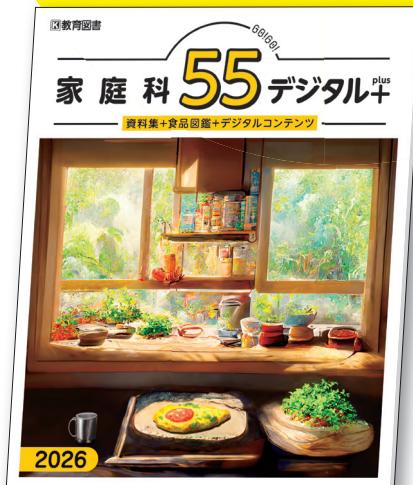
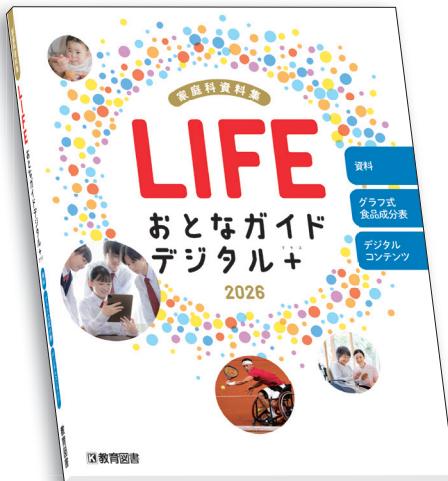


内容解説資料

家庭科資料集 パンフレット

令和
8 年度



CONTENTS

教育図書の資料集 4つのポイント

- ・ 2つの家庭科資料集から選べます！ p.02
- ・ 紙の資料集に、デジタルをプラス！ p.04
- ・ デジタルコンテンツで楽に楽しく！ p.06
- ・ 忙しい先生をサポートする資料がたくさん！ p.08

家庭科資料集『LIFE おとなガイドデジタル+』 p.10

家庭科資料集『家庭科 55 デジタル+』 p.22

資料集付属デジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」 p.32

献立作成・栄養計算アプリ p.40

教師用ダウンロードデータ p.42

2つの家庭科資料集から選べます！



LIFE おとなガイドデジタル+

資料 + グラフ式食品成分表 + デジタルコンテンツ

価格 定価 990 円 (本体900円)

ボリューム

卒業後も持っていてほしい！
 「おとな」になるために知っておきたい情報が
 満載の392ページ！ ◇くわしくはp.10～21へ

55 テーマとデジタルで、
 生徒ワクワク、先生ラクラク。

家庭科 55 デジタル+

資料集 + 食品図鑑 + デジタルコンテンツ

価格 定価 721 円 (本体655円)

ボリューム

少ない授業時数でももうだいじょうぶ！
 55のテーマをコンパクトにまとめた
 208ページ！ ◇くわしくはp.22～31へ

国教育図書

家庭科 55 デジタル+ plus

資料集+食品図鑑+デジタルコンテンツ



LIFE おとなになるための心がまえ

1 投票に行こう

2 なりたい「おとな像」を考えよう

3 18歳からできることを学ぶ

4 ICTリテラシー × 家庭科

令和8年度の改訂のポイント

「ウェルビーイング」「ICTリテラシー」など今こそ知りたいキーワードや、成年を迎える高校生のみなさんに知ってもらいたいことを、新資料として掲載！

LIFE キーワードから 未来を見つこう！

ウェルビーイング × 家庭科

1 ウェルビーイングとは？

2 ウェルビーイング × 健康生活

3 ウェルビーイング × 家庭生活

4 ウェルビーイング × 住生活

5 ウェルビーイング × お仕事

6 ウェルビーイング × お出かけ

7 ウェルビーイング × お出かけ

8 ウェルビーイング × お出かけ

9 ウェルビーイング × お出かけ

10 ウェルビーイング × お出かけ

11 ウェルビーイング × お出かけ

12 ウェルビーイング × お出かけ

13 ウェルビーイング × お出かけ

14 ウェルビーイング × お出かけ

15 ウェルビーイング × お出かけ

16 ウェルビーイング × お出かけ

17 ウェルビーイング × お出かけ

18 ウェルビーイング × お出かけ

19 ウェルビーイング × お出かけ

20 ウェルビーイング × お出かけ

21 ウェルビーイング × お出かけ

22 ウェルビーイング × お出かけ

23 ウェルビーイング × お出かけ

24 ウェルビーイング × お出かけ

25 ウェルビーイング × お出かけ

26 ウェルビーイング × お出かけ

27 ウェルビーイング × お出かけ

28 ウェルビーイング × お出かけ

29 ウェルビーイング × お出かけ

30 ウェルビーイング × お出かけ

31 ウェルビーイング × お出かけ

32 ウェルビーイング × お出かけ

33 ウェルビーイング × お出かけ

34 ウェルビーイング × お出かけ

35 ウェルビーイング × お出かけ

36 ウェルビーイング × お出かけ

37 ウェルビーイング × お出かけ

38 ウェルビーイング × お出かけ

39 ウェルビーイング × お出かけ

40 ウェルビーイング × お出かけ

41 ウェルビーイング × お出かけ

42 ウェルビーイング × お出かけ

43 ウェルビーイング × お出かけ

44 ウェルビーイング × お出かけ

45 ウェルビーイング × お出かけ

46 ウェルビーイング × お出かけ

47 ウェルビーイング × お出かけ

48 ウェルビーイング × お出かけ

49 ウェルビーイング × お出かけ

50 ウェルビーイング × お出かけ

51 ウェルビーイング × お出かけ

52 ウェルビーイング × お出かけ

53 ウェルビーイング × お出かけ

54 ウェルビーイング × お出かけ

55 ウェルビーイング × お出かけ

56 ウェルビーイング × お出かけ

57 ウェルビーイング × お出かけ

58 ウェルビーイング × お出かけ

59 ウェルビーイング × お出かけ

60 ウェルビーイング × お出かけ

61 ウェルビーイング × お出かけ

62 ウェルビーイング × お出かけ

63 ウェルビーイング × お出かけ

64 ウェルビーイング × お出かけ

65 ウェルビーイング × お出かけ

66 ウェルビーイング × お出かけ

67 ウェルビーイング × お出かけ

68 ウェルビーイング × お出かけ

69 ウェルビーイング × お出かけ

70 ウェルビーイング × お出かけ

71 ウェルビーイング × お出かけ

72 ウェルビーイング × お出かけ

73 ウェルビーイング × お出かけ

74 ウェルビーイング × お出かけ

75 ウェルビーイング × お出かけ

76 ウェルビーイング × お出かけ

77 ウェルビーイング × お出かけ

78 ウェルビーイング × お出かけ

79 ウェルビーイング × お出かけ

80 ウェルビーイング × お出かけ

81 ウェルビーイング × お出かけ

82 ウェルビーイング × お出かけ

83 ウェルビーイング × お出かけ

84 ウェルビーイング × お出かけ

85 ウェルビーイング × お出かけ

86 ウェルビーイング × お出かけ

87 ウェルビーイング × お出かけ

88 ウェルビーイング × お出かけ

89 ウェルビーイング × お出かけ

90 ウェルビーイング × お出かけ

91 ウェルビーイング × お出かけ

92 ウェルビーイング × お出かけ

93 ウェルビーイング × お出かけ

94 ウェルビーイング × お出かけ

95 ウェルビーイング × お出かけ

96 ウェルビーイング × お出かけ

97 ウェルビーイング × お出かけ

98 ウェルビーイング × お出かけ

99 ウェルビーイング × お出かけ

100 ウェルビーイング × お出かけ

令和8年度の改訂のポイント

データDVチェック、年金の仕組み一問一答、災害発生時の行動など、「新しい」「わかりやすい」「実用的な資料を新しく追加しました！

44 災害時、あなたなら、どう動く？

45 お年金でやるべきこと、どうぞ？

46 お年金年金加入した人は、いつからもらえるの？

47 老齢基礎年金は、どの仕組みなの？

48 老齢基礎年金に加入した人は、いつからもらえるの？

49 公的年金以外の年金はあるの？

自分のことも、相手のことも大切に

5 内生も外生の被災者、被災者になる！

6 SNSにいろいろが載っている

7 多様な性のやり方があることを知ろう

8 山田夢香著「自分らしい生き方と両親の離婚の大切さ」

18 年金ってどういう仕組みなの？

Q 年金って何？

Q 公的年金は、どなたが加入する？

Q 老齢基礎年金は、どなたが加入する？

Q 公的年金以外の年金はあるの？

紙の資料集に、デジタル をプラス！

生徒が夢中になるしきが満載で、先生の授業準備や評価もサポート。

ウェルビーイング

みんなの「Well-being」が向上する家庭科資料集です。

教育図書の家庭科資料集は、『LIFE おとなガイドデジタル+』と『家庭科 55 デジタル+』の2つから選べます。

どちらの資料集にも共通で、デジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」を付属しています。さらに、忙しい先生の授業づくりをサポートする「教師用ダウンロードデータ」も提供します。

LINK!



家庭科資料集

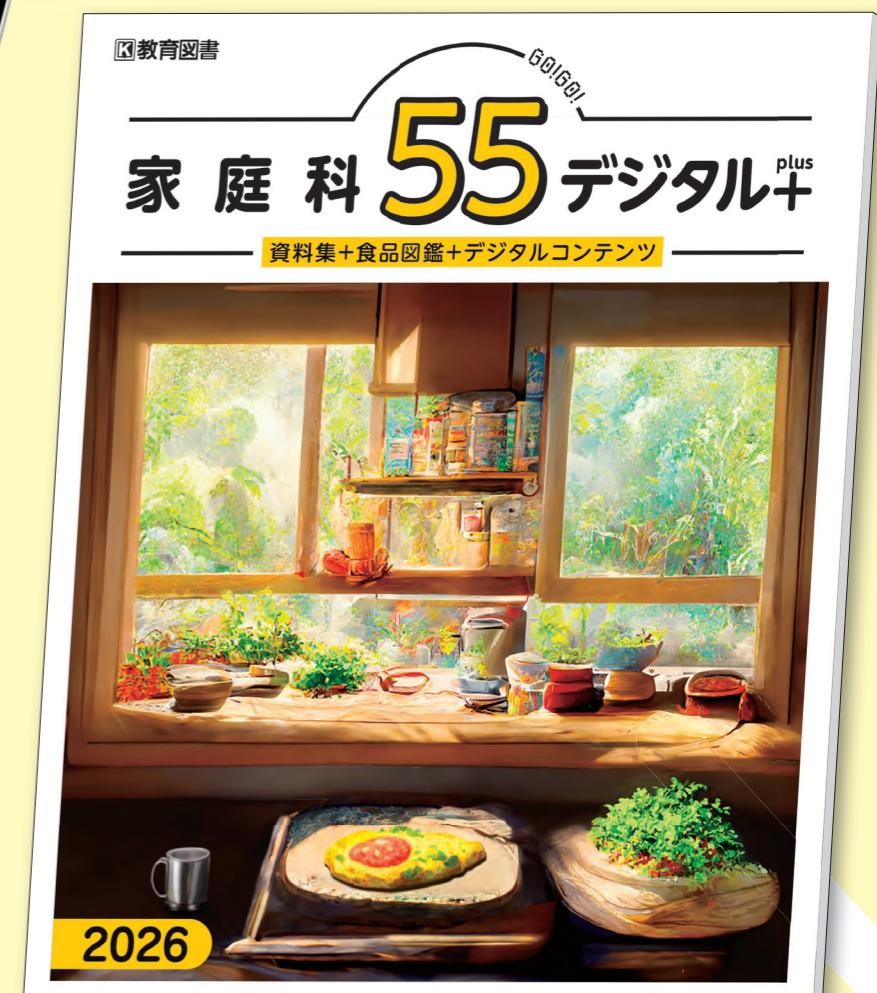
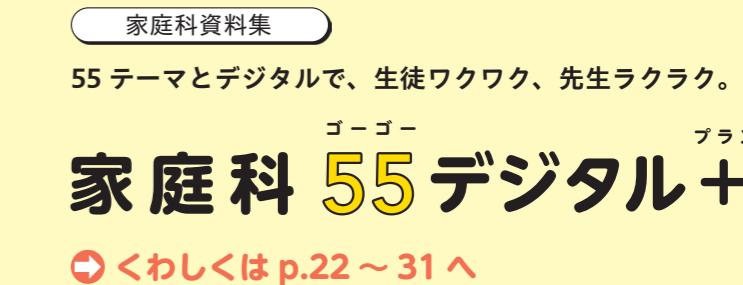
「ウェルビーイング」がテーマの新ページが登場！

ライフ
LIFE おとなガイドデジタル+

⇒くわしくは p.10～21 へ



LINK!



