

教育情報誌

エデュカーレ

家庭

No. 19

特集

保育実習に備える
子どもと遊ぼう

CONTENTS

- 特集① 保育実習に備える
子どもと遊ぼう 2
- 特集② 調理の基本事典 テーマ③
「魚介類の下ごしらえ」(その3) 6
- データを読む
授業に活用できる更新データ..... 10

- 時代を読み解くキーワード
最新記事からピックアップ..... 12
- スローフード・スローライフ
滋賀の郷土料理を受け継ごう..... 14
- データサイトのご案内
「生活ハンドブックWEB」ほかご案内 16

子どもと遊ぼう

最近の子どもたちは、異世代との接触が極端に少ないといわれる。しかし、その子どもたちにも、将来いつかは自分あるいは身のまわりの人に家族が増えたときなど、乳幼児をあやしたり、遊んだりすることも出てくるだろう。今回は、保育実習を行うことを念頭に、その準備作業の1つとしておもちゃをつくり、幼児と遊ぶ練習を試みよう。

乳幼児と接するときは、まず相手の発達の度合いに着目し、それらに適したおもちゃや遊び方を選ぶよう心がけたい(表1)。

○ 作業にとりかかる前に

はさみ、カッターナイフなどの刃物を扱う際には、生徒がけがをしないように心がけましょう。

できあがったおもちゃで乳幼児がけがをしないよう、^{とが}尖った箇所やはずれやすい部品、粘着部分が露出しないよう、十分に気をつけましょう。また、乳幼児と遊ぶときにおもちゃを口に入れないよう注意するのはもちろんですが、万が一に口に入れてしまっても危険のないよう、あらかじめ製作にあたってはできるだけ安全な材料を選びましょう。

表1 乳幼児期の発達のめやすと遊び・おもちゃの例

	遊びの内容
① 感覚遊び (乳児期～)	見る・聞く・触るなどによって、感覚と理解力を身につける。 〔例〕 がらがら・風車・オルゴール
② 運動遊び (1歳ころ～)	からだを動かして運動能力を身につける。 〔例〕 すべり台、ブランコ、ボール遊び
③ 模倣遊び (2歳ころ～)	生活のなかで、目にしたことを模倣して想像力や生活適応力を身につける。 〔例〕 電車ごっこ、ままごと、人形あそび
④ 受容遊び (1,2歳ころ～)	新しいものを見たり聞いたりして、鑑賞力や考える力を身につける。 〔例〕 テレビ、絵本、人形劇、紙芝居
⑤ 構成遊び (2,3歳ころ～)	自分で工夫して、ものを組み合わせ、創造する力を身につける。 〔例〕 積み木、折り紙、粘土、砂遊び

1. 感覚を刺激するおもちゃ

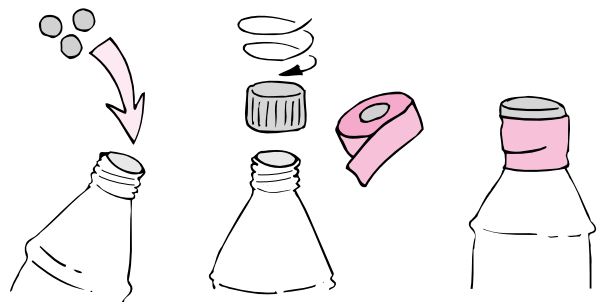
〔材料〕 ペットボトル、ビニールテープ、鈴やビー玉など(中身に入れて音を出すもの)

