要な栄養、食品、調理および食品衛生などの基礎的・基本的な知識と技術を習得させ、生涯を見通した食生活を営むことができるようにする。

## 6. 教材観

この単元は、高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）「家庭基礎」の内容 B（1）食生活と健康 A・イに対応している。栄養と食事、食品と調理など食生活に関わる基礎的・基本的な知識と技能を実験・実習を中心とした学習活動を通して身に付け、食事作りを中心に、栄養、食品、調理の学習を相互に関連付けながら、食生活に関わる情報を適切に判断し、生涯を通して健康や環境に配慮した安全な食生活を営むことができるようにすることをねらいとしている。

小・中学校の家庭科を通して、5 大栄養素の働きや各栄養素の働きや身近な食品の栄養的な特徴、基礎的な調理法などを学んできているが、生活経験の不足から確実な定着には至っていない。和食を中心にして、調理上の性質を踏まえた食品の扱い方や基本的な調理法を身に付け、自分や家族の健康や安全を考えて栄養的にバランス取れた家族の食事を計画できるようにすることで、食生活の自立に向けた、既習事項の総まとめの学習としたい。

7. 生徒観 ※ 省略

## 8. 指導観

「栄養素の働き」の学習の導入として、「人の体のために必要な栄養素とは」（本時）を設定する。小・中学校の家庭科で学んできた内容や他教科（理科、保健体育等）で学んだ内容を統合させて、総合的に健康を維持するための食事の役割や大切さについて再確認できるようにする。

特に、5 大栄養素の働きや各栄養素の働きや身近な食品の栄養的な特徴など既習事項を多く含む事項は、ペアやグループで説明し合ったりするようにして、健康な食生活を営むためには、何をどのように食べるよいか、自分の言葉で表現できるようにする。また、毎時間の授業の最後に、今日の授業で学んだこととして「今日のテーマ」を生徒に示し、食生活に関する自分の考えを言葉にして表現することで、生涯にわたって健康・快適・安全な食生活を営んでいくために大切な自分なりの食に対する考え方や価値観を育んでいく。

## 9. 単元（題材）の評価規準

| A 関心・意欲・態度                                                                             | B 思考・判断・表現                                                                                                                                                                      | C 技能                                                                                | D 知識・理解                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の食生活を見直し、自分や家族の食生活をよりよく改善しようとしている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>栄養と人体の関係を考え、5大栄養素が体内でどのような働きをしているかについて、考えた過程を適切に表現している。</li> <li>必要な栄養素を満たす料理や食品の組合せ、食品の調理や加工上の特性を踏まえ、自分や家族の献立を考え、工夫することができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>食生活の自立に必要な食品の選択や調理に関する技術を身に付けている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の意義や食事の重要性について理解している。</li> <li>5大栄養素の働きを理解している。</li> <li>食中毒の種類と原因を理解し、予防方法を身に付けている。</li> </ul> |

## 10. 単元の指導と評価の計画（全 11 時間）

| 時           | 学習内容                                                                                           | 主な評価規準【観点】                                                                        |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 第 1 時       | <b>人はなぜ食べる??</b><br>食事の意義を理解し、規則正しい生活と食事が必要であることを理解できるようにする。                                   | 自分自身の食生活を見直している。【A】<br>食事の意義を理解し、食事の重要性を身に付けている。【D】                               |
| 第 2 時       | <b>食生活の課題</b><br>青年期の食生活の課題を理解し、自分自身の問題点を考えることができるようにする。                                       | 青年期の食生活の課題を理解し、よりよい食習慣形成を考えている。【A】<br>自分自身のBMIを計算し、自分の体の状態について考えた過程を適切に表現している。【B】 |
| 第 3 時<br>本時 | <b>人の体のために必要な栄養素とは</b><br>栄養と人体の関係を考え、5大栄養素の働きを理解する。<br>また、健康の維持・増進には日々の食事が大切であることを理解できるようにする。 | 5大栄養素が体内でどのような働きをしているかについて、考えた過程を適切に表現している。【B】                                    |
| 第 4 時       | <b>栄養素の働き①</b><br>栄養と栄養素の違いを考える。<br>炭水化物の働きを理解し、これらの成分を多く含む食品の栄養的特徴を科学的に理解できるようにする。            | 5大栄養素の働きを理解し、その成分を多く含む食品の栄養的特徴と調理や加工上の特性を理解している。【D】                               |
| 第 5 時       | <b>栄養素の働き②</b><br>脂質、たんぱく質の働きを理解し、これらの成分を多く含む食品の栄養的特徴を科学的に理解できるようにする。                          | 5大栄養素の働きを理解し、その成分を多く含む食品の栄養的特徴と調理や加工上の特性を理解している。【D】                               |