デジタルコンテンツで

楽に楽しく！

『LIFE おとなガイドデジタル+』と『家庭科 55 デジタル+』には、二次元コードから簡単にアクセスできるデジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」が共通で付属しています。

「家庭科デジタル+」に掲載の 77 のデジタルコンテンツは、すべて教育図書のオリジナル！まるでゲームを楽しむような感覚で取り組める多彩なコンテンツが、生徒が自ら進んで学習に取り組むきっかけになります。

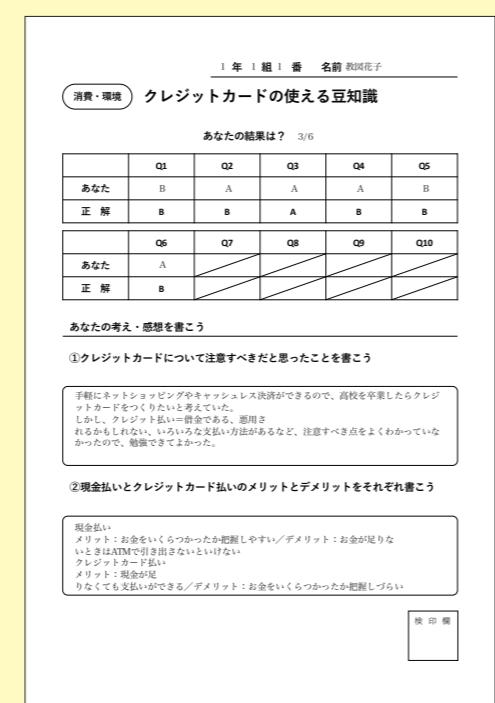
☞くわしくは p.32～39へ



ノートパソコン、タブレット、スマートフォン、どの端末でも使える！



デジタルコンテンツの結果
をダウンロードできる！



シミュレーションをやってみる！

あなたの家の合計時間は
1か月で 22 時間
月給に換算すると 20526 円!
※機会費用法を参考に算出



座学にも実習にも役立つ動画！

忙しい先生をサポートする資料がたくさん！

LIFE おとなガイドデジタル+ 教師用ダウンロードデータ

授業準備に使える

PDF PDFダウンロード機能 活用マニュアル **NEW!**

授業中に使える (評価に使える)

Google Forms Microsoft Forms Google フォーム Microsoft Forms **NEW!**

授業準備に使える

PDF 教科書対応表 **NEW!**

授業準備に使える (授業中に使える)

PDF **JPG** 資料集データ

授業準備に使える

PDF デジタルコンテンツの教師用指導資料

授業準備に使える

PDF デジタルコンテンツの年間指導計画

授業中に使える

PPT ACTION スライド

授業中に使える

PDF **Word** ACTION ワークシート

授業準備に使える (評価に使える)

PDF 小論文

授業中に使える (評価に使える)

PDF 知っておきたい食べ物の話

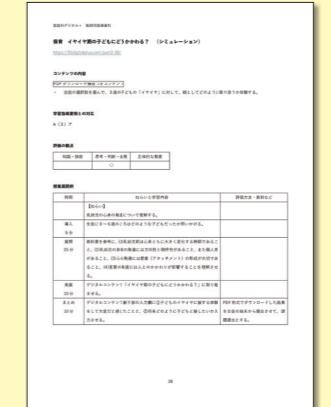
授業づくりに役立つデータ・資料を提供します。

採用校に限り、教育図書公式ウェブサイトからダウンロードできます。 **☞くわしくはp.42~47へ**

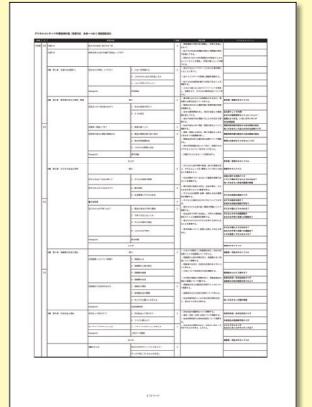
Google フォーム Microsoft Forms



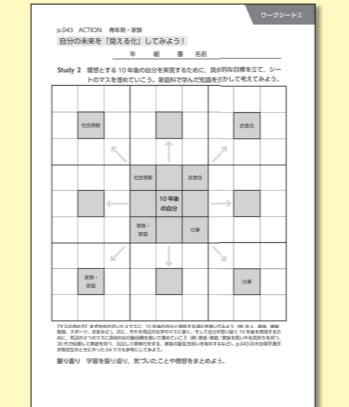
デジタルコンテンツの 教師用指導資料



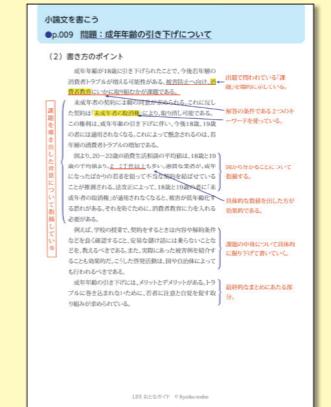
デジタルコンテンツの 年間指導計画



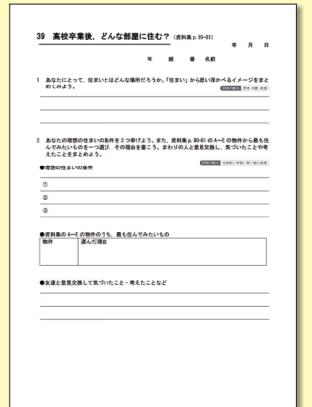
ACTION ワークシート



小論文の解答例・書き方の ポイント・解説



家庭科 55 デジタル+ ワークシート



家庭科 55 デジタル+ 教師用ダウンロードデータ

授業準備に使える

PDF PDFダウンロード機能 活用マニュアル **NEW!**

授業準備に使える

PDF デジタルコンテンツの年間指導計画

授業準備に使える

Excel デジタルコンテンツの年間指導計画

授業中に使える (評価に使える)

Word 家庭科 55 デジタル+ワークシート

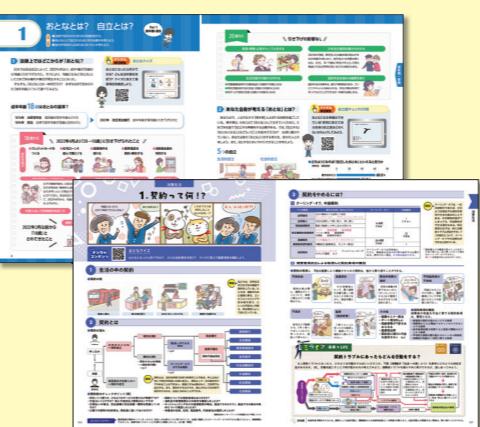
授業準備に使える (評価に使える)

PDF 教科書対応表 **NEW!**

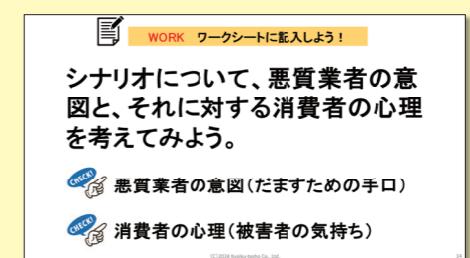
授業準備に使える (授業中に使える)

PDF 資料集データ

資料集データ



ACTION スライド



知っておきたい 食べ物の話



明日の「おとな」を今日から。「おとな」になるための人生のガイドブック

LIFE おとなガイドデジタル+

資料+グラフ式食品成分表+デジタルコンテンツ



コード番号：1047190-02

定価：990円（本体900円）

判型：AB判 ページ数：392ページ+口絵

本書の構成

巻頭

- ・ウェルビーイング×家庭科
- ・ICTリテラシー×家庭科
- ・小田凱人選手インタビュー
- ・おとなになるための心がまえ
- ・投資って何だろう？
- ・SDGsを考えよう
- ・生活設計って何をするの？
- ・“おとな”って何！？／自立チェック

資料編

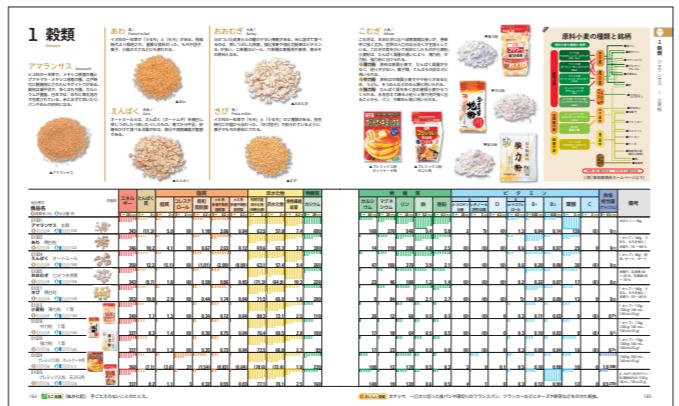
- ・第1章 消費生活
- ・第2章 環境
- ・第3章 青年期・家族
- ・第4章 保育
- ・第5章 高齢期
- ・第6章 共生社会
- ・第7章 衣生活
- ・第8章 住生活
- ・第9章 生活設計／ホームプロジェクト
- ・第10章 食生活

食品成分表編

- ・栄養と食品
- ・日本食品標準成分表って何？
- ・食品成分表
- ・常用量成分表
- ・市販食品・調理加工食品データ集
- ・日本人の食事摂取基準
- ・食品群別摂取量のめやす
- ・食事バランスガイド
- ・アミノ酸成分表

巻末

- ・巻末資料 生活の知恵
 - ・面接のマナー
 - ・冠婚葬祭のマナー
 - ・暮らしの中のマーク
 - ・生活に必要な家具・家電
 - ・いざというときの備え・対処法
 - ・小論文を書こう



NEW! 令和8年度の新しくなったポイント

▶巻頭のLIFE KEYWORD「ウェルビーイング×家庭科」がパワーアップします！

⇒くわしくはp.12～13へ

▶巻頭のLIFE NEWS「AI×家庭科」を、LIFE KEYWORD「ICTリテラシー×家庭科」に一新します！

⇒くわしくはp.14～15へ

▶巻頭の特集「18歳って“おとな”なの？」を「“おとな”になるための心がまえ」に一新します！

⇒くわしくはp.16～17へ

▶その他、新資料の追加や、調査・統計のデータを更新します！

▶「日本人の食事摂取基準」を2025年版へ更新。

▶「食品群別摂取量のめやす」を更新（予定）。

忙しい先生をサポート！

教師用ダウンロードデータ

教育図書の公式ウェブサイトから申し込むと、下記の資料がダウンロードできます。

⇒くわしくはp.42～47へ

授業準備に使える

PDF ダウンロード機能 活用マニュアル

デジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」のPDFダウンロード機能の使い方をまとめた資料です。

授業中に使える 評価に使える

Google フォーム Microsoft forms

デジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」の一部コンテンツについて、回答の集計・採点と評価がしやすくなるフォームを提供します。⇒くわしくはp.42へ

授業準備に使える

PDF 教科書対応表

教育図書が令和8年度から発行する新しい「家庭基礎」と「家庭総合」の教科書と、「LIFE おとなガイドデジタル+」の対応ページを示した資料です。

授業準備に使える 授業中に使える

PDF JPG 資料集データ

『LIFE おとなガイドデジタル+』の資料編と食品成分表編の見開き紙面データ(PDF)と図表データ(JPG)です。紙面データの二次元コードを選択するだけで、簡単にデジタルコンテンツにアクセスできます。

⇒くわしくはp.43へ

授業準備に使える

PDF デジタルコンテンツの教師用指導資料

「家庭科デジタル+」の一部コンテンツについて、内容の解説と授業展開例をまとめた資料です。

⇒くわしくはp.44へ

授業準備に使える

Excel デジタルコンテンツの年間指導計画

一年間の学習活動と、「家庭科デジタル+」のコンテンツの対応を示した資料です。指導計画を作成するときの参考になります。⇒くわしくはp.44へ

授業中に使える

PPT ACTION スライド

アクティブ・ラーニングに手軽に取り組める「ACTION」ページに対応したスライドです。授業そのまま使って、編集もできます。⇒くわしくはp.45へ

授業中に使える

PDF Word ACTION ワークシート

アクティブ・ラーニングに手軽に取り組める「ACTION」ページに対応したワークシートです。解答例つき。

⇒くわしくはp.45へ

授業準備に使える 評価に使える

PDF 小論文

「小論文を書こう」コーナーの解答例・書き方のポイント・解説です。受験対策に活用できます。⇒くわしくはp.46へ

授業準備に使える 評価に使える

PDF 知っておきたい食べ物の話

クイズやワークを通じて、自然と食に関する知識を学べる教材です。⇒くわしくはp.46へ

巻頭

NEW! 家庭科の学びを通して、
ウェルビーイング
自分の Well-being を考えら
れる！

ウェルビーイングとは何かを知り、ウェルビーイングを実現するために、家庭科を学ぶうえでがんばりたいことや大切にしたいことを考えてもらうページにパワーアップします。

LIFE
KEYWORD キーワードから
未来を見つけよう！

ウェルビーイング Well-being × 家庭科

ウェルビーイングとは？



「ウェル (well = よい) ビーイング (being = 状態) という意味で、「身体的、精神的、社会的に良好な状態」を指す。家庭科は人との関係、衣食住、お金の使い方など、あなたが今よりもっとよい生活を送るために知っておきたいことを学ぶことができる。しかし、すべて100点満点の生活はなかなか難しい。ここでは、あなた自身のウェルビーイングのために、あなたが何を優先したいか考えてみよう。」

生徒一人一人が「自分にとってのウェルビーイング」について考えられる！

あなたが、今よりもっとよい状態でおとなになるために、今からがんばりたいことや大切にしたいことを次の欄から5つ選んで、左上の空欄に○を書こう。次に、下の空欄に選んだ理由を書こう。一年後に見直して、あなたにとってのウェルビーイングを実現できているか、確認しよう。

ウェルビーイング × 青年期・家族
→p.26~42



WHO憲章前文 (1946年制定)

“ Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. ”

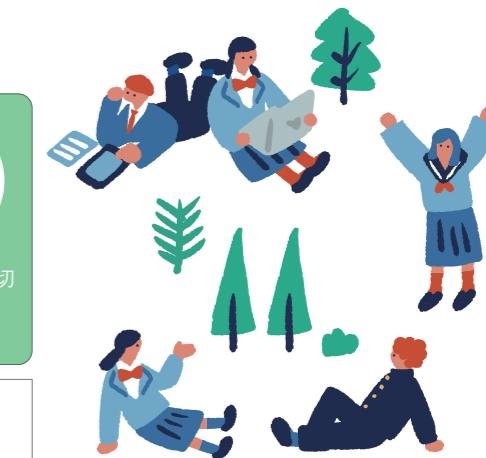
“健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが良好な状態 (well-being) にあること。”



ウェルビーイング × 消費生活
→p.6~19



ウェルビーイング × 環境
→p.20~23



ウェルビーイング × 保育
→p.44~61



ウェルビーイング × 高齢期
→p.64~73



ウェルビーイング × 共生社会
→p.74~81



さまざまな文化について人に教えてもらう

ウェルビーイング × 衣生活
→p.84~103



ウェルビーイング × 住生活
→p.108~123



ウェルビーイング × 食生活
→p.134~153



巻頭

デジタル社会に必要なスキル
を身につけられる！

ICTリテラシーとは何か？SNSや生成AIとうまくつきあうには？など、誰もがテクノロジーを活用することができる現代で、知っておいてほしいことをピックアップしました。デジタル社会におけるウェルビーイングの向上につなげられます。