〔準備〕 ペットボトルは、包装フィルムをはがしてよく洗い、乾かしておく。

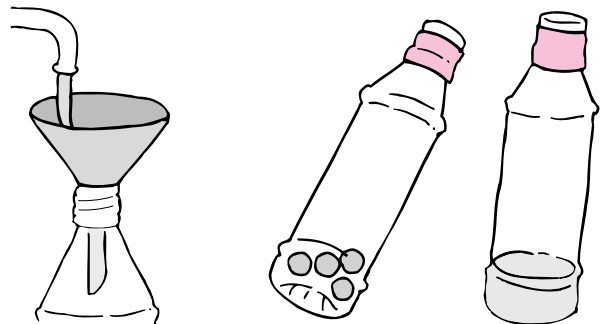
〔つくり方〕

内部に音のするものを入れたタイプだけでなく、何も入れないタイプなど、バリエーションを増やしてみよう。

中身に音がするものを入れる場合：ペットボトルに鈴やビー玉などの音がするものを1～数個入れ、キャップをしてビニールテープで留める。



中身に液体を入れる場合：ペットボトルに水を少量入れ、固くキャップをしてビニールテープで留める。



水が多すぎて重くならないよう、また水や泡のようすが見えるように、水の量を調整しましょう。

〔遊び方〕

子どもの前で転がしたり、ペットボトルどうしを軽くたたき合わせたりして、音を出してみましょう。

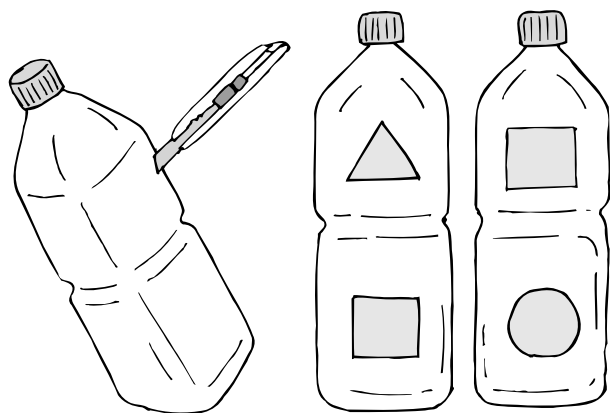
いくつかを子どもの前に置いて、自由に触らせてみましょう。

2. 自分で試してみるおもちゃ

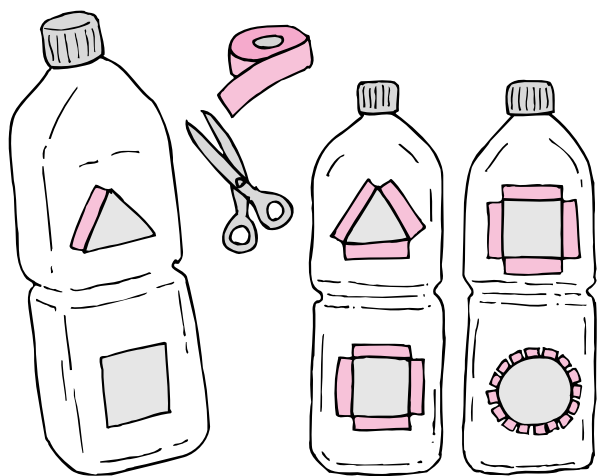
〔材料〕 大き目のペットボトル、ビニールテープ、ペットボトル内部に入れるもの（フィルムケース・コルク栓・消しゴム・ビー玉・おはじきなど）

〔つくり方〕

- ① カッターナイフなどを使って、ペットボトルの側面に、数～10cmほどの穴を1、2個あける。穴の形は、円形・四角形など図形の面白さを意識するとよい。星型など尖った部分ができる形は避ける。



- ② 切り口でけがをしないよう、できた穴の縁部分をビニールテープでおおう。



〔遊び方〕

まず、穴からペットボトル内部に小物を入れて振り、音を出したり、そこから小物を取り出したりするところを、子どもたちに見せましょう。手を使って出し入れするだけでなく、ペットボトルを傾けて小物を動かしたり、逆さに持って振ったり、直接に手を使わない方法を試してみるのもいいです。そのあと、それらを子どもたちに渡して自由に遊ばせてみましょう。

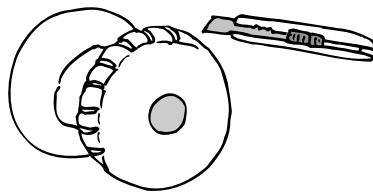
子どもたちが小物を口に運ばないように、注意深く見守ります。

3. 動くおもちゃ（ゴムで動く車）

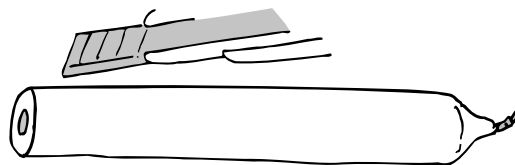
〔材料〕 糸巻き車（またはフィルムケース）、ろうそく（直径1 cmくらい）、割りばし、輪ゴム、つまようじ

〔つくり方〕

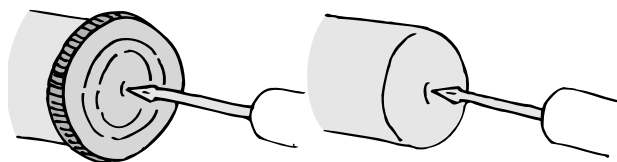
- ① カッターナイフで、糸巻き車の縁にきざみを入れる（ギザギザのないフィルムケースの場合も、同様にきざみを入れる）。



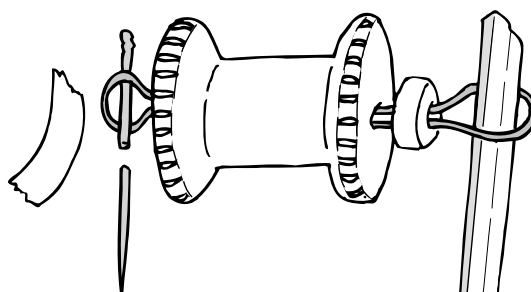
- ② ろうそくを3～5 mm 幅の輪切りにする。ろうそくがない場合は、代わりにつるつるの紙を環形に切って、ワッシャーの代わりにしてもよい。



- ③ フィルムケースの場合は、ケースのふたと底の中心に3～5 mm 径の穴をあける。



- ④ 糸巻き車に輪ゴムを通し、一方につまようじを通してセロファンテープで留め、もう一方にはろうそくの輪切りをはさんで割りばしを通す。



つまようじの先を切り、輪ゴムを通してセロファンテープで留める

〔遊び方〕

割りばしを巻いて輪ゴムによりをかけ、地面において手を離すと動き出す。小さな傾斜や障害物をつくって、それらを乗り越えるかどうか試してみましょう。よりをかける回数を変えたり、輪ゴムを2本に増やすなどして、走る強さを比べてみましょう。

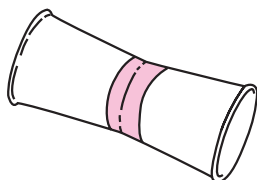
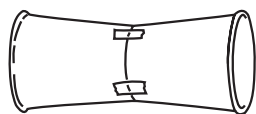
4. 懐かしい遊び（けん玉）