|        |                                                                                            |                                                                       |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 第 6 時  | <b>栄養素の働き③</b><br>無機質、ビタミンの働きを理解し、これらの成分を多く含む食品の栄養的特徴を科学的に理解できるようにする。                      | 5 大栄養素の働きを理解し、その成分を多く含む食品の栄養的特徴と調理や加工上の特性を理解している。【D】                  |
| 第 7 時  | <b>食生活の衛生と安全</b><br>食品の衛生と安全を理解し、自分で食品を選択できるようにする。                                         | 食中毒の種類と原因を知り、予防方法を身に付けている。【D】                                         |
| 第 8 時  | <b>食生活の変化</b><br>食の洋風化、外部化、簡便化について理解を深め、食に対する意識を高めることができるようにする。                            | 現代の食生活の特徴について関心を持ち、自分の食事と関わらせて考えようとしている。【A】                           |
| 第 9 時  | <b>栄養バランスのよい食事</b><br>今までに学習してきたことを踏まえ、自分や家族の食生活をよりよく改善しようとする意欲を持つことができるようにする。             | 自分や家族の食生活をよりよく改善しようとしている。【A】<br>自分や家族のバランスのとれた一日の献立について、考え、工夫している。【B】 |
| 第 10 時 | <b>調理室の使用方法和手洗い</b><br>調理室の使用方法を理解し、調理手順を考えることができるようにする。<br>また、正しい手洗いの方法を身に付けることができるようにする。 | 調理室の使用方法を理解している。【D】<br>正しい手洗いの方法を身に付けている。【C】                          |
| 第 11 時 | <b>調理実習</b><br>グループで協力して実習を行い、配膳の決まりや食事作法を守って、楽しく会食できるようにする。                               | 食品の扱い方、調理器具の使い方、調理方法の技術を身に付け、調理することができる。【C】                           |