LIFE
KEYWORD 読み解く力を
身につけよう！

ICTリテラシー

家庭科

ICTとは情報通信技術（Information and Communication Technology）のこと。スマートフォンやタブレットなどの端末、SNSやインターネットショッピングのアプリなどもICTに含まれる。

また、近年はICTと関係がある生成AI（→巻頭⑥）が急速に社会に浸透している。

ICTを使いこなすために、右の「ICTリテラシー（ICTを適切に活用する能力）」を身につけたい。

ここでは、家庭科で学ぶ内容と関連するインターネットトラブルの例、SNSや生成AIを使うときに気をつけたいことを紹介する。

「ICTリテラシー」を身につけたおとなになろう。

情報通信技術を使いこなすための
「ICTリテラシー」がわかる！

ICTリテラシーとは？

① データや情報を
検索・管理する力

- ウェブ上の検索
- 情報の信頼性の分析

② 自分の身を
自分で守る力

- にせ・誤情報を見分ける
- デジタル機器を使いすぎない

③ 他者や社会と
関わる力

- 他の人と情報共有
- 社会参加

④ デジタルコンテンツを
作る力

- コンテンツの作成・編集
- 著作権の理解

⑤ デジタル技術で
困りごとを解決する力

- ツールの使い分け
- 社会課題を解決するサービスの利用

1 インターネットトラブル
の例

転売（消費生活）

トラブル
例

人気の高いコンサートのチケットの抽選に申し込んで、運よく購入できたチケットをSNSやフリマアプリで高値で転売してお小遣いを稼いでいたら、「法律違反だ」と罪に問われてしまった。

回避
方法

転売目的の購入や継続的に高値で販売することは「チケット不正転売禁止法」により禁止されている。行けなくなつた場合は、公式リセール（再販）サイトなど正規のルートで譲ろう。

ネットショッピング（衣生活）

トラブル
例

ほしかったけれど高くて買えなかつた服が、ネットショップで安く売られていたため購入した。しかし、届いたのは写真とまったく違う粗悪品だった。

回避
方法

安すぎる商品や情報があいまいなショップ、評判の悪いショップでの買い物は避けるのが安全。

闇バイト（青年期・家族）

トラブル
例

SNSで「短期間で高収入の荷物を受け取るだけのアルバイト」に応募した。指示された場所に荷物を受け取りにいいたら、警察に逮捕されてしまい、「闇バイト」であることがわかつた。

回避
方法

「闇バイト」に応募してしまうと、詐欺や強盗などの犯罪に関与させられてしまう危険がある。SNSなどで募集されている怪しいアルバイトには応募せず、個人情報は絶対に渡さないことを。

定期購入（食生活）

トラブル
例

SNSの広告で「痩せる」「美容にいい」と宣伝されていた健康食品を初回お試し価格で購入した。しかし、定期購入が条件であることに気がつかず、2回目以降は高額な通常価格を支払うことになってしまった。

回避
方法

購入前に、商品の評判や契約・解約の条件をしっかり確認することが大切。

2 SNSを使うときに
気をつけたいこと
チェックリスト

投稿するときに気をつけること

- 悪口・誹謗中傷を投稿・拡散しない
 - ◎名譽毀損罪や侮辱罪などに問われたり、高額の慰謝料を請求されたりする
- 写真・イラスト・音楽などを権利者の許可を得ずにコピーや公開、引用表記なしで利用しない
 - ◎著作権侵害になる
- 写っている人に無断で人物写真を投稿しない
 - ◎肖像権侵害になる

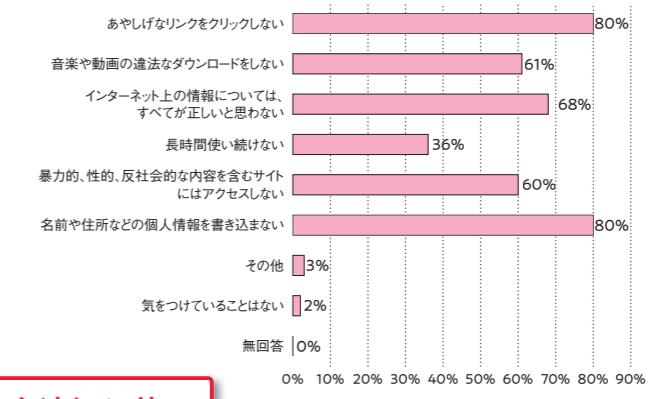
投稿・拡散する前に確認すること

- 根拠となる情報がある？
- その投稿は、その分野の専門家の発言？
 - ◎他で反論や誤りを指摘されている？
 - ◎その画像は、無関係なものや過去のものではない？
 - ◎本当に嘘かわからない投稿は拡散しない！

SNSとは、ソーシャルネットワーキング（Social Networking Service）の略。他の人とつながったり、文章・写真・動画などで自分を表現できるインターネット上のサービスのこと。代表的なサービスに、X、Instagram、Facebook、TikTokなどがある。

次のチェックリストの内容に気をつけながら、SNSを上手に活用しよう。

●あなたが、インターネットを使うときに
気をつけていることはありますか？（複数回答）



SNSや生成AIを適切に使
いこなすためのヒントを掲載！

3 生成AIを使うときに
気をつけたい問題

生成AIとは、学習データから文章・画像・動画などのコンテンツを自動的に生成する人工知能（Artificial Intelligence）のこと。人間が指示（プロンプト）や質問を入力するだけで、AIが文章・画像・動画などをつくれてくれる。

生成AIは便利でさまざまなことに活用できるが、使うときに気をつけたいことがある。次に気をつけながら、生成AIとうまくつきあおう。

「情報の正確性」の問題

にせ情報（意図的／意識的に作られたウソの情報）や誤情報（かんちがい／誤解により拡散した間違い情報）を生成してしまう場合がある。①人間が情報の正確性をチェックして、②安易な情報拡散を避ける必要がある。

「情報流出」の問題

生成AIは、利用者が入力したデータを学習データとして利用することがあり、その場合、情報が流出してしまうおそれがある。①個人情報の入力は必要最小限にして、②サービスの規約を確認したり、データを学習に使わせないように設定したりするとよい。

「知的財産権の侵害」の問題

生成したものが他人の著作物と類似している場合、著作権を侵害し訴訟に発展してしまう場合がある。もし、生成されてしまった場合は、①利用しない、②権利者から許可を得てから利用する、③類似しないように大幅に手を加えて利用するなどの対応が必要である。

「活用者としてのモラル」の問題

本来自分が行うべきことまで生成AI任せにしない。たとえば、学校の課題をすべて生成AIで解決する、AIの利用を想定していないところなどに生成物をそのまま出品するなど。

- ①生成AIが作った偏見のある回答を使用しない。
- ②生成AIを非倫理的な行為や犯罪に悪用しない。

巷頭



高校生の「おとなになるってに応える！」

「どういうこと？」

“おとな”的仲間入りをする高校生のみなさんに、今、行動してほしいこと、考えてほしいこと、知ってほしいことをとりあげました。おとなとして社会とどのようにつながるか=どのようにウェルビーイングを実現させるかを考えるきっかけになります。

LIFE

巷頭特集①

おとなになるための心がまえ

1 投票に行こう

18歳になると選挙で投票できるようになる。投票は一人一票、投票日に投票所で行うのが原則。もし入場券を忘れてしまても、「選挙人名簿」に登録されれば投票できる。

投票日に投票所へ行けない場合は、「期日前投票制度」や「不在者投票制度」、「在外選挙制度」を利用して投票できる。

少子高齢化により高齢者人口が増える一方で若年層は減少し、さらに10歳代・20歳代の投票率が低いため、若者の意見が政治に反映されにくくなってしまっている。一人一人が自分自身の考えをもって、政治にかかわることが重要である。

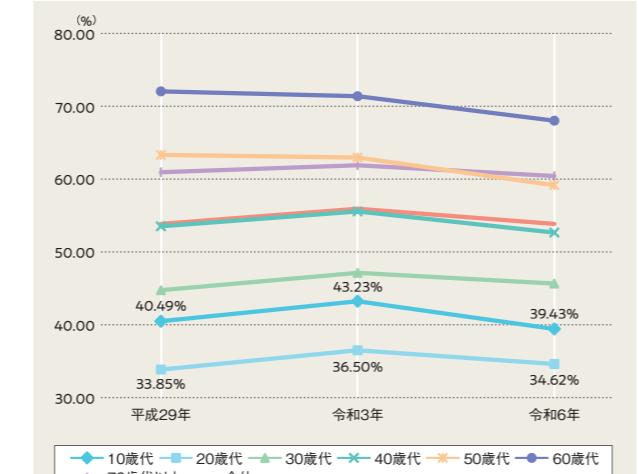
期日前投票：投票日の前に、投票日と同じ方法（投票用紙を直接投票箱に入れる）で投票を行うことができる仕組み。

不在者投票：選挙期間中に仕事や旅行で遠方に行っている場合に、滞在先で不在者投票ができる仕組み。入院中も不在者投票制度を利用できる。

在外選挙制度：仕事や留学などで海外に住んでいる人が、外国にいながら投票できる仕組み。

高校生のみなさんに知ってほしい投票制度がわかる！

衆議院議員総選挙における年代別投票率の推移



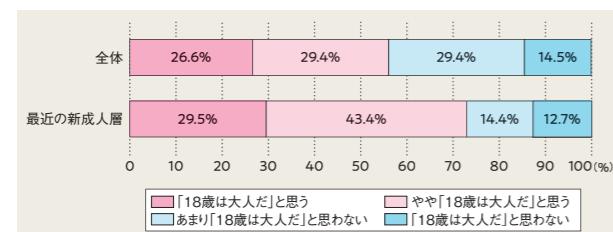
(総務省ウェブサイト「衆議院議員総選挙における年代別投票率（抽出）の推移」より作成)

2 なりたい「おとな像」を考えよう

2024年に全国の18歳～80代を対象に実施された調査では、18～20歳の「新成人層」の7割以上が「18歳はおとなだ」と考えていた。

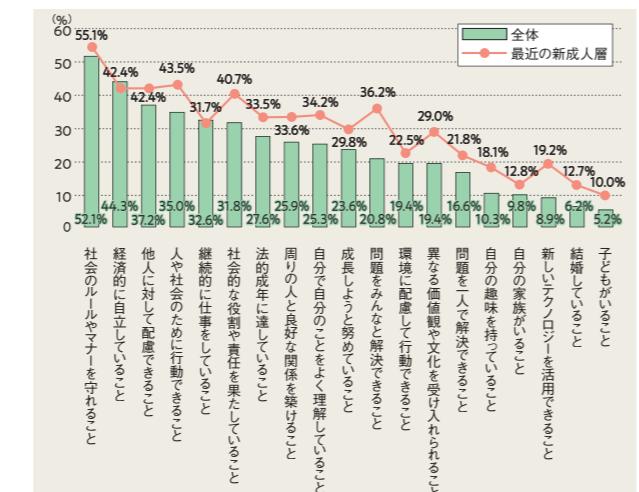
新成人層はおとなになるための心がまえとして①社会のルールやマナーを守ること=社会性、②経済的に自立していること=自立性、③他人に対して配慮できる・人や経済のために行動できる=利他性を身につけることが必要としている。

あなたは、「18歳は大人だ」と思いますか？



なりたいおとな像を考えるときのヒントを掲載！

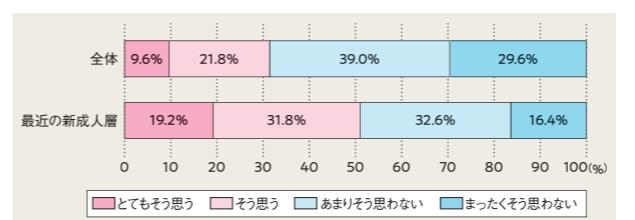
以下の項目について、「大人の条件」として、どの程度重要だと思うかを教えてください



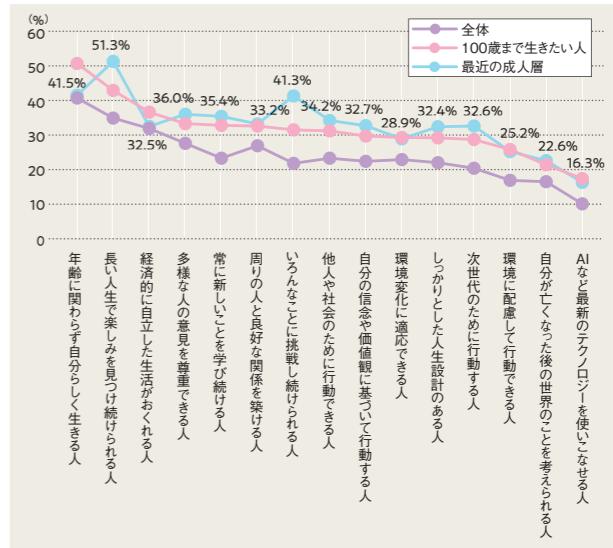
また、現代は人が100歳以上生きる「人生100年時代」といわれている。同調査では人生100年時代におけるおとな像についても調査した。

新成人層の半数を超える人が「100歳まで生きたい」と回答した。さらに、「長い人生で楽しみを見つけ続けられる人」「いろいろなことに挑戦し続けられる人」を人生100年時代のおとな像と考えており、探究心をもち続けることが共通している。

人生100年時代において、あなたは100歳まで生きたいと思いますか？



「人生100年時代における大人」は、どのような人だと思いますか？



3 18歳からできることを知ろう

18歳（成年）できること

親の同意がなくても契約できる

自分の意思だけで契約可能になる。一方、責任能力のない未成年者が行った契約を取り消せる「未成年者取消権」は18歳未満の者にしか適用されなくなる。



公認会計士などの資格の取得

公認会計士、司法書士、社会保険労務士、医師、獣医師、社会福祉主事などの資格が取得できる。

結婚

女性の婚姻適齢が16歳から18歳になり、男女とも、18歳から親の同意なしに結婚ができる。



性同一性障害の性別変更の申請

性同一性障害の人が、家庭裁判所に性別変更の申し立てをする年齢が20歳から18歳に引き下げられた。

その他

10年パスポートの取得、外国人が日本に帰化できる、代理人なしで民事裁判を起こせる、選挙で投票できるなど。

18歳でできようになることと、20歳になるとできようになることがわかる！

20歳にならないとできないこと

飲酒・喫煙

酒やたばこは、若い頃に摂取を始めるほど依存症や中毒になる危険性が高いため、飲酒・喫煙が可能な年齢は20歳のままである。



競馬、競輪などの公営ギャンブル

ギャンブルが可能な年齢も、依存症や犯罪につながる可能性があり、引き下げられていない。



大型・中型自動車運転免許の取得

道路交通法により、大型・中型自動車運転免許は20歳以上。普通免許は18歳以上で取得できる。

その他

国民年金は20歳以上の者が納めるものである。なお、20歳以上でも、学生の間であれば「学生納付特例制度」により、猶予が受けられる。また、少年法の適応は、20歳未満が保護の対象だが、改正少年法により、18・19歳の者について17歳以下の少年とは異なる特例が定められた。

*供給時に一部内容が変更となる場合があります。

資料編

家庭科学習に必要な要素を網羅した資料！

4コママンガ

導入部に、生徒が学習内容に興味をもつきっかけとなるマンガを掲載！

二次元コード

各テーマにつづつ、専用のデジタルコンテンツがあります！

6. 男女平等、日本は遅れている！?