〔材料〕紙コップ2個、ラップやホイルの芯^{しん}、たこ糸（50cm くらい）、いらない紙、ビニールテープ

〔作り方〕

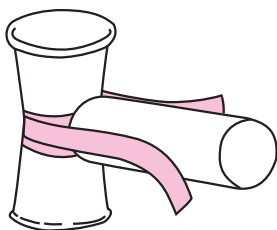
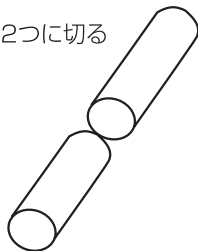
- ① 紙コップの底どうしをはり合わせ、ビニールテープを巻いてきつく留める。

セロファンテープで仮留めするとよい

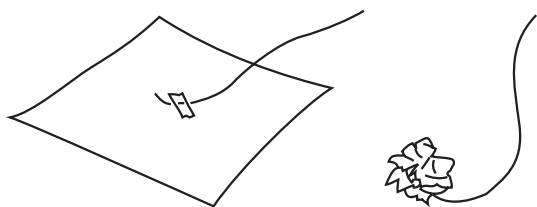


- ② ラップの芯を長さ半分に切って、その片方を使う。ラップ芯の口を、紙コップの合わせ目に当て、ビニールテープでしっかりと固定する。

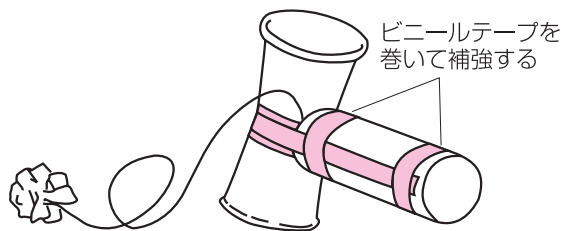
2つに切る



- ③ 紙を丸めて玉をつくる。その際に、たこ糸の端をセロファンテープで留めてから丸めるとよい。



- ④ タコ糸の端を、ラップ芯と紙コップの接合部付近に結び、ビニールテープで留める。



ビニールテープを巻いて補強する

〔遊び方〕

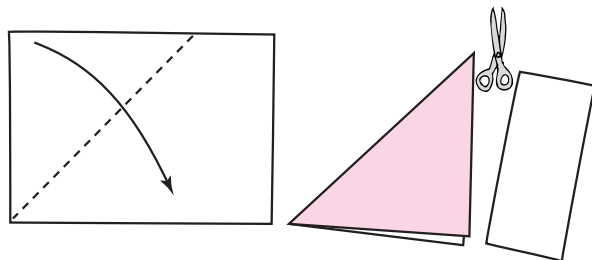
普通のけん玉と同様に、ラップ芯のとってをもち、玉をぶら下げた状態から弾みをつけて玉を紙コップ内に収まるように操作する。慣れたら、紙コップから反対側の紙コップへ、ラップ芯の口に、と技を変えて楽しんでみましょう。

5. 新聞折り紙（かぶと、紙でっぼう）

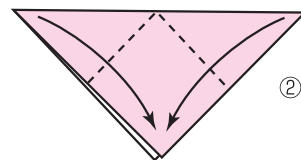
〔材料〕新聞紙 数枚

〔かぶとのつくり方〕

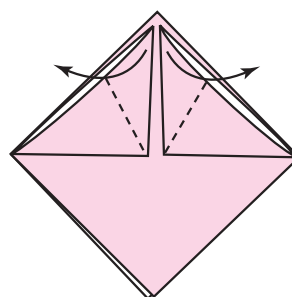
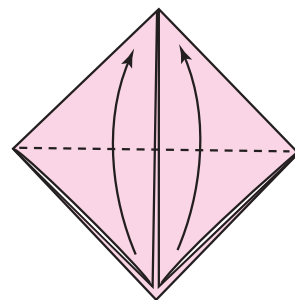
- ① 新聞紙をいったん斜めに折り、はみ出た部分を切り取る。