## 11. 本時の展開

### (1) 本時の目標

栄養と人体の関係を考え、5 大栄養素の働きを理解し、健康の維持・増進には日々の食事が大切であることが理解できるようにする。

### (2) 本時の評価規準

5 大栄養素が体内でどのような働きをしているかについて、考えた過程を適切に表現している。【B】

### (3) 本時の準備物

授業プリント、まなボード、ペン、プロジェクター等

(4) 本時の学習過程

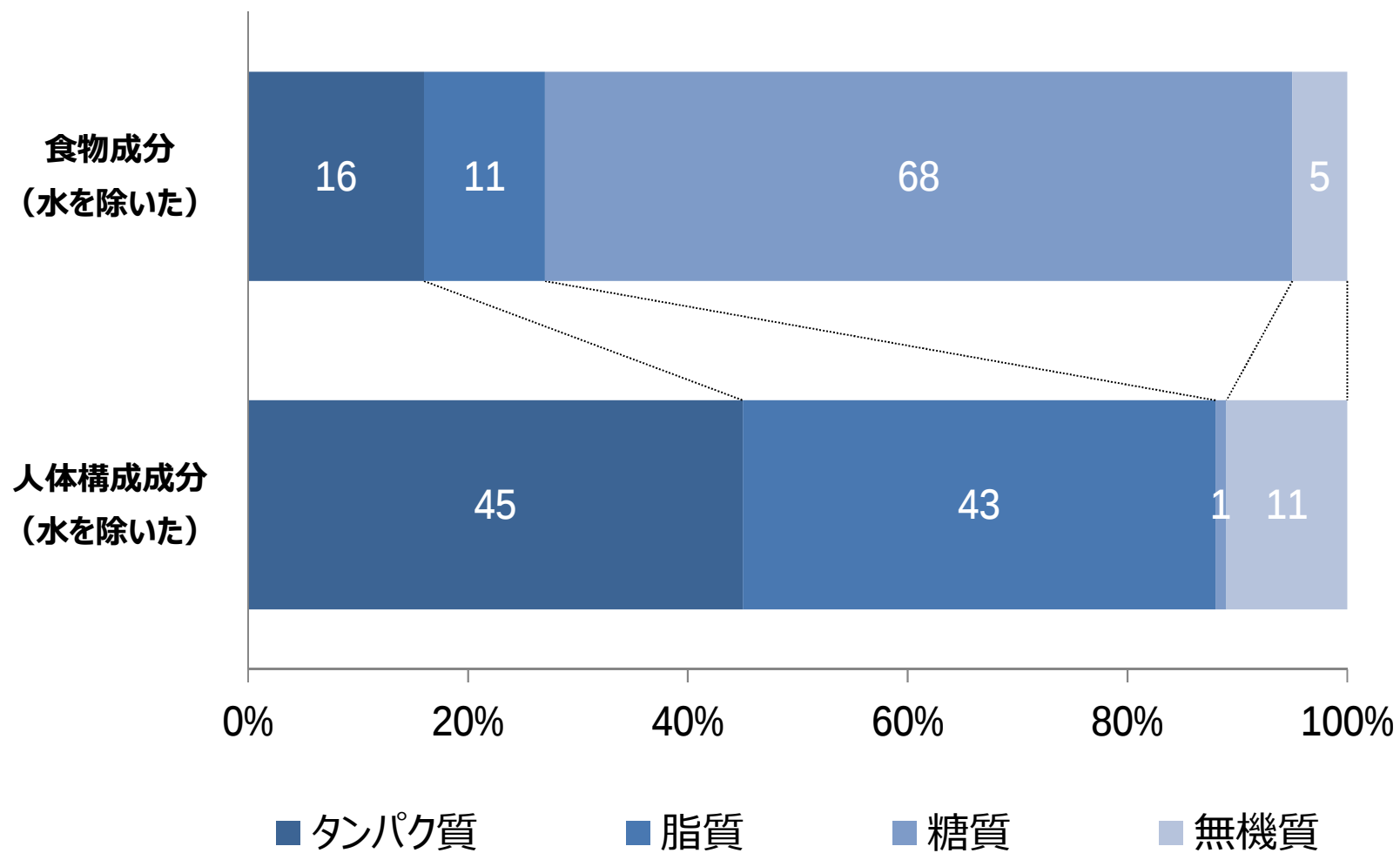
| 時間        | 学習内容・学習活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 指導上の留意点                                                                                                                                                   | 評価規準（評価方法）                                                                                                                  |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5分<br>導入  | <p>○前回の授業の復習</p> <p>・前回の授業内容に関する質問をし、食事と健康が関係していることを振り返る。</p> <p>○本時のめあて</p> <p>・栄養素が体内でどのような働きをしているのかを考え、食事の重要性を考える。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>○前回のプリントを見てもよいので、質問に答えられるようにする。</p> <p>○特に肥満は生活習慣病の原因になることを認識する。</p>                                                                                   |                                                                                                                             |
| 35分<br>展開 | <p>○中学校で学習した5大栄養素を思い出させる。</p> <p>○5大栄養素が体内で存在している割合を予想させる。（プリント【1】）<br/>（別表グラフを配付する）</p> <p>○グラフから食事の栄養成分と体内の構成成分の違いを読み取る。</p> <p>○食事の栄養と体内の構成を比較し、食べたものがどのように変化しているのか考える。（プリント【2】）</p> <p>【ここまで個人ワーク】</p> <p>○グループになり自分で考えた答えを発表し、まなボードに記入していく。</p> <p>【グループワーク】</p> <p>○質問について、グループで出た意見を発表させ、まとめさせる。</p> <p>【予想される児童生徒の反応】</p> <p>・個人ではわからないが、グループになって意見を出し合うことによって、気付くことができる。</p> <p>○5大栄養素の働きについてまとめる。（プリント右ページ）</p> <p>○体の中でどのような変化が起きているのかをグループで話し合い、まとめる。（プリント右ページ）</p> <p>○体は食べたものを元にして構成されていることを理解させる。</p> | <p>○机間指導しながら、自分なりの考えが書けているかを確認する。</p> <p>○グループ内で司会をする人を決めさせる。</p> <p>○グループでまとめられているかを確認して回り、できていないグループがあれば、進め方をアドバイスする。</p> <p>○教科書を見ながらワークシートに記入させる。</p> | <p>○食べた栄養が人体ではどのように変化しているのかを考えることができています。【B】</p> <p>○5大栄養素が体内でどのような働きをしているのかについて、考えた過程を適切に表現している。【B】</p> <p>（ワークシート・観察）</p> |