資料を読み取るときの手助けになる、丁寧な解説！

1 男女共同参画社会とは

男女共同参画社会基本法の5本の柱（平成11年6月施行）

- ①男女の権利の尊重
- ②社会における制度または慣習についての配慮
- ③政策等の立案および決定への共同参画
- ④家庭生活における活動と他の活動の両立
- ⑤国際的協調

2 女性の労働力

日本の女性の労働力率の推移

3 アンペイドワーク

アンペイドワークとは無償労働という意味で、家事や社会奉仕活動などがある。これらの労働は直接お金にならないが、社会の維持に必要不可欠な仕事である。家事活動を指標評価部に換算した場合、2021年の調査では、143.6光円に上り、名目国内総生産（GDP）の約26%に相当するものがわかった。さらに、その約8割が女性が占めていることも問題視されている。

4 男女の賃金格差

男女の年齢別賃金

男女の賃金格差の国際比較

5 男女の育休

育児休業の取得率

Column

日本のジェンダーギャップ指数はなぜ低いのか？

アンペイドワークと女性のM字型就労率

小論文テーマも掲載

教師用ダウンロードデータで解説！

◎くわしくはp.46へ

注目の話題を学べる多彩なコラム

最新の調査・統計、ニュースや新聞で話題のワードをピックアップ！

紙面とリンクしたデジタルコンテンツ

たとえば、この見開きでは、男女平等について資料やデジタルコンテンツを用いて学習します。

家事やボランティアにかけた時間をお金に換算するシミュレーションです。家事分担・生活時間や労働環境の関係について考え、現代の家族・家庭が抱える課題や家事の価値を見出すヒントになります。

紙面

6. 男女平等、日本は遅れている！?

資料を読み取るときの手助けになる、丁寧な解説！

1 男女共同参画社会とは

男女共同参画社会基本法の5本の柱（平成11年6月施行）

- ①男女の権利の尊重
- ②社会における制度または慣習についての配慮
- ③政策等の立案および決定への共同参画
- ④家庭生活における活動と他の活動の両立
- ⑤国際的協調

2 女性の労働力

日本の女性の労働力率の推移

3 アンペイドワーク

アンペイドワークとは無償労働という意味で、家事や社会奉仕活動などがある。これらの労働は直接お金にならないが、社会の維持に必要不可欠な仕事である。家事活動を指標評価部に換算した場合、2021年の調査では、143.6光円に上り、名目国内総生産（GDP）の約26%に相当するものがわかった。さらに、その約8割が女性が占めていることも問題視されている。

4 男女の賃金格差

男女の年齢別賃金

男女の賃金格差の国際比較

5 男女の育休

育児休業の取得率

Column

日本のジェンダーギャップ指数はなぜ低いのか？

アンペイドワークと女性のM字型就労率

小論文テーマも掲載

教師用ダウンロードデータで解説！

◎くわしくはp.46へ

デジタルコンテンツ

家庭科デジタル+

青年期・家族 保育 高齢者・共生 食生活
衣生活 住生活 消費・環境 生活設計

青年期・家族 家事にお金を払うとするいくら？

アンペイドワークと言われる家事に労働として賃金が支払われるいくらになるだろう？
あなたや家族が毎日行っているアンペイドワークの時間を入力して換算してみよう。

性別を選ぼう

- 女性
- 男性

年齢を選ぼう

- 15~19歳
- 20歳代
- 30歳代
- 40歳代
- 50歳代
- 60歳代

家事にかける時間を答えよう

Q1. 部屋を掃除する

1回にかかる時間

- していない
- ~15分
- ~30分
- ~45分
- ~60分



やる曜日

- 月
- 火
- 水
- 木
- 金

あなたの家事の合計時間は

1か月で26時間

月給に換算すると24258円！

※機会費用法を参考に算出

結果をPDF形式でダウンロード！

◎くわしくはp.33へ

ダウンロードする

食品成分表編

食品の栄養成分の傾向が一目でわかるグラフタイプの成分表は、798品目のデータを収録。アミノ酸成分表など、家庭科の先生がほしいデータも掲載しています。献立作成・栄養計算アプリも付属。□くわしくはp.40~41へ

○栄養と食品

栄養と栄養素、消化・吸収・代謝、五大栄養素について解説しています。

① 日本食品 標準成分表 って何?

成分表の見方を解説
しています。

● 常用量成分表

常でよく食べるめや
となる量の成分値
、187品目分掲載し
います。

↑ 食品成分表

18 カテゴリー（食品群）、798 品目の成分値を掲載しています。

◀ 市販食品・調理加工食品 データ集

市販食品と一般的な調理加工食品について、165品目のおもな原材料とエネルギーおよび主要成分値を掲載しています。

群	1日の摂取量 (g)
野菜	100
果物	100
穀類	250
肉類	250
魚類	250
卵類	100
乳製品	100
豆類	50
乳製品以外の豆類	50
豆類以外の穀類	50
豆類以外の穀類	50
豆類以外の穀類	50

↑ 日本人の食事摂取基準

厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2025 年版」を掲載します。

② 食品群別摂取量のめやす

・ つの食品群の摂取量のめやすと、
・ つの食品群の摂取量のめやすにつ
いて、最新のデータを掲載予定です。

△食事バランスガイド

主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の
望ましい組み合わせやおよその量を掲載し
てあります。

◎ 三二 / 猶大公書經

常用される重要な食品のアミノ酸の標準的な成分値（組成）を掲載

55 テーマとデジタルで、生徒ワクワク、先生ラクラク。

家庭科 55 デジタル+

資料集 + 食品図鑑 + デジタルコンテンツ



コード番号：1047170-03

定価：721 円（本体 655 円）

判型：AB 判 ページ数：208 ページ

本書の構成

資料編

- Part 1 青年期・家族
- Part 2 保育
- Part 3 高齢者・共生
- Part 4 食生活
- Part 5 衣生活
- Part 6 住生活
- Part 7 消費・環境
- Part 8 生活設計

食品図鑑編

- 第1部 市販食品・調理加工食品データ集
- 第2部 食品図鑑（写真と解説）
- 第3部 栄養・食品・健康の基礎知識
- 第4部 食品成分表
- （アミノ酸成分表の二次元コードを掲載）
- 第5部 日本人の食事摂取基準
- 第6部 食品群別摂取量のめやす
- 第7部 食事バランスガイド



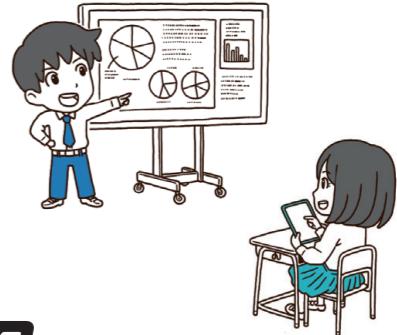
先生の声

使い切れるボリューム感が気に入っています。デジタルコンテンツがたくさんついているのに、価格が手頃なところもうれしいです。

NEW! 令和8年度の新しくなったポイント

- より新しく・わかりやすく・実用的な資料に一新！ 生徒のウェルビーイングの実現につながる紙面にします！ ☺くわしくは p.24～25 へ
- その他、新資料の追加や、調査・統計のデータを更新します！

- 「日本人の食事摂取基準」を 2025 年版へ更新。
- 「食品群別摂取量のめやす」を更新（予定）。



忙しい先生をサポート！

教師用ダウンロードデータ

教育図書の公式ウェブサイトから申し込むと、下記の資料がダウンロードできます。

☺くわしくは p.42～47 へ

授業準備に使える

PDF ダウンロード機能 活用マニュアル

デジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」の PDF ダウンロード機能の使い方をまとめた資料です。

授業準備に使える

PDF デジタルコンテンツの 教師用指導資料

「家庭科デジタル+」の一部コンテンツについて、内容の解説と授業展開例をまとめた資料です。

☺くわしくは p.44 へ

授業中に使える 評価に使える

Google フォーム Microsoft forms

デジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」の一部コンテンツについて、回答の集計・採点と評価がしやすくなるフォームを提供します。☺くわしくは p.42 へ

授業準備に使える

PDF 教科書対応表

教育図書が令和8年度から発行する新しい「家庭基礎」と「家庭総合」の教科書と、『家庭科 55 デジタル+』の対応ページを示した資料です。

授業準備に使える 授業中に使える

PDF 資料集データ

『家庭科 55 デジタル+』の資料編と食品図鑑編の見開き紙面データです。二次元コードを選択するだけで、簡単にデジタルコンテンツにアクセスできます。

☺くわしくは p.43 へ

授業中に使える 評価に使える

Word 家庭科 55 デジタル+ ワークシート

資料編に対応した 55 のワークシートです。「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の 3 観点に対応しているため、評価に活用できます。

☺くわしくは p.47 へ



より新しく・わかりやすく・実用的な生徒のウェルビーイングの実現につな

5

自分のことも、相手のことも大切に

目標・課題

- ① 身近な人権侵害に気づき、どうしたらなくすことができるか考えよう。
- ② 誰もが自分らしく生きられる社会にするために必要なことを話し合おう。



1 高校生もDVの被害者／加害者になる!?

恋人間で起こる暴力を「デートDV」という。ある調査では、交際経験がある中高生の40.6%が被害を、26.6%が加害を経験したと回答した(特定非営利活動法人デートDV防止全国ネットワーク「調査報告書2025 デートDVと予防教育の実態と意識～教員・中高生調査」より)。下の「デートDVチェック」を使って、自分の言動をチェックして注意しよう。



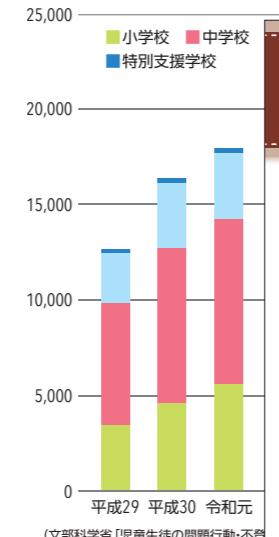
安全ゾーン
相手の気持ちを思いやって良好な関係をたもとう。

2 SNSによるいじめが増えている

近年、学校でのいじめの件数は減少傾向にあるが、一方で携帯電話やパソコンなどを使ったいじめの件数は急増している。SNSで集中的に悪口を書かれたり、見せたくない写真を投稿、拡散されたり、グループトークで仲間はずれにされたりなどの行為が問題になっている。顔の見えないSNSだから発言や行動がエスカレートし、相手を深く傷つけてしまうこともあるので注意しよう。



パソコンや携帯電話等を使ったいじめの認知件数(複数回答可)



警戒ゾーン
身体的な暴力だけではなく、無視や束縛などもデートDVになる。

危険ゾーン
周りの信頼できる大人に相談しよう。

デートDVチェックは、パリ市の暴力定規(Violentomètre)を「セイシル」が許可を得て日本語版にしたものです。



高校生が自分の言動をふり返るときの参考にできる「デートDVチェック」が新登場！



性的指向(どの性別が好きになる対応を認識しているか)にかかわる用語を理解を深めよう。

3 多様な性のあり方がある

LGBTとは

レズビアン(女性同性愛者)、ゲイ(男性同性愛者)、トランスジェンダー(性の性が異なる人)の英語の頭文字をとつて、2019年に実行された調査(対象約42万人)で結果がわかった。

LGBTという言葉が性的マイノリティ(使われることがあるが、性的マイノリティ情報をもたないアセクシュアルなど)の人もいる。

LGBT当事者が語る～自分

石川まささん(37歳)
トランスジェンダーの当事者。自身の経験を生かし、性的マイノリティの当事者が安心できる居場所として、飲食店を経営する。また、仲間とともにイベント主催や情報発信も行う。

38

藉中からホルモン治療や手術などを受け、性転

18

年金ってどういう仕組みなの?

- 日本の社会保険制度一つある年金制度の仕組みを知ろう。
- 年金制度は高齢者だけでなく若者にも関係する制度であることを知ろう。
- どのような年金が必要になるか理解しよう。



Q1 年金って何?

A1 日金には大きく分けて公的年金と私的年金(-Q8)がある。公的年金とは、老後、事故などで障害を負ったとき、家族が亡くなったときに、みんなが出したお金で支え合う「社会保険」のこと。

さらに、公的年金には国民年金と厚生年金がある。国民年金は、65歳以上受け取る「老齢基礎年金」、病気やけがによって障害になったときに受け取る「障害年金」、家族が亡くなったときに受け取る「遺族年金」がある。

Q2 公的年金にはどんな人が加入するの?

A2 国民年金は20歳以上60歳未満の国民全員に加入が義務づけられている。厚生年金は会社員・公務員が就職したときに原則として70歳まで加入する。



Q3 国民年金にはいつ加入するの?