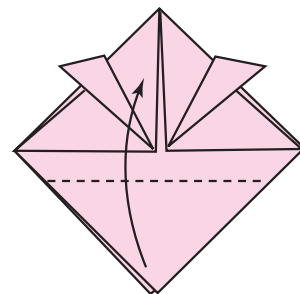
- ② 左右の角を、もう一つの角に向けて谷折りする。



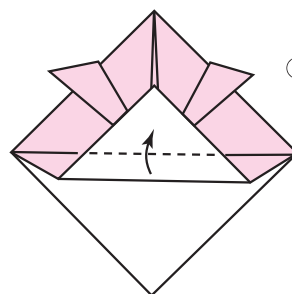
- ③ 左右から折りこんだ部分を、それぞれ上の角に向かって谷折りする。



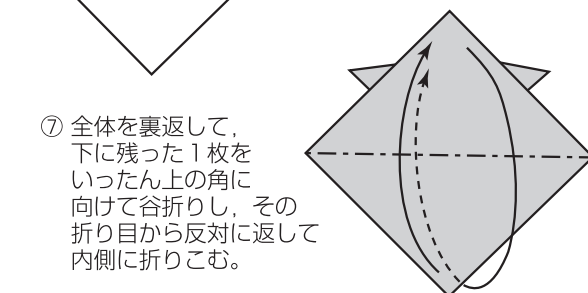
- ④ 左右の角を、それぞれ外側に向けて斜めに谷折りする。



- ⑤ 下に残った2枚のうち、手前の1枚を上に向けて谷折りする。このとき、上の角にあわせて折るのではなく、折り目を3～5cmほど下にずらす。

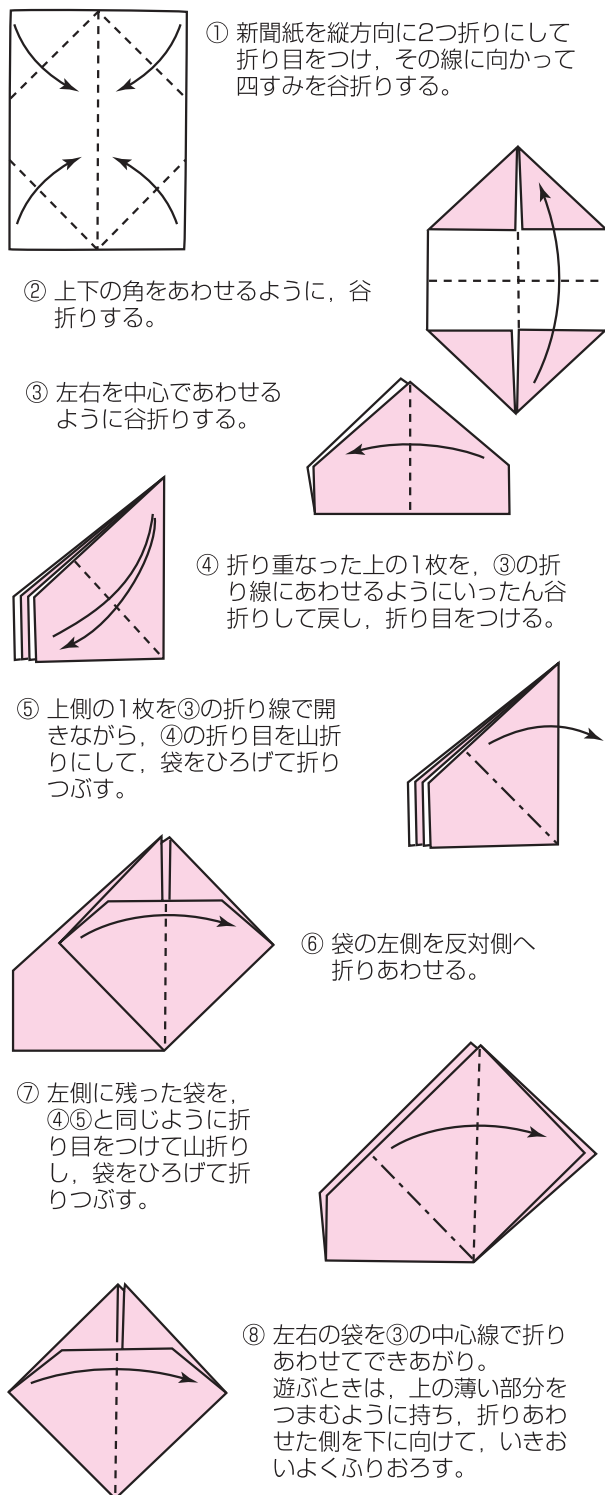


- ⑥ 折り残した幅の部分を上へ谷折りする。



- ⑦ 全体を裏返して、下に残った1枚を下に向けて谷折りし、その折り目から反対に返して内側に折りこむ。

〔紙でっぽうのつくり方〕



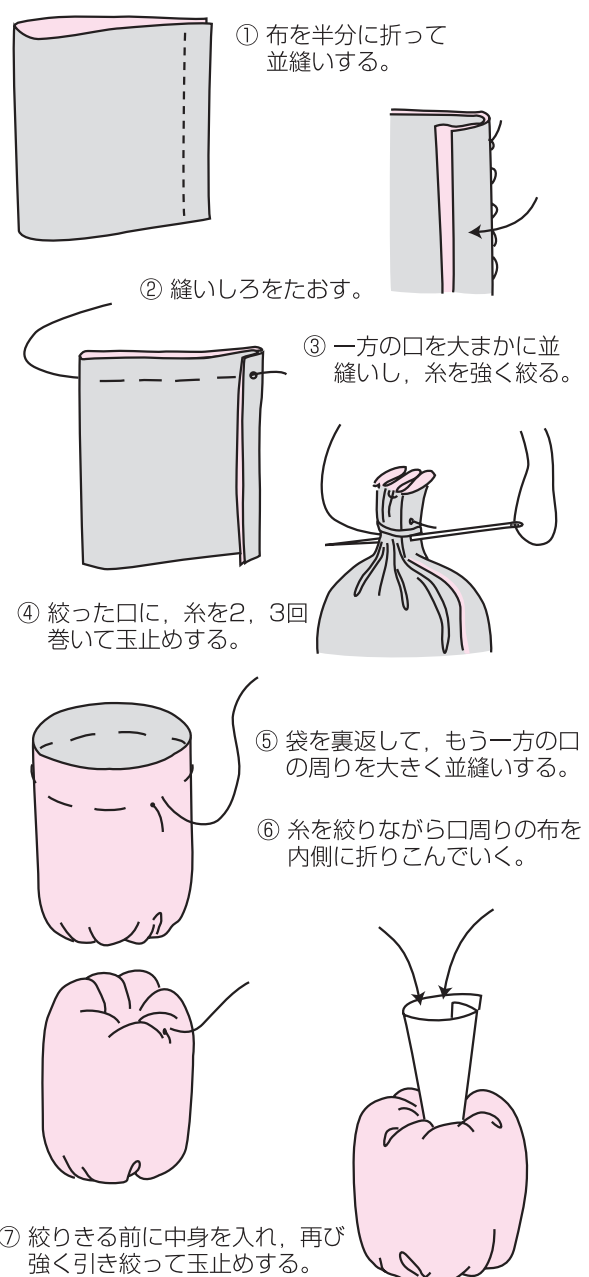
〔遊び方〕

紙でっぽうは、端を持って上からかぶせるように強くふって音を鳴らす。大きな音がすることがあるので、子どもを驚かせすぎないように注意しましょう。

6. 伝承遊び（お手玉）

〔材料〕 端切れ数枚（1個につき1枚、色違いがあるとよい）、あずき・米など中に入れるもの、ぬい針、糸

〔つくり方〕（俵型の場合）



お手玉では、端切れ4枚を使ってお手玉1個をつくる座布団型もよく見られる。

〔遊び方〕

上に投げて落ちてくるお手玉を受け取る。それだけではなく、右→右・左→左のほかに、右→左・左→右と投げ手と受け手を変えたり、玉を2個3個と増やしたりすると、技のバリエーションも増えます。伝承遊びでは、歌や節に合わせて投げあげなどの動作をすることもあります。似た遊びに、大道芸のジャグリングがあります。

【参考文献】

『0・1・2歳児の造形あそび百科』阿部寿文 編著

舟井賀世子 著 ひかりのくに株式会社 発行