|                        |                                                                                                  |                                                           |                                            |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 10<br>分<br>ま<br>と<br>め | <p>○学習を振り返る</p> <p>○今日学習したことを踏まえて、これからどのような食事をしないとけないかをまとめる。</p> <p>(プリント“まとめ”と“ふりかえり”に記入する)</p> | <p>○今日の授業で学んだことを踏まえて、「今日のテーマ」について文章で表現できているか、机間指導を行う。</p> | <p>○「今日のテーマ」について自分で考えたことを適切に表現している。【B】</p> |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|

### 【本時の指導のポイント】

- ・本時は、生徒に考えさせることを中心に行う。どうして食べ物が大切なのか、どのような食事を摂取しないとけないかという点について、自分たちで理由を考えることによって、食の重要性を認識してもらいたい。
- ・5大栄養素の働きや各栄養素の働きは、どうしても知識を教師側から一方的に教えがちになり、生徒にとっても教科書に書かれていることをプリントにまとめるだけの内容になりがちである。「食物成分」と「人体構成成分」を比較し、増加しているもの、減少しているものがあることを理解し、なぜそのような変化になっているのかを考えさせる。
- ・食べた物はそのまま利用されるのではなく、体内で分解され必要なものに変えられる⇒私たちの体は、食べたものから構成されている⇒つまり食べるものが大切である、ということに気づいてもらいたい。小・中学校の理科や家庭科で学んだ消化や吸収などの既習事項を統合して考えられるようにする意図もある。
- ・まず個人で考え、その後グループで意見を出し合う。その際、まとめやすいように、まなボードを使用する。

# 人体構成と食物成分





【 1 】 私たちの体は何でできている？？

① 私たちの体の 50～70%は〔 水分 〕で構成されている。  
→ 〔 年齢 〕・〔 性別 〕・〔 体型 〕などによって異なる。

② 「5大栄養素」って知ってる？？

| 栄養素     | 主な食品        |     | 予想 | (答え)   |
|---------|-------------|-----|----|--------|
| ① 炭水化物  | 穀類・いも類 など   | ・・・ | %  | 1%     |
| ② 脂質    | 動植物性油脂・魚油など | ・・・ | %  | 43%    |
| ③ たんぱく質 | 食肉・魚介・卵 など  | ・・・ | %  | 45%    |
| ④ 無機質   | 牛乳・小魚・海藻 など | ・・・ | %  | 11%    |
| ⑤ ビタミン  | 野菜・果実 など    | ・・・ | %  | 0%(微量) |