A3 20歳の誕生日からおむね2週間以内に、(国・日本年金機構)から加入了を通知する「国民年金加入のお知らせ」が届く。

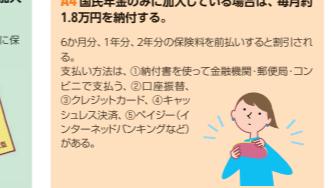
お知らせに同封されている「基礎年金通知書」は大切に保管すること。年金に関する手続きをするときに必要になる。また、大手や学校などの学生の場合は、お知らせに同封されている「学生納付特別申請書」を役所や年金事務所に提出することで、「学生納付特別制度」を活用して学中の保険料の支払いを猶予(先延ばし)してもらえる。



Q4 国民年金に加入した人は保険料をいくら支払うの?

A4 国民年金のみに加入している場合は、毎月約1.8万円を納付する。

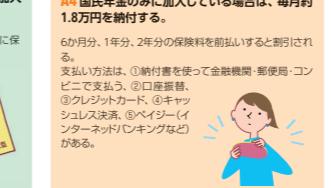
6ヶ月分、1年分、2年分の保険料を前払いすると割引される。支払い方法は、①電子書を用いて金融機関・郵便局・コンビニで支払う、②口座振替、③クレジットカード、④キャッシュレス決済、⑤ペイジー(インターネットペイメント)などがある。



Q5 老齢基礎年金に加入した人はいつからもらえるの?

A5 通常は65歳になってから、手続きをしたら受け取れる。

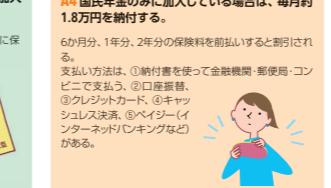
年金の受け取りを60歳まで延長する。しかし、75歳まで遅らせることができる。早めの場合は受け取れる年齢が減り、遅らせた場合は受け取れる年齢が増える。



Q6 老齢基礎年金に加入した人はいくらもらえるの?

A6 どれくらいの期間、保険料を支払ったかによって決まる。

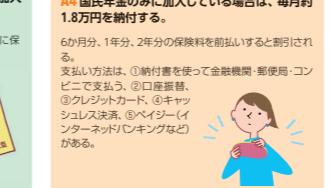
参考として、2025年時点での40年間すべての保険料を支払った人は、年金約83万円を受け取っている。免除・減免・着手の期間がある場合は、その分もらえる金額が減る。



Q7 高齢基礎年金はどういう仕組みなの?

A7 現役世代が高齢世代を支える「積立方式」を採用している。

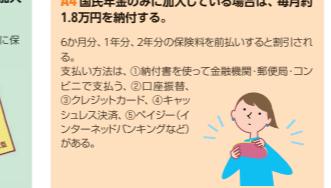
積立方式とは、年金の財源を現役世代の保険料でまかなう方式のこと。積立方式のメリットは、物価や賃金の上昇などに対応できる点などである。



Q8 公的年金以外の年金はあるの?

A8 私的年金制度もある。

私的年金には、大きく分けて「企業年金」と「個人年金」がある。個人年金の中には、iDeCo(イデコ)・個人年金定期年金・年金セブンなどの金融商品を用いて、掛け金と運用で出た利益を60歳以降に受け取る。



*供給時に一部内容が変更となる場合があります。

デジタル WORK 年金見込み受給額予想クイズ

QR



年金見込み受給額予想クイズ

今、現役世代の人たちは将来どれくらいの年金を受け取れるのだろう? さまざまな年代の人たちがどのように暮らしているか話を聞いて、年金見込み受給額を予想してみよう。

Q5 老齢基礎年金に加入した人はいつからもらえるの?

A5 通常は65歳になってから、手続きをしたら受け取れる。

年金の受け取りを60歳まで延長する。しかし、75歳まで遅らせることができる。早めの場合は受け取れる年齢が減り、遅らせた場合は受け取れる年齢が増える。

Q6 老齢基礎年金に加入した人はいくらもらえるの?

A6 どれくらいの期間、保険料を支払ったかによって決まる。

参考として、2025年時点での40年間すべての保険料を支払った人は、年金約83万円を受け取っている。免除・減免・着手の期間がある場合は、その分もらえる金額が減る。



Q7 高齢基礎年金はどういう仕組みなの?

A7 現役世代が高齢世代を支える「積立方式」を採用している。

積立方式とは、年金の財源を現役世代の保険料でまかなう方式のこと。積立方式のメリットは、物価や賃金の上昇などに対応できる点などである。

Q8 公的年金以外の年金はあるの?

A8 私的年金制度もある。

私的年金には、大きく分けて「企業年金」と「個人年金」がある。個人年金の中には、iDeCo(イデコ)・個人年金定期年金・年金セブンなどの金融商品を用いて、掛け金と運用で出た利益を60歳以降に受け取る。



わかりにくく年金の仕組みを一問一答でわかりやすく！ もうすぐ保険料を支払うことになる高校生のみなさんに知っておいてほしい情報をコンパクトにまとめました。

44 災害時、あなたなら、どう動く？

① 災害が起きた！ まず、どうする？

もし地震が起きたら、台風が発生したら、まずは何をすればいいか知ろう。

災害発生時の生活ややるべきことと気をつけることを知ろう。

災害時の連絡手段や情報収集の方法、ごろの備えについてチェックしよう。

② 連絡をとる・情報を集める

連絡方法の例

① 災害時音信確認(171)

災害発生時に、電話を利用して、自分の音声を録音したり、家族や友人の伝言をきたりして、安否のやりとりができる。

再生方法(安否を確認する)

② LINE安否確認

コミュニケーションアプリ「LINE」には、災害発生時に、自分の安否を知らせ、友達の安否を確認できる機能が表示される。

③ 防災用バッテリ

防災用バッテリの中に入れておきたいもの

身分証(生年月日)、スマートフォン、モバイルバッテリー、飲み物、ティッシュ、ウェットティッシュ、備中電池、電池、飲料水、食料品、割り箸、紙コップ、ラップ、急救セット

生活用品、スリッパ、タオル、ラジオ、ヘルメット、着替え、下着、靴、ナイフ、ホイッスル

あなたは防災用バッテリに何を入れておくと安心できるかな？ 左のもの以外に考えてみよう。

Q4 災害が起きる前にできる日頃の備え

毎日持ち歩くバッグに入れておきたいもの

身分証(生年月日)、スマートフォン、モバイルバッテリー、飲み物、ティッシュ、ウェットティッシュ、備中電池、電池、飲料水、食料品、割り箸、紙コップ、ラップ、急救セット

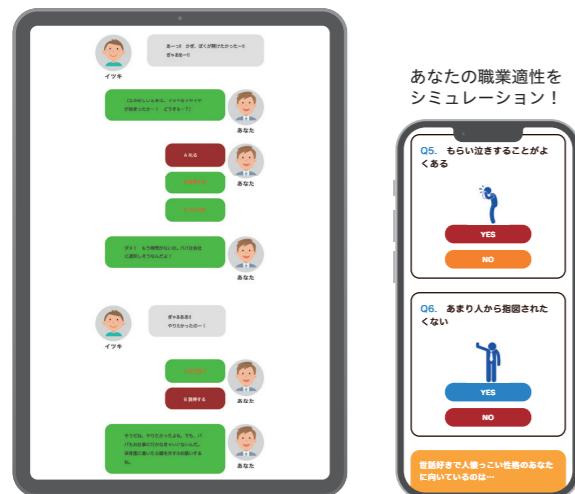
生活用品、スリッパ、タオル、ラジオ、ヘルメット、着替え、下着、靴、ナイフ、ホイッスル

あなたは防災用バッテリに何を入れておくと安心できるかな？ 左のもの以外に考えてみよう。

Q5 防災情報をお読みください

デジタルで、先生も生徒も、楽に楽しく！

家庭科デジタル+

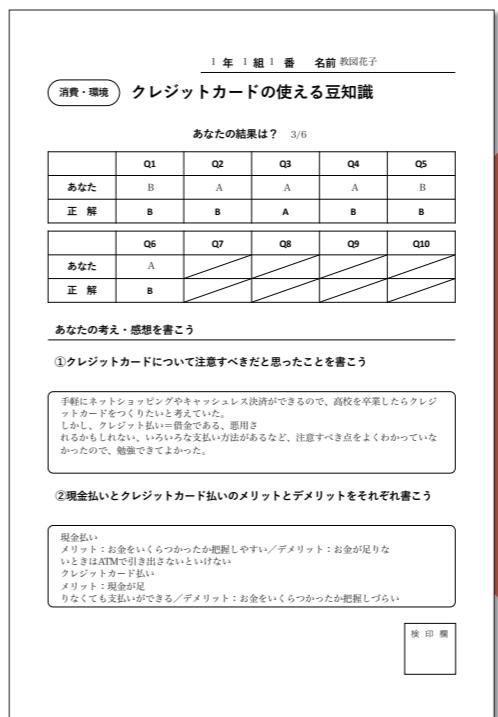


イヤイヤ期の子どもにどうかかわる？



クレジットカードの使える豆知識

PDF

年間ユーザー数約
20万人！77のコンテンツと
108本の動画を収録！ゲームを楽しむような感覚で
勉強したくなる！

1



二次元コードから簡単アクセス！

資料集の紙面に掲載している二次元コードを、ノートパソコン・タブレット・スマートフォンのカメラで読み取るだけで簡単にアクセスできます。

<https://55digitalplus.com>

家庭科
デジタル+
の使い方

2

便利な PDF ダウンロード機能！

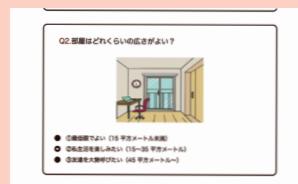
デジタルコンテンツの結果を PDF 形式ファイルとしてダウンロードする機能がついています。Google Classroom、Microsoft Teams、ロイロノート・スクールなどの学習支援ツールから、課題として提出すれば、生徒の評価に活用できます。

みんな
使って楽し
ながら学べる！
オリジナルの体験型
コンテンツ！

コンテンツは

7
タイプ

1 シミュレーション



部屋選びシミュレーション

家庭科での遊びが、実生活でどのように生かされるか体験できます。

☞くわしくは p.34 へ

2 LINE 風チャット

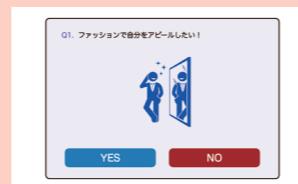


マルチ商法撃退シミュレーション

選択肢を選んで会話を進め、どのようにしたら課題を解決できるか体験できます。

☞くわしくは p.35 へ

3 診断・テスト



あなたに合うファッションは？

質問に答えると、自分の興味・関心や、自分がどのようなタイプか診断できます。

☞くわしくは p.36 へ

4 三択問題
○×クイズ

人生にかかる法律クイズ

回答後すぐに解説を確認できるため、学習内容への理解をより深められます。

☞くわしくは p.37 へ

5 キホンドリル



食生活のキホンドリル

すべての設問に回答後、正解と解説をまとめて確認できます。予習・復習や小テストに○

☞くわしくは p.38 へ

6 動画

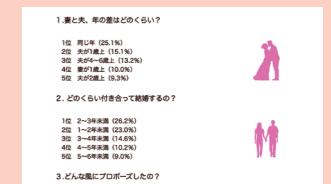


高校生がつくってみたいレシピ動画

生徒の末端で視聴できるため、各自のペースで停止/再生しながら学習できます。

☞くわしくは p.39 へ

7 読みもの



1. 女と夫、年齢はどのくらい？

1) 40歳代 (25.1%)

2) 50歳代 (15.1%)

3) 60歳代 (13.2%)

4) 70歳代 (10.2%)

5) 80歳代 (9.3%)

6) 90歳代 (9.3%)

2. どのくらい付き合って結婚するの？

1) 2~3年未満 (26.2%)

2) 4~5年未満 (19.4%)

3) 3~4年未満 (14.6%)

4) 4~5年未満 (12.2%)

5) 5~6年未満 (9.3%)

6) 6~7年未満 (9.3%)

3. どんな服をブロードゲーストの？

1) ワイシャツ (15.1%)

2) ドレスシャツ (15.1%)

3) ワイシャツ (15.1%)

4) ドレスシャツ (15.1%)

5) ワイシャツ (15.1%)

6) ドレスシャツ (15.1%)

TYPE 1 シミュレーション

家庭科での学びが実生活でどのように活かされるのか体験できる、シミュレーション形式のコンテンツです。

青年期・家族

家事にお金を払うとするといくら？

1週間のうち、家事・育児・ボランティアなどの無償労働（アンペイド・ワーク）に何時間費やしているか回答すると、1か月の合計時間と、月給に換算した金額が算出されます。



Let's try!

Q1. 部屋を掃除する

1回にかかる時間

- していない
- ~15分
- ~30分
- ~45分
- ~60分

やる曜日

- 月
- 火
- 水
- 木
- 金
- 土
- 日

あなたの家の家事の合計時間は
1か月で**22時間**
月給に換算すると**20526円!**
※機会費用法を参考に算出

Q6. アイロンをかける

1回にかかる時間

- していない
- ~15分
- ~30分
- ~45分
- ~60分

やる曜日

- 月
- 火
- 水
- 木
- 金
- 土
- 日

生徒の声
家事に費やした時間をお金に換算してみましたが、とても安く感じました。家事は毎日やることなので、休みがありません。私は世の中にある仕事のなかで一番大変だと思いました。

このコンテンツを用いた授業展開例

コンテンツ一覧

■ 青年期・家族 ■ 保育 ■ 住生活 ■ 消費・環境

■ 自立度チェック 25 問

■ あなたの職業適性をシミュレーション！

■ 家事にお金を払うとするといくら？

■ 子どもや親にどうかかわる？

■ あなたの子育て支援への意識は？

■ 部屋選びシミュレーション

■ お金のやりくりシミュレーション

■ あなたの人生、いくら費やされている？

■ あなたのエコ意識を 30 項目で判定

TYPE 2 LINE 風チャット

選択肢を選んで会話を進め、どのようにしたら課題を解決できるか体験できる、ノベルゲーム風のコンテンツです。

保育

イヤイヤ期の子どもにどうかかわる？

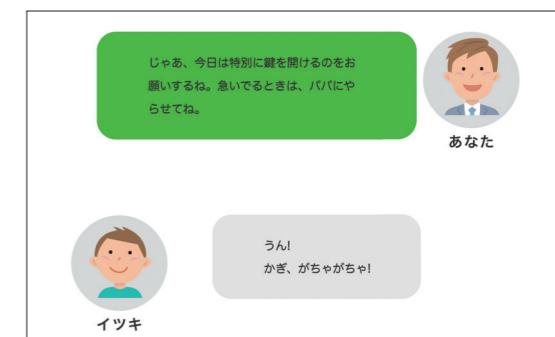
会話の選択肢を選んで、3歳の子どものイヤイヤに対して、親としてどのように寄り添うか体験します。



Let's try!