『手づくりおもちゃ』実野恒久 著 株式会社ミネルヴァ書房 発行

「魚介類の下ごしらえ」(その3)

元女子栄養大学 助教 千葉 宏子

今回は「魚介類の下ごしらえ」(その3)として、魚を「三枚おろす」方法を学びましょう。三枚おろしがマスターできれば、加熱の調理から生食までと料理の幅も広がります。生食の下ごしらえに必要な「骨抜き」と「皮引き」も同様にマスターしましょう。

高い調理技術の指導はハードルが高いですが、魚をおろす楽しさを一緒に学んでほしいものです。

また、今回はアジの三枚おろしを紹介しますが、三枚おろしの基本的なおろし方は、他の魚にも応用できますので、いろいろな魚にチャレンジしてみましょう。

魚の三枚おろし (アジ)

前回の復習になりますが、まずはアジの構造を確認しましょう(写真1)。

左から頭、えらぶた^{しり}があり、ひれの種類は胸びれ、腹びれ、背びれ、尻びれ、尾びれがあります。尻びれの手前には肛門^{こうもん}があります。アジ特有のかたいうろこは「ぜいご」と呼ばれます。

では、三枚おろしをしていきましょう。前回の一尾魚の下ごしらえを参考にして、まずはうろこを取り除きま

す。アジはかたいぜいごがあるので、薄くそぎ取ります(『エデューカーレ家庭No.18』写真2, 3参照)。

次に、頭を切り落とします。頭側に胸びれ、腹びれをつけて斜めに包丁を入れます。裏も同様に包丁を入れて、頭を切り落とします(写真2, 3)。このとき、胴側に胸びれと腹びれがついていないことを確認しましょう(写真4)。

頭を左側、腹を手前にして、肛門から頭の切り口まで、

まっすぐに切れ目を入れます(写真5)。

包丁の先を使って内臓をかき出します(写真6)。

たっぷりのため水の中で、内臓の残りや血液を指でこするようにしてきれいに洗い落とします(写真7)。魚の水けをよくふきます。お腹の中の水けもよくふきましょう(写真8)。

写真1

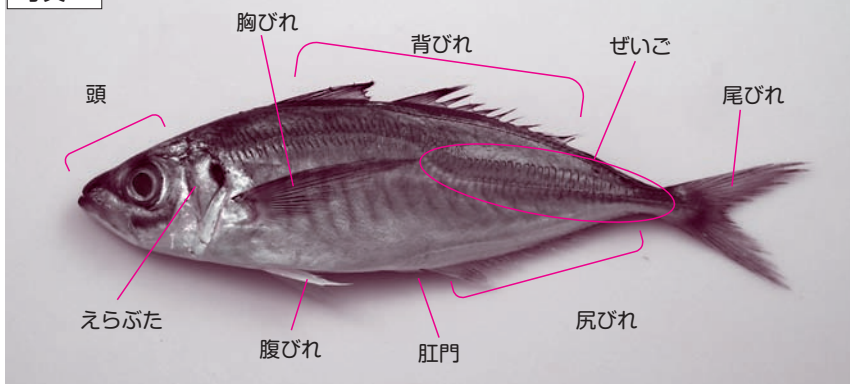
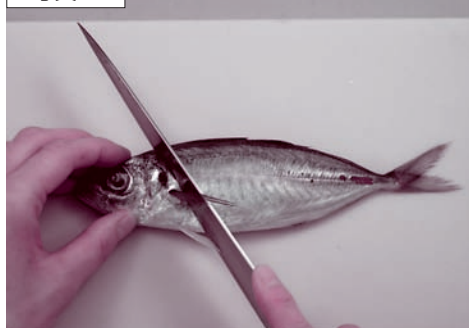