※水分を除く  
＜ 人体の構成割合 ＞

【 2 】 私たちの体と食べ物 ～別紙資料のグラフから読み取ろう～  
「食物成分」と「人体構成成分」を比べた時に…

① たんぱく質は〔 増えている 〕

体内でどうなった？

※生徒に聞く 栄養素の各論は別途学習予定

② 脂質は〔 増えている 〕

体内でどうなった？

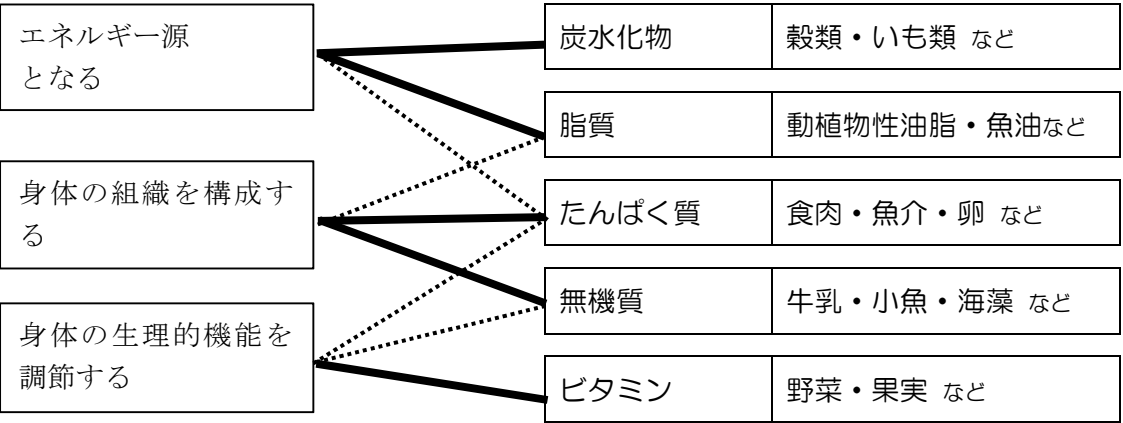
③ 糖質は〔 減っている 〕

体内でどうなった？

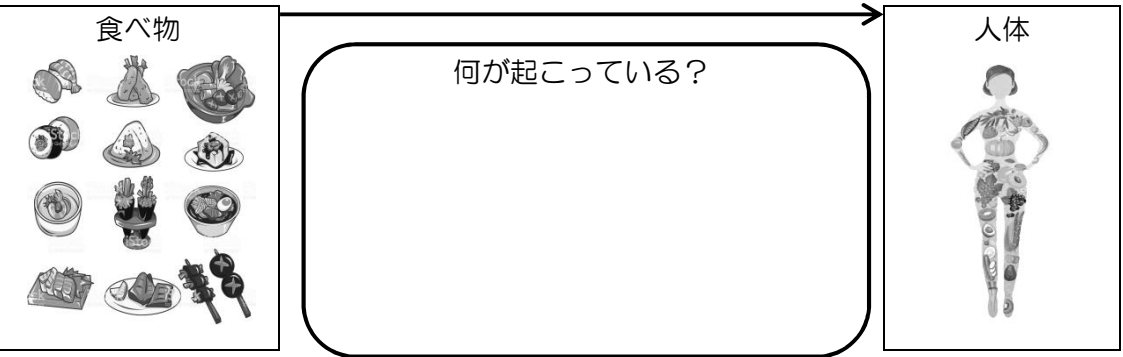
④ 無機質は〔 増えている 〕

体内でどうなった？

★ 5大栄養素は体でどのような働きをしているだろう？



★ 食べ物に何が起こる？？



★ 学んだことをうまく表現できるように、文章を完成させよう

私たちの体は 例) 食べた物を材料として

できている！

|                                            |                                                       |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 学習の“まとめ”と“ふりかえり”                           | 月 日 ( ) 限                                             |
| *先生から出される「テーマ」について、今日の授業で学んだことをふまえて文章を書こう。 |                                                       |
| フィードバック                                    | <input type="checkbox"/> 授業で「学んだこと」をもっと使って書いてください。    |
|                                            | <input type="checkbox"/> あなた自身が「考えたこと」をもっと詳しく書いてください。 |
|                                            | <input type="checkbox"/> 「分量」が少ないです。もっとたくさん書いてください。   |