「A 叱る」を選んだ場合…



「C やらせる」を選んだ場合…

最後にあなたのタイプが診断されます。

あなたの子どもの気持ち理解度は **B ランク**です

イヤイヤ行動を受け止めて、子どもの気持ちをだいぶ理解できている。子どもの「自分でやりたい」という気持ちを尊重しよう。

コンテンツ一覧

■ 保育 ■ 住生活 ■ 消費・環境 ■ 生活設計

■ イヤイヤ期の子どもにどうかかわる？

■ チャットで学ぶ持ち家・賃貸住宅

■ チャットで学ぶ投資のイロハ

■ マルチ商法撃退シミュレーション

■ チャットで学ぶ人生の課題解決

TYPE 3 診断・テスト

質問に答えると、自分の興味・関心や、自分がどのようなタイプか診断できるコンテンツです。

青年期・家族

自立度チェック 25 問

三択の質問に答えると、精神的自立・社会的自立・生活的自立・経済的自立・性的自立、それぞれの自立度を診断できます。



Let's try!

Q1. 進路について自分で考えている

● あてはまらない
● どちらともいえない
○ あてはまる

Q17. スーパーで食材や日用品の値段を見たときに、値上がり／値下りしたかがなんなくわかる

● あてはまらない
○ どちらともいえない
● あてはまる

あなたの結果

精神的自立	21/25点
社会的自立	11/25点
生活的自立	5/25点
経済的自立	17/25点
性的自立	23/25点

先生の声

生徒から「おとなはすごいと感じた」「自分はおとなだと思っていたけど、知らないことが多かった」などの感想が寄せられました。デジタルコンテンツから、発見や気づきを得られたようですね！



コンテンツ一覧

■ 青年期・家族 ■ 高齢者・共生 ■ 食生活 ■ 衣生活 ■ 住生活

- マズローの欲求 5段階チェック
- あなたに合ったボランティアは？
- 家生活習慣病リスクチェック

- あなたに合うファッショնは？
- 衣生活のエシカル・サステナブル度チェック
- 「新しい住まい方」もしも診断

TYPE 4 三択問題・○×クイズ

回答後すぐに解説を確認できるため、学習内容への理解をより深められます。たとえば、先生がデジタルコンテンツの画面をモニターやプロジェクターで投影して、生徒は挙手で答えるなどの使い方もできます。

青年期・家族

おとなクイズ



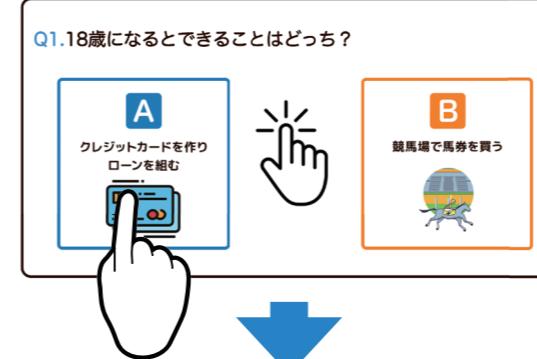
Let's try!

Google フォーム

Microsoft Forms

☞くわしくはp.42へ

答えを選択すると…



正解はA

18歳になると自分一人でさまざまな契約をむすぶことができる。クレジットカードが作れるほか、アパートを借りたり、携帯電話の契約などもできる。ただし競馬、競艇、競輪などの公営ギャンブルは20歳にならないとできない。

最後に結果と解答を確認できます。

あなたの結果は 4/10

	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5
あなた	A: 正解	B: 正解	A: 不正解	B: 不正解	A: 正解
正解	A	B	B	A	A

	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10
あなた	B: 不正解	A: 不正解	B: 不正解	A: 不正解	A: 正解
正解	A	B	A	B	A

あなたの考え・感想を書こう

□ 年 □ 級 □ 姓 名前 _____

❶ 18歳について新たに気づいたことを書こう (220文字まで書けます)

❷ 18歳になるとさまざまな責任が生じる。あなたの心構えを書こう (220文字まで書けます)

ダウンロードする

コンテンツ一覧

■ 青年期・家族 ■ 保育 ■ 高齢者・共生 ■ 食生活 ■ 衣生活 ■ 住生活 ■ 消費・環境

- | | | |
|-----------------------|---------------------|----------------------|
| ■ おとなクイズ | ■ その食の常識は正しい？ | ■ 住まいのトラブル解決クイズ |
| ■ 知っておきたい人生にかかわる法律クイズ | ■ いつも食べているあの商品の食品表示 | ■ 世界の住居クイズ |
| ■ 妊娠に関する常識クイズ | ■ 細菌の正体当てクイズ | ■ 快適な暮らしクイズ |
| ■ 子どもの危険な事故クイズ | ■ 食料自給率クイズ | ■ 本当に住みやすい？間取りクイズ |
| ■ 知っておきたい女性の健康の常識 | ■ 食事のマナー○×クイズ | ■ あなたの防災意識をチェック |
| ■ 多世代交流・多文化共生クイズ | ■ 食の選択について考えよう | ■ クレジットカードの使える豆知識 |
| ■ 認知症の人はどう接する？ | ■ 知っておきたい食品ロスの常識 | ■ 消費トラブル対処法入門 |
| ■ 年金見込み受給額予想クイズ | ■ 世界の民族衣装クイズ | ■ SDGsについての17のクエスチョン |
| ■ ピクトグラムクイズ | ■ クイズでわかる！和服の文化 | |
| ■ 知っておきたい介護の常識 | ■ T.P.O.に合った服装クイズ | |
| | ■ 洗濯にかかわる表示クイズ | |
| | ■ 知っておきたい衣服の手入れの常識 | |

TYPE 5 キホンドリル

家庭科の各領域の基礎知識の予習・復習や、小テスト、宿題などに活用できるコンテンツです。
すべての設問に回答後、正解と解説をまとめて確認できます。

食生活

食生活のキホンドリル



Let's try!

Q4.アレルギーの表示義務がある食材はどれ？

○ ①いか
● ②えび
● ③さけ

食材：いか、えび、さけ

あなたの結果は 4/10

	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5
あなた	① 不正解	③ 正解	③ 不正解	① 不正解	① 正解
正解	②	③	②	②	①

	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10
あなた	③ 不正解	② 不正解	① 正解	③ 正解	③ 不正解
正解	①	③	①	③	①

設問にチェックを入れ、結果をチェックする

を選択すると結果と、解答・解説を確認できます。

コンテンツ一覧

■ 青年期・家族 ■ 保育 ■ 高齢者・共生 ■ 食生活 ■ 衣生活 ■ 住生活 ■ 消費・環境

- 青年期・家族のキホンドリル
- 保育のキホンドリル
- 高齢者・共生のキホンドリル

- 食生活のキホンドリル
- 衣生活のキホンドリル
- 住生活のキホンドリル

- 消費・環境のキホンドリル

TYPE 6 動画

学習した内容をより深められ、実習にも役立つ動画108本を収録しています。
大人気レシピ動画サイト「デリッシュキッチン」の調理動画は必見です。

食生活 郷土料理ご当地グルメレシピ 47選



Let's try!



食生活 おせち料理レシピ 9選



Let's try!



衣生活 動画で縫い方を復習しよう！



保育 乳児のお世話を動画で学ぼう



Let's try!



コンテンツ一覧

■ 青年期・家族 ■ 保育 ■ 高齢者・共生 ■ 食生活 ■ 衣生活

■ 菅原千遙さんインタビュー

■ 乳児のお世話を動画で学ぼう

■ 高齢者の介助の動画を見てみよう

■ 世界の料理レシピ動画 5選

■ 郷土料理・ご当地グルメレシピ動画 47選

■ おせち料理レシピ動画 9選

■ 高校生がつくってみたいレシピ動画 4選

■ 栄養素別レシピ動画 5選

■ 動画で縫い方を復習しよう！

■ 繊維の燃焼実験の動画を見よう！

■ 動画でミシンのかけかたを学ぼう！

TYPE 7 読みもの

紙面では紹介できなかったロングインタビューや用語・データ集、オリジナルの記事など、スペースの制約を受けないデジタルならではのコンテンツです。

Let's try!



保育 こども食堂ってどんなところ？



● がんばりすぎると子育てを楽しめない

ー近年の子どもや子育て家庭のために意識されていることはありますか？

お母さんたちは、世の中に「育ての環境」が豊かになっていることもあって、自分の子どもも他の子どもを比べる人が増えているように感じます。私たちも「子育てでよくやること」や「子どものことをよく知りたい」と思っている方たちが、「育てることはさりげなくていい」「私は出で歩くために、すみやかにできるようにならね」と声をかけようとして活動している。お母さんたちは、まわりの人から子どもの成長をほめてもうれしくなることがあります。また、「愛切った？ 似合った？」『ちょっと変わったけど大丈夫？』と、お母さん自身の変化

コンテンツ一覧

■ 青年期・家族 ■ 保育 ■ 食生活

■ 衣生活 ■ 住生活

■ 結婚にまつわる、いろいろランキング

■ 家庭科教科書の歴史から見る家族の変化

■ SOGI 用語集

■ 子どもにかかる職業紹介

■ おすすめ絵本を紹介！

■ こども食堂ってどんなところ？

■ 日本の学校給食の歴史を探ろう

■ 学生服についての豆知識

■ 日本の建築にクローズアップ

献立作成・栄養計算アプリ

かんたん操作！

▶ アプリのインストールは不要。インターネット環境と、パソコンもしくはタブレットがあれば使えます。

栄養バランスをチェック！

▶ 作成した献立の栄養価を、レーダーチャートもしくはバーチャートで表示します。

豊富なデータベース！

▶ 日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）の 2,478 品目の食品と、約 1,000 種類の料理のデータを収録しました。

ホームプロジェクト
選択科目
学校設定科目
にもおすすめ

3 献立作成・栄養計算

- ▶ 1 日分の献立を「朝食」「昼食」「夕食」「間食」ごとに立てられます（最大 7 日間まで）。
- ▶ 食材単位、料理によるレシピ単位、献立単位のいずれかで入力できます。



料理名の左にある田を押すと、その料理の材料となる食品を確認できます。



食品分量は、数字を変更することで調整できます。分量に合わせて、各栄養素の数値も自動で変わります。



1 ログイン



パスワードを入力し、「ログイン」を選択します。

*パスワードは、家庭科資料集『LIFE おとなガイドデジタル+』、もしくは、家庭科資料集『家庭科 55 デジタル+』の供給本に記載します。

2 データの登録

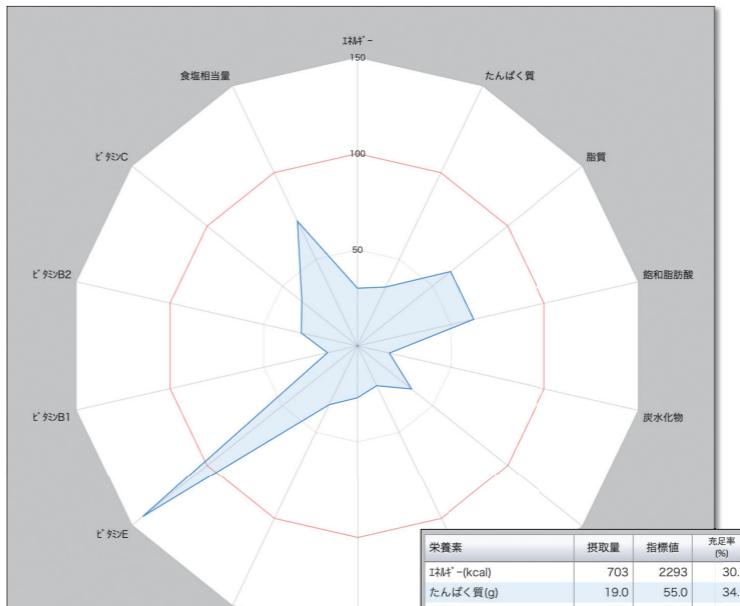


氏名、性別、年齢、身長、体重、身体活動レベルを入力します。

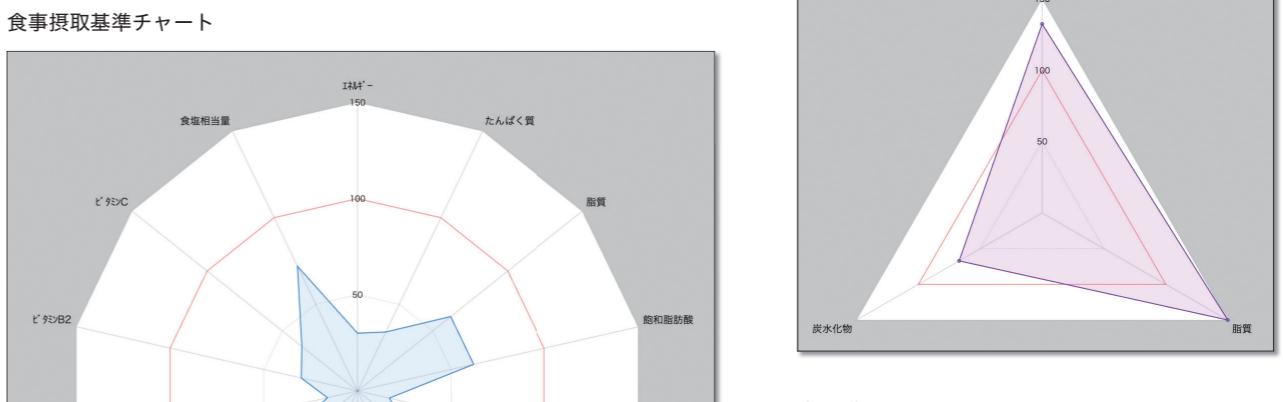
「登録する」を選択すると、BMI 値と推定エネルギー必要量が自動で算出されます。