写真2



頭に胸びれ、腹びれをつけて切れ目を入れる。

写真3



裏側も同様に、頭に胸びれ、腹びれをつけて切り落とす。

写真4



廃棄する胸びれ、腹びれは頭側についている。



写真5

肛門から頭の切り口まで、まっすぐに切れ目を入れる。



写真6

包丁の先を使って内臓をかき出す。



写真7

たっぷりの水の中でよく洗う。中骨あたりの血もよく洗い落とす。

では、身をおろしていきます。背を手前、頭を右に置き、頭の切り口から中骨の上に包丁をさしこみ、身の半分くらいまでの深さで、包丁を尾に向かって引きます(写真9)。このとき、包丁の下側に中骨があることを確認し、包丁を一方方向に引くことに注意します。包丁を前後に動かすと、魚の身が荒れてしまう原因になります。また、魚を押さえる手は、軽く添えるようにし、魚の身を強く押さないように気をつけます。

次に、腹側を手前、頭を左側に向きを変えて、腹側に切れ目を入れます。同じく包丁を手前に引くように動かします(写真10)。尾のつけ根の上身だけを持ち上げ、包

丁を身の幅全体にわたし、中骨の上に沿わせながら、尾から頭に向かっておろします(写真11)。中骨のついていない上身と中骨がついた下身の二枚に分かれます。中骨のついた下身も、上身同様におろします(写真9, 10, 11)。

三枚におろした身の腹の部分についている骨を「^{うすみ}薄身」または「^{はらぼね}腹骨」と呼び、刺身や酢じめにするときは取り除きます。包丁を身の中央から斜めに寝かせて入れ、骨のついた身を薄くそぎ取ります(写真12)。おろした身が2枚と中骨1枚で三枚に分かれます(写真13)。



写真8

水けをよくふく。腹の中の水けもよくふき取る。ここまでの作業を「水洗い」という。



写真9

背を手前、頭を右に置き、頭の切り口から中骨の上に包丁をさしこむ。身の半分くらいまでの深さで、包丁を尾に向かって引く。



写真10

腹側を手前、頭を左側に置き、腹側に切れ目を入れる。



写真11

包丁を身の幅全体にわたし、中骨の上に沿わせながら、尾から頭に向かっておろす。



写真12

包丁を身の中央から斜めに寝かせて入れ、骨のついた身を、薄くそぎ取る。

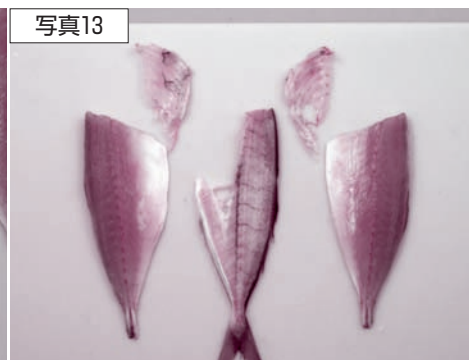


写真13



骨抜きを真横に使って小骨を挟み、頭側に引くようにして取り除く。

【骨抜き】

おろした身の中骨のついてた部分には、小骨がついています。これは身をおろしただけでは取り除けない骨です。骨抜きを使って取り除きます。身を上にし、頭側を右に置きます。骨抜きを真横に使い小骨を挟み、頭側に引くようにして取り除きます（写真14）。



頭側の切り口の皮を少しむき、むいた皮を尾に向かって少しずつ引く。

【皮引き】

アジやサバ、イワシなどは身がやわらかく、皮が薄いので、身離れがよく、包丁を使わずに皮を手でむくことができます。皮目を上にし、頭側を左に置きます。頭側の切り口の皮を少しむき、むいた皮を尾に向かって少しずつ引いていきます（写真15）。このとき、反対の手でむいた身の部分を軽く押さえます。特に、腹側の身は薄くて皮につきやすいので、指で軽く押さえながら引くときれいに皮がむけます。

練習した材料を料理に！

●アジの南蛮漬け（4人分）

アジの身（三枚おろしにしたもの）	4尾分
薄力粉	適量
揚げ油	
*つけ汁	
しょうゆ	大さじ $1\frac{1}{2}$
砂糖	大さじ $1\frac{1}{2}$
酢	大さじ $1\frac{1}{2}$
酒	大さじ $1\frac{1}{2}$
水	大さじ $1\frac{1}{2}$
長ねぎ	$\frac{1}{2}$ 本
しょうが	$\frac{1}{2}$ かけ
赤とうがらし	1本

- ① 長ねぎは網で香ばしく焼き、2 cm の長さに切る。しょうがは薄切りにし、赤とうがらしは半分に切って種を除く。
- ② なべに調味料と水、①を入れて煮立てる。
- ③ 三枚におろしたアジに薄力粉を薄くまぶし、170℃に



- 熱した揚げ油に入れて、3～4分ほど上下を返しながら色よく揚げる。
- ④ 揚げたてのアジに②をかけて、上下を返しながら5分間漬けこむ。

●アジのたたき(4人分)

アジの身(三枚おろしにしたもの)

(生食用の鮮度の良いもの) 4尾分

万能ねぎ 2本

しょうが 1かけ

青しそ 4枚

- ① 三枚におろしたアジは、骨抜きで小骨を除き、皮を引いて1～1.5cm角くらいに切る。
- ② 万能ねぎは小口切りにし、①と和える。
- ③ しょうがはすりおろし、青しそは軸を切り落とす。
- ④ 器に青しそを敷き、②を盛りつけ、しょうがを天盛りにする。お好みでしょうゆを添える。