1年〔 〕組〔 〕番 名前〔 〕

【 1 】 私たちの体は何でできている？？

① 私たちの体の 50～70%は〔 〕で構成されている。  
→ 〔 〕・〔 〕・〔 〕 などによって異なる。

② 「5大栄養素」って知ってる？？

| 栄養素 | 主な食品        |     | 予想 | (答え) |
|-----|-------------|-----|----|------|
| ①   | 穀類・いも類 など   | ・・・ | %  | %    |
| ②   | 動植物性油脂・魚油など | ・・・ | %  | %    |
| ③   | 食肉・魚介・卵 など  | ・・・ | %  | %    |
| ④   | 牛乳・小魚・海藻 など | ・・・ | %  | %    |
| ⑤   | 野菜・果実 など    | ・・・ | %  | %    |

※水分を除く  
＜ 人体の構成割合 ＞

【 2 】 私たちの体と食べ物 ～別紙資料のグラフから読み取ろう～  
「食物成分」と「人体構成成分」を比べた時に…

① たんぱく質は〔 〕

体内でどうなった？

② 脂質は〔 〕

体内でどうなった？

③ 糖質は〔 〕

体内でどうなった？

④ 無機質は〔 〕

体内でどうなった？

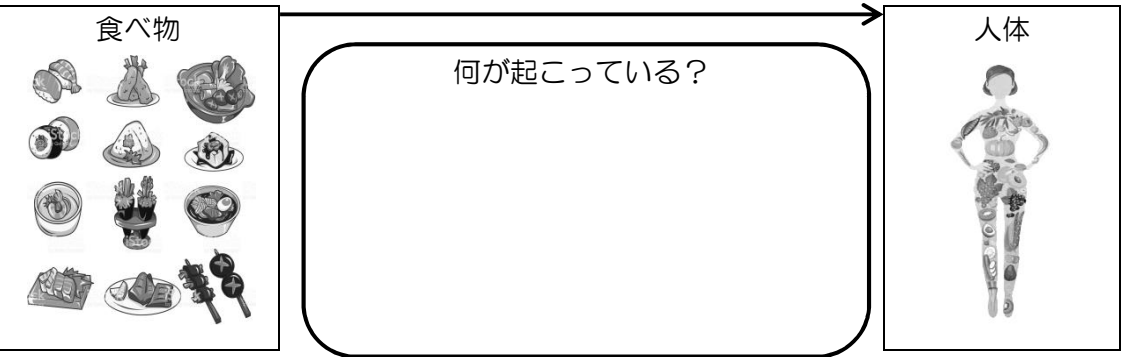
Let's  
tweet



★ 5大栄養素は体でどのような働きをしているだろう？

|  |       |             |
|--|-------|-------------|
|  | 炭水化物  | 穀類・いも類 など   |
|  | 脂質    | 動植物性油脂・魚油など |
|  | たんぱく質 | 食肉・魚介・卵 など  |
|  | 無機質   | 牛乳・小魚・海藻 など |
|  | ビタミン  | 野菜・果実 など    |

★ 食べ物に何が起こる？？



★ 学んだことをうまく表現できるように、文章を完成させよう

私たちの体は

できている！

|                                            |                                                       |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 学習の“まとめ”と“ふりかえり”                           | 月 日 ( ) 限                                             |
| *先生から出される「テーマ」について、今日の授業で学んだことをふまえて文章を書こう。 |                                                       |
| フィードバック                                    | <input type="checkbox"/> 授業で「学んだこと」をもっと使って書いてください。    |
|                                            | <input type="checkbox"/> あなた自身が「考えたこと」をもっと詳しく書いてください。 |
|                                            | <input type="checkbox"/> 「分量」が少ないです。もっとたくさん書いてください。   |