作成した献立の栄養価、PFC バランスをレーダーチャート、バーチャートで視覚的に表示します。

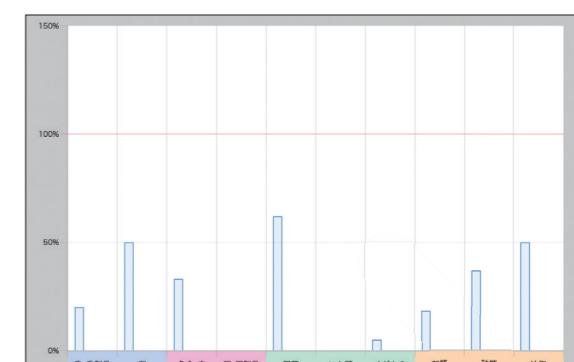
食事摂取基準チャート



栄養素	摂取量	指標値	充足率(%)
エネルギー(kcal)	703	2293	30.7
たんぱく質(g)	19.0	55.0	34.5
脂質(g)	40.1	63.7	63.0
飽和脂肪酸(g)	12.75	20.38	62.6
炭水化物(g)	57.5	329.5	17.5
食物繊維量(g)	6.5	18.0	36.1
カリウム(mg)	150	650	23.1
鉄(mg)	2.9	10.5	27.6
ビタミンE(mg)	224	650	34.5
ビタミンB1(mg)	7.9	5.5	143.6
ビタミンB2(mg)	0.20	1.20	16.7
ビタミンC(mg)	0.43	1.40	30.7
ビタミンA(mg)	37	100	37.0
食塩相当量(g)	4.7	6.5	72.3



食品群別チャート



教師用ダウンロードデータ

Google フォーム / Microsoft Forms

LIFE 55

▶ デジタルコンテンツ「家庭科デジタル+」の一部コンテンツ（三択問題・○×クイズ p.37、キホンドリル p.38）に対応した、「Google フォーム」と「Microsoft forms」を提供します。

▶ Google フォームと Microsoft forms は、どちらもフォームを作成・編集し、回答を集計できるサービスです。
▶ 使用するには Google アカウントと Microsoft アカウントが必要です。

* 供給時に予告なく仕様などを変更する場合があります。

1 「教師用ダウンロードデータ」をダウンロードする

教育図書公式ウェブサイトの「教師用指導書 更新資料等ダウンロード」ページから申請します。

2 フォームの配信ページにアクセスする

教師用ダウンロードデータ式に含まれる、フォームの配信ページの URL にアクセスします。

3 フォームを選択し保存する

フォームの配信ページで使用したいフォームを選択します。
「テンプレートを使用」を選択すると、お使いのアカウントにフォームが保存されます。

4 集計結果を確認する

集計結果は、Google スプレッドシートもしくは Excel 形式ファイル (xlsx) に書き出せます。

Microsoft Forms サンプル

授業づくりに役立つデータ・資料を提供します。
採用校に限り、教育図書公式ウェブサイトからダウンロードできます。

* ダウンロード方法は供給時にご案内します。

* ご希望に応じて、DVD-ROM で提供することもできます。

対応資料集

LIFE おとなガイドデジタル+ : LIFE

家庭科 55 デジタル+ : 55

PDF JPG 資料集データ

資料集の紙面と図表のデータです。

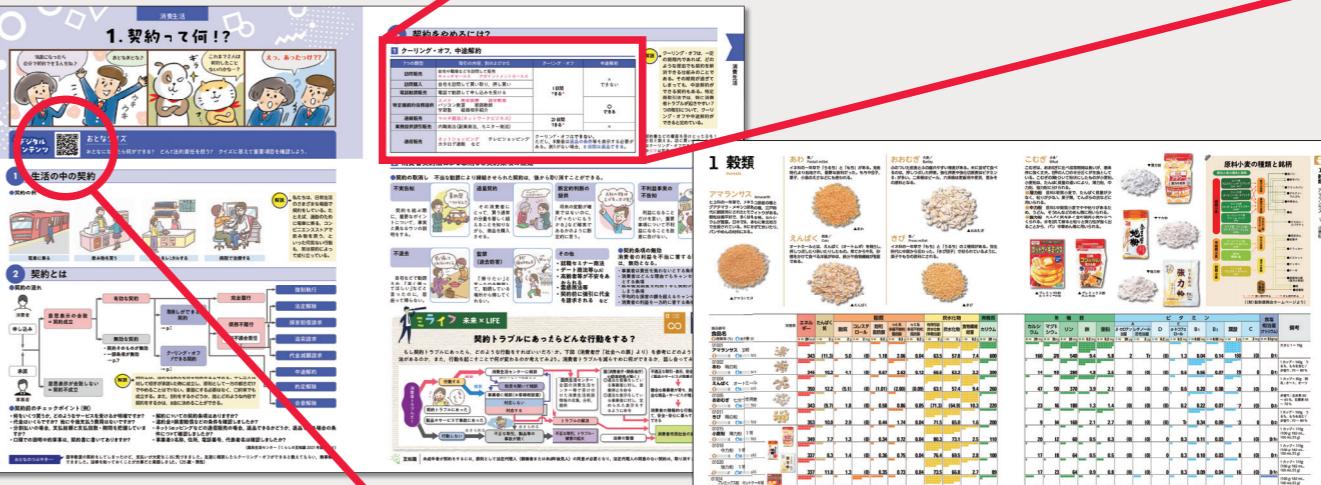
プリントやテストの作成、授業用のスライドの作成、オンライン授業など、さまざまな場面でご活用いただけます。

図版データ (JPG 形式)

1 クーリング・オフ、中途解約	契約の内容、別のおびかた	クーリング・オフ	中途解約
訪問販売	自宅や職場などを訪れて商品を販売する キャラクターセルフ、アボリゲントセールス	×	できない
訪問購入	自宅を訪問して買い物を受ける 電話で勧説して申し込みを受ける	8 日間 できる	○
電話誘導販売	電話で勧説して申し込みを受ける	○	できる
特定業種的役務提供	パソコン教室、家庭教師、学習塾、結婚相手紹介	×	できない
連絡販売	マッチング(ネットワーキングビジネス)	20 日間 できる	×
業務提供誘導販売	内職商法(副業商法)、モニターサービス	×	×
通信販売	ネットショッピング カタログ通販など	テレビショッピング	クーリング・オフできない場合、8 日間は返品できる。 ただし、返品者は返品の旨を表示する必要がある。表示がない場合、8 日間は返品できる。

LIFE おとなガイドデジタル+

紙面データ (PDF 形式)



二次元コードには、デジタルコンテンツへのリンクを貼っています。

クリックもしくはタップするだけで、該当のデジタルコンテンツへアクセスできます！

家庭科 55 デジタル+

紙面データ (PDF) のみ



PDF デジタルコンテンツの教師用指導資料 LIFE 55

「家庭科デジタル+」の一部コンテンツについて、コンテンツの内容、評価の観点、授業展開例などを掲載しています。

家庭科デジタル+ 教師用指導資料

保育 イヤイヤ期の子どもにどうかかわる？（シミュレーション）

<https://55digitalplus.com/part2-10/>

コンテンツの内容

PDFダウンロード機能つきコンテンツ

- 会話の選択肢を進んで、3歳の子どもたちの「イイヤイ」に対して、続してどのふうに寄り添ふか体験する。

学習指導要領との対応

A（3）ア

評価の観点

知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度
	○	

授業展開例

時間	ねらい・学習内容	評価方法・資料など
【ねらい】		
	乳幼児の心身の発達について理解する。	
導入 5分	生徒に0～5歳のころはどのような子どもだったか聞いて聞かせる。	
展開 25分	教科書を参考に、(1)乳幼児期は心身とともに大きく変化する時期であること、(2)乳幼児の身体の発達には方向性と順序性があること、また個人差があること、(3)心の発達には愛着（アタッチメント）の形成が大切であること、(4)言葉の発達には人とのかかわりが影響することを理解させる。	
発展 10分	デジタルコンテンツ「イヤイヤ期の子どもにどうかかわる？」に取り組ませる。	
まとめ 10分	デジタルコンテンツ終了下部の入力欄に①子どものイヤイヤに接する体験をして大家だと感じたこと、②将来どのように子どもと接したいかし力させる。	PDF形式でダウンロードした結果を生徒の端末から提出させて、課題提出とする。

28

家庭科デジタル+ 教師用指導資料

結果4パターンの詳細

1 子どもの気持ち理解度 A

子どもの気持ちに寄り添ったかかわりができる。イヤイヤ行動は子どもが発達段階にいる証でもあるので、プラスに捉えていこう！

2 子どもの気持ち理解度 B

イヤイヤ行動を受け止めて、子どもの気持ちをだいぶ理解できている。子どもの「自分でやりたい」という気持ちを尊重しよう。

3 子どもの気持ち理解度 C

子どものイヤイヤ行動は、自分の気持ちを伝えられないもどかしさなども影響している。子どもがどうしたいのか想像して、もう少し気持ちに寄り添ってみよう。

4 子どもの気持ち理解度 D

おとのの都會があったとしても、過度に叱ったり、突き放したりすると子どもの心を傷つけることになる。もっと子どもの気持ちを今まで接するようにしてみよう。

29

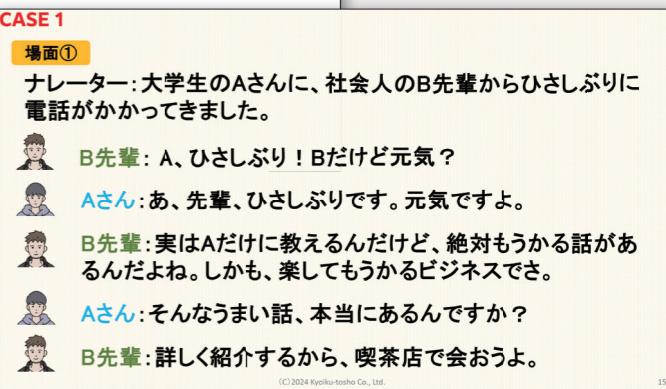
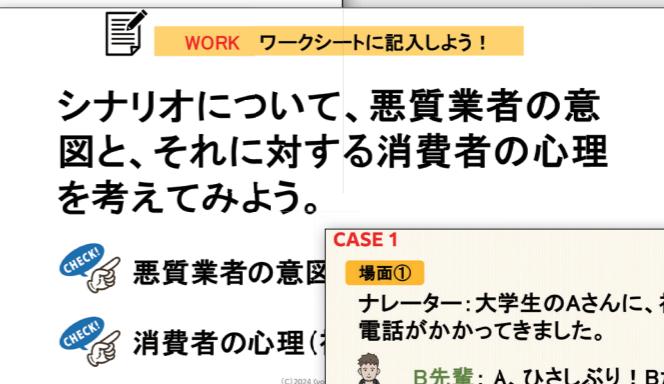
Excel デジタルコンテンツの年間指導計画 LIFE 55

一年間の学習活動に合わせて、いつ、どの単元で、
「家庭科デジタル+」のコンテンツを活用できるか示しています。

デジタルコンテンツ年間指導計画（家基702 未来へつなぐ 家庭基礎365）									
学期	月	学習内容		時数	学習活動	デジタルコンテンツ			
1学期	4月	口絵1-4 私たちの生活／私たちの一生		1	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭基礎の学習内容を概観し、学習の見通しをもつ。 ・私たちの生活を空間軸の視点と時間軸の視点で見通してみる。 ・SDGsがこれから学ぶ家庭科の内容全てとかかわっていることを理解し、学習の導入として位置づける。 				
		口絵7-8 世界を変える17の目標「SDGs」って何？							
		A編 第1章 生涯の生活設計1 ①あなたの将来。どうする？							
		1 人は一生発達する	2	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちはライフステージにおける青年期にいることに気づく。 ・各ライフステージの特徴と課題を理解する。 ・私たちは生涯発達し続ける存在であることを理解する。 ・これから起こる人生のライフイベントを想定し、目標をたて、そのための意思決定について考える。 					
		2 これからの人生に何が起こるか							
		3 人生の課題を解決しよう							
		Viewpoint 平均寿命							
	5月	A編 第2章 青年期の自立と家族・家庭 導入 ①自立への一歩を踏み出そう		2	<ul style="list-style-type: none"> ・青年期とはどのような時期なのかを知り、青年期に必要な自立について考える。 ・家庭生活を支える職業労働と家庭労働の特徴を理解する。 ・日本の雇用環境を考え、将来を見通した職業観を身につける。 ・自己や他者の性を尊重することの大切さを理解する。 	青年期・家族のキホン・ドリル			
		1 あなたの自身を知ろう							
		2 5つの自立	1	<ul style="list-style-type: none"> ・社会の変化に伴う家族・家庭の変化について理解する。 ・家庭・家庭とは何かを、様々な観点から考え方自体の価値観を察く。 ・家庭生活を支える基本的な法律について理解する。 ・男女共同参画社会について知り、実践のためにできることについて自分なりに考える。 ・18歳で大人になるという自觉を持つ。 	家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化 家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化 家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化 家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化 家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化				
		②家族・家庭って何？							
		③将来の自分と家庭を想像する 1 現在の家族を取り巻く状況 2 男女共同参画社会 3 これからの家族と社会		2	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭・家庭とは何かを、様々な観点から考え方自体の価値観を察く。 ・家庭生活を支える基本的な法律について理解する。 ・男女共同参画社会について知り、実践のためにできることについて自分なりに考える。 ・18歳で大人になるという自觉を持つ。 	家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化 家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化 家庭基礎教科書の歴史から見る家族の変化			
		Viewpoint 成年年齢							