●アジの押しずし(4人分)

アジの身(三枚おろしにしたもの)

(生食用の鮮度の良いもの) 4尾分(300g)

塩 小さじ1

酢 大さじ2

米 2カップ

水 450ml

こんぶ 5cm角

*合わせ酢

酢 大さじ3

砂糖 小さじ2

塩 小さじ $\frac{2}{3}$

白ごま 大さじ1

わさび 適量

甘酢しょうが 40g

- ① 三枚におろしたアジは、骨抜きで小骨を除き、両面に塩をふって30分以上おく。その後、水けをふき取り、酢をかけて2～3分おき、もう一度水けをふいて皮を引く。
- ② 米はこんぶを入れて普通に炊く。炊きたてのご飯に合わせ酢をかけ、全体を切るように混ぜ、うちわなどであおぎ



ながら冷まし、ツヤのあるすし飯をつくる。冷めたら白ごまを混ぜる。

- ③ 押し枠や弁当箱などの型を水でぬらし、すし飯の $\frac{1}{4}$ 量を入れて軽く押しながら表面を平らにする。わさびを薄くぬり、①のアジ1尾分をのせて、上から軽く押して型からはずす。同様に残り3本をつくる。
- ④ 食べやすい大きさに切って盛りつけ、甘酢しょうがを添える。

●骨せんべい(4人分)

アジの中骨 4尾分

揚げ油 適量

塩 少量

アジの中骨は水けをふき、160℃に熱した揚げ油に入れて、4～5分かけてゆっくりと色よく揚げる。揚げたてに塩を少量ふる。



データを読む

授業に活用できる更新データ

カッコ内は第一学習社教科書の掲載ページや関連ページを示す。

人の一生と家族・家庭

図1 家庭に対して求めるもの
(家庭基礎 p. 18, 家庭総合 p. 18)

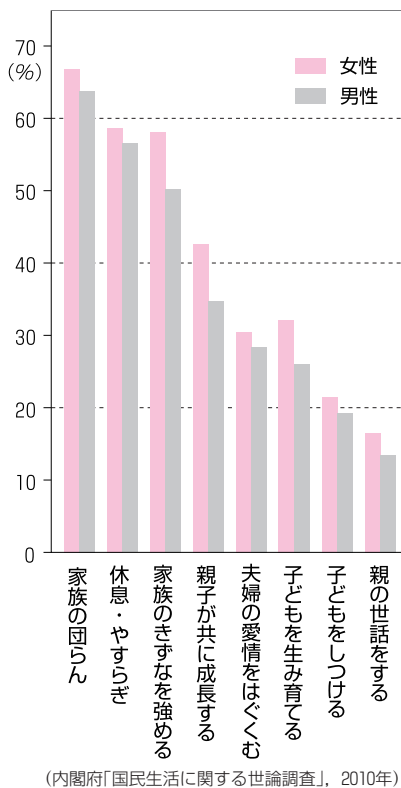


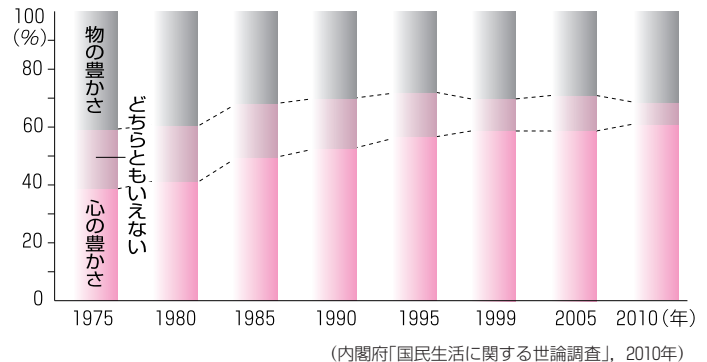
表1 子育て環境整備の方策 (家庭総合 p. 54)

子育て支援策として、2010年からは「子ども・子育て応援ビジョン」が策定されている。おもな数値目標は以下の通り。

おもな整備項目	現状	2014年目標値
新生児集中治療管理室 (NICU) 病床数 (出生1万人当たり)	21.2床	25~30床
平日昼間の保育サービス (認可保育所等) (3歳未満児の保育サービス利用率)	215万人 (75万人 (24%))	241万人 (102万人 (35%))
延長等の保育サービス	79万人	96万人
病児・病後児保育 (延べ日数)	31万日	200万日
認定こども園	358か所	2000か所以上 (2012年)
放課後児童クラブ	81万人	111万人
里親等委託率	10.4%	16%
地域子育て支援拠点事業	7100か所	10000か所
ファミリー・サポート・センター事業	570市町村	950市町村
一時預かり事業 (延べ日数)	348万日	3952万日
男性の育児休業取得率	1.23%	10% (2017年)
第1子出産前後の女性の継続就業率	38%	55% (2017年)