1年〔 〕組〔 〕番 名前〔 〕

## 家庭基礎における『学習の“まとめ”と“ふりかえり”』のテーマについて

学習項目ごとに「学習の“まとめ”と“ふりかえり”」をしようという目的で、『先生から出される「テーマ」について、今日の授業で学んだことをふまえて文章を書こう』ということを授業に取り入れている。平成 30 年度に提示したテーマをまとめる。

| 単元       | 学習項目・主な学習内容                                                                | テーマ                                                      |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 自分らしさとは  | これからはじまる「家庭科の学び」<br>・授業を受けるときの注意点<br>・「家庭基礎」の評価について<br>・中学校の授業で学んだことのアンケート | 「今」の時点でどのような人生を送りたいですか。                                  |
|          | 人生を見通す<br>・ライフステージについて<br>・青年期の課題                                          | 自分らしく生きるために、「今」しないといけないこと、考えないといけないことはどんなことですか。          |
|          | 「自分」から始める家庭科の学び<br>・自分についてのイメージ<br>・自分らしく生きるために、家庭科で何を学ぶのか（ジェンダー、性別役割分業など） | 相撲の土俵に女性が上ったことの新聞記事を読んで、自分で感じたことを書こう。                    |
| 子どもと共に育つ | 子どもの育つ力を知る<br>・「子ども」のライフステージ<br>・赤ちゃんのすばらしい能力                              | 両親以外に保育に関わる人はどのような人たちでしょうか。また、その人たちの役割も考えてみよう。           |
|          | 子どもの身体の発達<br>・子どものからだの育ち<br>・出生直後の新生児の特徴と注意点                               | 赤ちゃんの発達でわかったことはどのようなことですか。                               |
|          | からだの発達で気をつけること<br>・運動機能の発達に見られる法則性<br>・子どものからだにまつわる“なぜ”を考える                | 赤ちゃんの発達を妨げないために必要なことはどのようなことだと考えますか。                     |
|          | 子どもの「こころ」の成長<br>・子どもの「ことば」の成長<br>・独特な「子どもの世界」                              | 赤ちゃんや子どもをどのように育てていきたいですか。自分の考えを書こう。                      |
|          | 子どもの「社会性」の発達<br>・他者との関わりと自己意識<br>・遊びと子どもの発達                                | あなたは小さい頃、どのような遊びから、どのようなことを学びましたか。                       |
|          | 子どもが“生きていく”ために<br>・子どもが身に付ける「2つの生活習慣」<br>・子どもの命や健康を守る                      | 教科書の「乳幼児の死亡事故」から、なぜ乳幼児ならではの自己が起こりやすいのかを考え、事故の予防策を考えてみよう。 |
|          | 子どもの食生活～工夫と注意～<br>・子どもの食事内容<br>・子どもの食生活の特注と注意点                             | 好き嫌いをなくすためには、どのような工夫をすればよいか考えよう。                         |