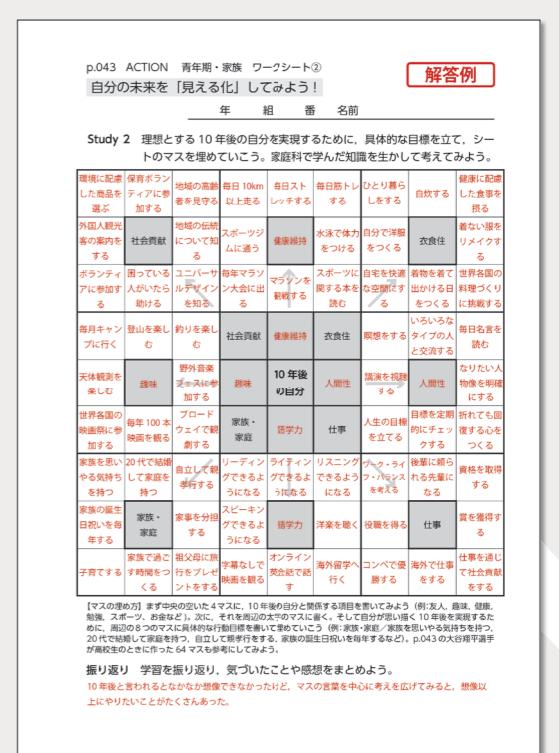
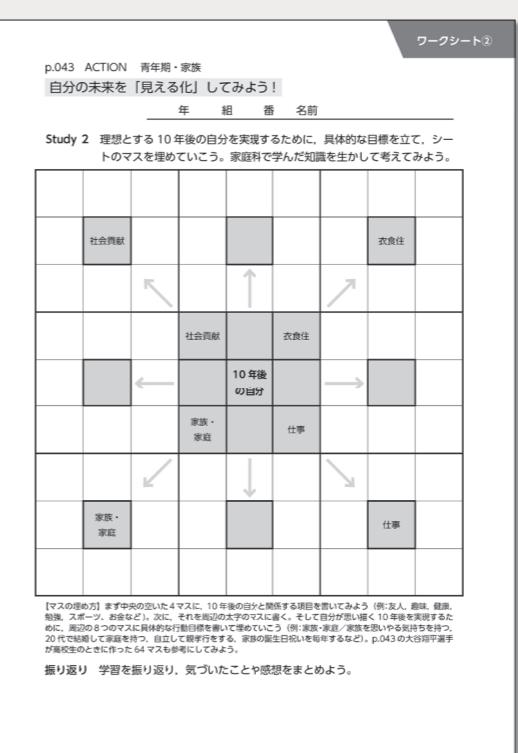
ACTION スライド

IFE おとなガイドデジタル+』の ACTION ページに対応したスライドのデータです。
PowerPoint 形式 (pptx) で、編集することもできます。



DF Word ACTION ワークシート LIFE

『IFE おとなガイドデジタル+』の ACTION ページに対応したワークシートのデータです。PDF 形式と Word 形式 (docx) の 2 種類で、Word 形式の方は編集することもできます。解答例もあります。



PDF 小論文 LIFE

『LIFE おとなガイドデジタル+』の「小論文を書こう」コーナーの解答例・書き方のポイント・解説です。受験対策に活用できます。

小論文を書こう

●p.009 問題：成年年齢の引き下げについて

(1) 解答例

成年年齢が18歳に引き下がられたことで、今後若年層の消費者トラブルが増える可能性がある。被害防止へ向け、消費者教育にいかに取り組むかが課題である。

未成年者の権利には多くの問題点が認められる。これに反した契約は「未成年者の取消権」により、取り消し可能である。この権利は、成年年齢の引き下げに伴い、今後18歳、19歳の者には適用されなくなる。これによって懸念されるのは、若年層の消費者トラブルの増加である。

図より、20~22歳の消費生活相談の平均値は、18歳と19歳の平均値より、2~3件以上も多い。悪質な業者が、成年になったばかりの若者を狙って不当な契約を結ばせていることが推測される。法改正によって、18歳と19歳の者に「未成年者の取消権」が適用されなくなると、被害が低年齢化する恐れがある。それを防ぐために、消費者教育に力を入れる必要がある。

例えば、学校の授業で、契約をするときは内容や解約条件などを良く確認すること、安易な掛け話には乗らないことなどを、教えるべきである。また、実際にあった被害例を紹介することも効果的。こうした啓発活動は、国や自治体によっても行われるべきである。

成年年齢の引き下げには、メリットとデメリットがある。トラブルに巻き込まれないために、若者に注意と自覚を促す取り組みが求められている。

小論文を書こう

●p.009 問題：成年年齢の引き下げについて

(2) 書き方のポイント

成年年齢が18歳に引き下がられたことで、今後若年層の消費者トラブルが増える可能性がある。被害防止へ向け、消費者教育にいかに取り組むかが課題である。

未成年者の権利には多くの問題点が認められる。これに反した契約は「未成年者の取消権」により、取り消し可能である。

この権利は、成年年齢の引き下げに伴い、今後18歳、19歳の者には適用されなくなる。これによって懸念されるのは、若年層の消費者トラブルの増加である。

図より、20~22歳の消費生活相談の平均値は、18歳と19歳の平均値より、2~3件以上も多い。悪質な業者が、成年になったばかりの若者を狙って不当な契約を結ばせている

ことが推測される。法改正によって、18歳と19歳の者に「未成年者の取消権」が適用されなくなると、被害が低年齢化する恐れがある。それを防ぐために、消費者教育に力を入れる必要がある。

例えば、学校の授業で、契約をするときは内容や解約条件などを良く確認すること、安易な掛け話には乗らないことなどを、教えるべきである。また、実際にあった被害例を紹介することも効果的。こうした啓発活動は、国や自治体によっても行われるべきである。

成年年齢の引き下げには、メリットとデメリットがある。トラブルに巻き込まれないために、若者に注意と自覚を促す取り組みが求められている。

出題で問われている「課題」を端的に示している。

解答の条件である2つのキーワードを使っている。

図から分かることについて指摘する。

具体的な数値を出した方が効果的である。

課題の中身について具体的に握り下げる書いていく。

最終的なまとめにあたる部分。

課題を書き出した背景について指摘している

小論文を書こう

●p.009 問題：成年年齢の引き下げについて

(3) 解説

出題の指示がやや複雑ですが、このような場合、出題をしっかり整理してから答案を書くようにします。この作業を決しておろそかにしてはいけません。この出題は次のような指示であることが分かります。

・出題で書くように指示されていること、「成年年齢の引き下げによって想定される課題について」

・参考にすべきもの：消費者トラブルに関する図

・答案を書くときの条件：「未成年者の取消権」「消費者教育」の言葉を用いる。

これらすべてを満たして書かなければいけないことを、まず頭に入れます。

このうち「成年年齢の引き下げによって想定される課題について」が、出題の核ですから、この答えが何になるのかということを答案の頭に持ってきた方がわかりやすいでしょう。

この答案では、

【課題】…消費者トラブルの被害防止へ向け、消費者教育にいか取り組むか】このように設定しています。

その上で、採点者は、なぜそのような課題が導き出されるのか「根拠」を知りたいですから、その理由を、第2、第3段落で書いていきます。出題では、図を参考にすることなどが指示されています。ここで実際に触れて覚えておくといいでしょう。興味ある書き方をすれば、「2~3千件以上」のうちに、具体的な数値を示した方が良いです。

さらに、冒頭の「消費者教育にいか取り組むか課題」だけでは、課題の大枠を示しただけではございませんから、第4段落で具体的に握り下げていきます。課題について考察を深めます。

まとめとして、最後の段落のよう、このテーマで全体的に言えることを加えると良いでしょう。

LIFE おとなガイド © Kyoiku-toshō

LIFE おとなガイド © Kyoiku-toshō

LIFE おとなガイド © Kyoiku-toshō

PDF 知っておきたい食べ物の話 LIFE

クイズやワークを通じて、自然と食に関する知識を学べる教材のPDF形式のデータです。

01 栄養素って何？

《WORK1》

食べ物に含まれている栄養素は次の5つ。その栄養素は体の中でどんなはたらきをしているか、線で結んでみよう！（1つの栄養素で2つ以上のはたらきをするものもあります。）

炭水化物	エネルギーになる
（例）	 ガソリン

脂質	身体をつくる
	 ボディー

たんぱく質	体の調子を整える
	 オイル

無機質	

ビタミン	

車にたとえると

《WORK2》 各栄養素を多く含む食品を下の写真から選んで、記号で答えよう。

選んだ食品の記号	
炭水化物	
脂質	
たんぱく質	
無機質	
ビタミン	

			
A	B	C	D
			
E	F	G	H
			
I	J	K	L
			
M	N	O	P

家庭科 55 デジタル+ ワークシート 55

家庭科55デジタル+』資料編に対応したワークシートです。
知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」
3つの観点に対応しているため、評価に活用できます。

39 高校卒業後、どんな部屋に住む？ (資料集 p.80-81)

年 月 日

年 組 番 名前

1 あなたにとって、住まいとはどんな場所だろうか。「住まい」から思い浮かべるイメージをまとめてみよう。

評価の観点：思考・判断・表現

2 あなたの理想の住まいの条件を3つ挙げよう。また、資料集 p.80-81 のA~Eの物件から最も住んでみたいものを一つ選び、その理由を書こう。まわりの人と意見交換し、気づいたことや考えたことをまとめよう。

評価の観点：主体的に学習に取り組む態度

●理想の住まいの条件

①

②

③

●資料集のA~Eの物件のうち、最も住んでみたいもの

物件	選んだ理由

●友達と意見交換して気づいたこと・考えたことなど

資料編 55 テーマすべてにご用意しました。

- おとなとは？ 自立とは？
仕事・職業について考えてみよう
結婚について考えてみよう
誰と、どこで、どのように暮らす？
自分のことも、相手のことも大切に
家事や育児は誰がする！？
人生で法律は避けて通れない！
子どもとどうかかわる？
赤ちゃんの誕生を見つめよう
子どもはどのように発達する？
子どもを事故から守ろう
遊びの中で育つ力とは？
子育てしやすい社会をめざそう！
子どもの権利を守ろう
多様性のある社会を実現するには？
高齢者は何歳から？
みんなで支えよう！ 認知症
年金ってどういう仕組みなの？
ユニバーサルデザインを見つけよう！
やってみよう！ ボランティア活動
いつ、なにを、どうやって食べている？
世界の料理ってどんなもの？
日本の食生活の変化を見つめよう
ふるさとの味を探してみよう
おせち料理にはどんな意味があるの？
どんなときには誰と食べたい？
どのような栄養素が含まれている？
これ、何の食品表示だろう？
食中毒を予防しよう
たくさん輸入して、たくさん食べ残し！？
その食事のマナー、合ってる？
これからのお仕事、どうする？
世界の民族衣装ってどんなもの？
和装と洋装、あなたならどちらを着たい？
衣服の役割は？
衣服の成り立ちを知ろう
衣服の管理を極めよう①～洗濯編～
衣服の管理を極めよう②～補修編～
高校卒業後、どんな部屋に住む？
世界の住まいってどんなもの？
日本の住まいの変化を見つめよう
空気は目に見えないけれど
住まいの機能を考えてみよう
災害時、あなたなら、どう動く？
住まいは持つもの？ 借りるもの？
人や地域をつなげる住まいとは？
人生にかかるお金っていくら？
どうしたらお金は貯まる？ 増やせる？
お金を借りる、投資するとどうなる？
見えないお金とのつきあい方を知ろう
消費のトラブルにあわないために！
消費者の権利と責任を考えよう
あなたの消費行動が社会を変える
エコライフ宣言 30
家庭科は人生の必修科目！

令和8年度発行
副教材・副読本
一覧



家庭科
55 デジタル+

定価：721円
(本体 655円)
コード：1047170-03
AB 判／208 ページ／
フルカラー



LIFE
おとなガイド
デジタル+

定価：990円
(本体 900円)
コード：1047190-02
AB 判／392 ページ／
口絵／フルカラー



新おとなドリル

定価：190円
(本体 173円)
コード：1047110-05
B5 判／24 ページ／
フルカラー



おかねドリル

定価：190円
(本体 173円)
コード：1047140-03
B5 判／24 ページ／
フルカラー



マナードリル

定価：190円
(本体 173円)
コード：1047180-01
B5 判／24 ページ／
フルカラー



食べ物ドリル

定価：190円
(本体 173円)
コード：1047200
B5 判／24 ページ／
フルカラー



ひとり暮らし
ドリル

定価：190円
(本体 173円)
コード：1047230-01
B5 判／24 ページ／
フルカラー



NEW!
ウェルビーイング
ドリル

定価：190円
(本体 173円)
コード：1047250
B5 判／24 ページ／
フルカラー



最新版
楽しく学べる
マナーの基本

定価：640円
(本体 582円)
コード：1046940-04
B5 变判／128 ページ



改訂版
調理記録
ノート

定価：267円
(本体 243円)
コード：1046320-07
B5 判／40 ページ



基礎から学ぶ
ビジュアル
クッキング

定価：792円
(本体 720円)
コード：1046980-04
B5 判／128 ページ



知っておきたい
食べ物のはなし

定価：190円
(本体 173円)
コード：4306380-08
B5 判／48 ページ

NEW! 【家総 006-901 準拠】ウェルビーイングにつなぐ 家庭総合 マスターノート
定価：730円 (664円+税) コード：1146580

NEW! 【家基 006-901 準拠】ウェルビーイングにつなぐ 家庭基礎 マスターノート
定価：680円 (618円+税) コード：1146520

NEW! 【家基 006-902 準拠】家庭基礎 つながる暮らし 共に創る未来 新訂版 学習ノート
定価：680円 (618円+税) コード：1146540

NEW! 【家基 006-903 準拠】Survive!! 高等学校 家庭基礎【改訂版】 ワークノート
定価：680円 (618円+税) コード：1146560

【家庭 702 準拠】フードデザイン ワークノート
定価：760円 (691円+税) コード：1146480-03

【家庭 706 準拠】保育基礎 ワークノート
定価：770円 (700円+税) コード：1146500-02

教育図書株式会社

〒101-0052 東京都千代田区神田小川町 3-3-2
☎ 03(3233)9100 FAX 03(3233)9104



お問い合わせ



公式サイト



教育図書 NEWS



オンラインショップ