| 単元          | 学習項目・主な学習内容                                                                                                                      | テーマ                                                                 |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 自分らしい人生をつくる | <p>“データ”で見る家族のカタチ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・データで家族のカタチを考える</li> <li>・家族のカタチをどのように見る？</li> </ul>                | 家族が小さくなると、どのような問題が生じてくるか考えよう。                                       |
|             | <p>人生を共にする家族</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人生で経験する「2つの家族」</li> <li>・誰と暮らす？</li> </ul>                              | 15年後の自分の家族を考え、どのような生活を送っているか想像してみよう。                                |
|             | <p>家族と法律</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族にまつわる法律</li> <li>・民法の改正</li> </ul>                                        | 民法が改正され、18歳で成人になることについて、あなたの意見を書こう。                                 |
|             | <p>大人になる～自立するとは～</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・5つの自立</li> <li>・大人になるためには何が必要？</li> </ul>                           | 自立できていることと、自立できていないことを書き、自立するためにこれから考えないといけない事を書こう。                 |
| 食生活をつくる     | <p>人はなぜ食べる？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人はなぜ食べるのか</li> <li>・なぜ、1日3食？～体内時計と食事～</li> </ul>                         | 自分の食生活を振り返り、改善点を考えよう。                                               |
|             | <p>食生活の課題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食、食べている？</li> <li>・肥満と痩せ</li> <li>・理想的な体重を知ろう</li> </ul>                  | 「痩せ」「肥満」「生活習慣病」の中で、将来一番気を付けないといけないと思うものは何ですか。また、予防のための食生活を考えよう。     |
|             | <p>人の体のために必要な栄養素とは？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・私たちの体は何でできている？</li> <li>・私たちの体と食べ物</li> <li>・5大栄養素の働き</li> </ul> | 栄養素の働きを知ることが、どのような事（時）に役立つと思いますか。                                   |
|             | <p>栄養素について知ろう（1）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・炭水化物の働き</li> <li>・炭水化物を多く含む食品</li> </ul>                            | 1日の中で、どのような炭水化物をどのくらい食べていますか。また、炭水化物を食べる時に気を付けていることはありますか。          |
|             | <p>栄養素について知ろう（2）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・脂質の働き</li> <li>・たんぱく質の働き</li> <li>・たんぱく質を多く含む食品</li> </ul>          | 今までの生活の中で、どのような時に脂質やたんぱく質が必要だと感じましたか。                               |
|             | <p>栄養素について知ろう（3）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・無機質の働き</li> <li>・ビタミンの働き</li> </ul>                                 | 無機質やビタミンが不足していると感じた時は、どんな時ですか。また、野菜をたくさん食べるために、どのような工夫をしたらよいと思いますか。 |
|             | <p>食生活の変化</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日本型食生活と食の洋風化</li> <li>・食の外部化</li> </ul>                                    | 「中食」や「外食」が増加すると、栄養・健康面以外でどのようなことが問題になってくると思いますか。                    |
|             | <p>食生活の安全と衛生</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食中毒について</li> <li>・食品の見分け方について</li> </ul>                                | 食品を選ぶために必要だと思われる条件を挙げ、日頃のあなたの食品の選び方を書きましょう。                         |

| 単元        | 学習項目・主な学習内容                                                    | テーマ                                                                                  |
|-----------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 経済生活を営む   | 収入と支出～家計を管理する～<br>・「給料明細」に書かれている内容を読み取ろう                       | 働きだしてお金を使うとき、どのようなことに気を付ける必要があると思いますか。                                               |
|           | 「契約する」ことの意味と責任<br>・商品を「買う」ことは契約だ！<br>・契約したことを守らないとどうなる？        | 「契約」に関するトラブルを避けるためには、どのようなことに注意しないといけないか考えましょう。                                      |
|           | お金がなくても商品が買える？<br>・手持ちのお金がなくても商品が買える仕組み<br>・お金を借りるということの注意点    | 〈資料2〉（実際にあった消費者金融からの借金例）から、この人はどこに問題があったと思いますか。また、この後どのようなになると予想されますか。               |
|           | 悪質商法のロールプレイ                                                    | ロールプレイを実施後、ロールプレイをやった感想、他の班の発表を見た感想を記入しましょう。                                         |
|           | 契約トラブルと消費者保護<br>・クーリングオフについて<br>・消費者契約法<br>・未成年者の契約            | 「自立した消費者」になるには、どのような力を付ける必要があると考えますか。                                                |
| 快適な生活を考える | 暑さ・寒さをしのいで快適に暮らすには？<br>・暑さ、寒さと人間<br>・快適な室内環境のために<br>・衣服で工夫するには | 暑い季節に、涼しく着る工夫を考えましょう。                                                                |
|           | 快適な衣服とは？～表示から見極める～<br>・被服に必要な様々な性能<br>・被服と表示                   | あなたが被服を選択するときに、どのような事に気を付けて選ぼうと思いますか。                                                |
|           | 新しい取り扱い絵表示と衣服の手入れ<br>・取り扱い絵表示について                              | 自分の制服の取り扱い絵表示を見て、あなたならどのように手入れをしますか。                                                 |
|           | 快適で清潔な住まい<br>・通気と換気<br>・日照と採光                                  | 自分の家で通気や換気で気を付けていることや工夫していることを書きましょう。                                                |
|           | 衣服や住まいで安全や健康を守る                                                | 自然災害に備えて、自分の家で準備していることや、家族で決めていることを書きましょう。<br>(もし何も準備ができていなければ、今後どのような準備が必要か書きましょう。) |