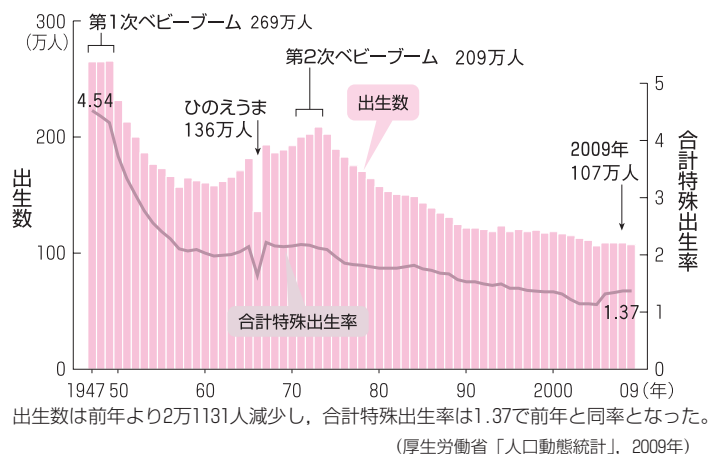
(内閣府資料「「子ども・子育てビジョン」について, 2010年)

図2 物の豊かさ・心の豊かさに関する価値観の変化
(家庭基礎 p. 22, 家庭総合 p. 24)



保育と福祉

図3 出生数と出生率 (家庭基礎 p. 44, 家庭総合 p. 48)



高齢社会と福祉

図4 わが国における平均寿命の推移
(家庭基礎 p. 48, 家庭総合 p. 56)

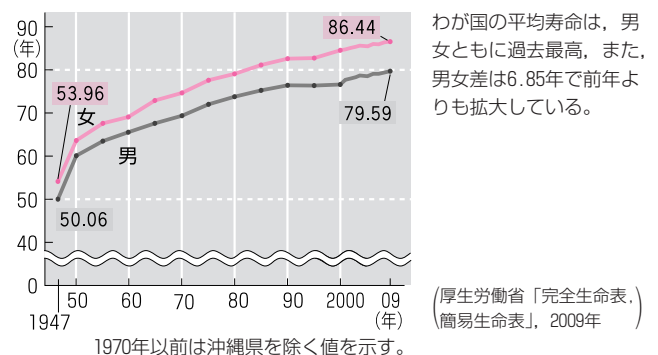
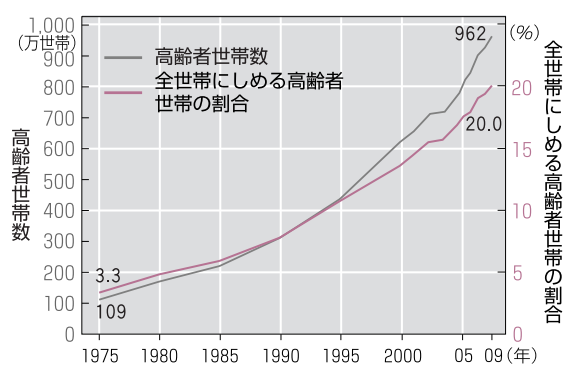


図5 増大する高齢者世帯
(家庭基礎 p. 52, 家庭総合 p. 60)

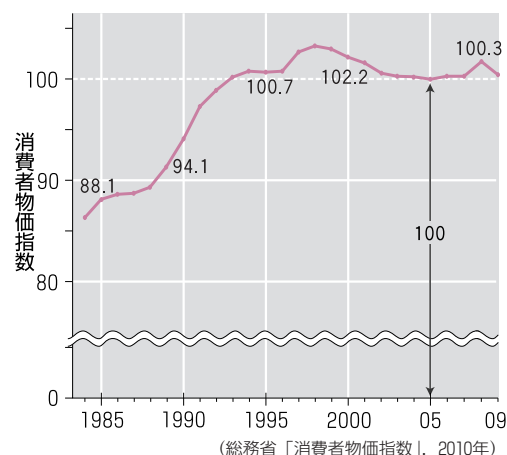


2009年のわが国の総世帯数は4801.3万世帯となっている。そのうちの20%が高齢者世帯であり、年々増加傾向にある。

(厚生労働省「国民生活基礎調査」, 2009年)

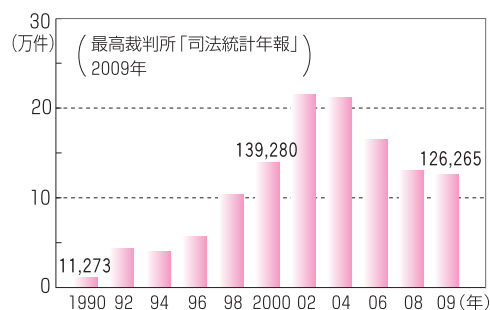
消費・環境

図6 消費者物価指数の推移
(家庭基礎 p. 61, 家庭総合 p. 73)



(総務省「消費者物価指数」, 2010年)

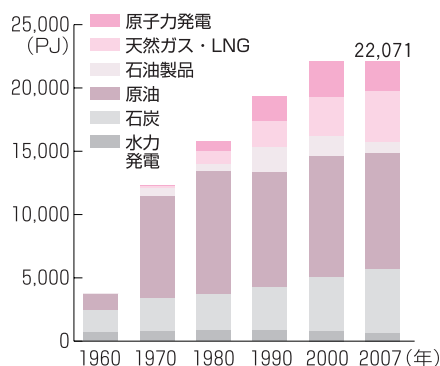
図7 自己破産件数の推移
(家庭基礎 p. 73, 家庭総合 p. 85)



最近の自己破産の受理件数は、ピーク時の半数近くに減少している。法立の改正などの業者への規制強化が徐々に現れつつある。

(最高裁判所「司法統計年報」, 2009年)

図8 わが国のエネルギー供給の推移
(家庭基礎 p. 76, 家庭総合 p. 88)



(資源エネルギー庁「総合エネルギー統計」, 2007年)

食生活

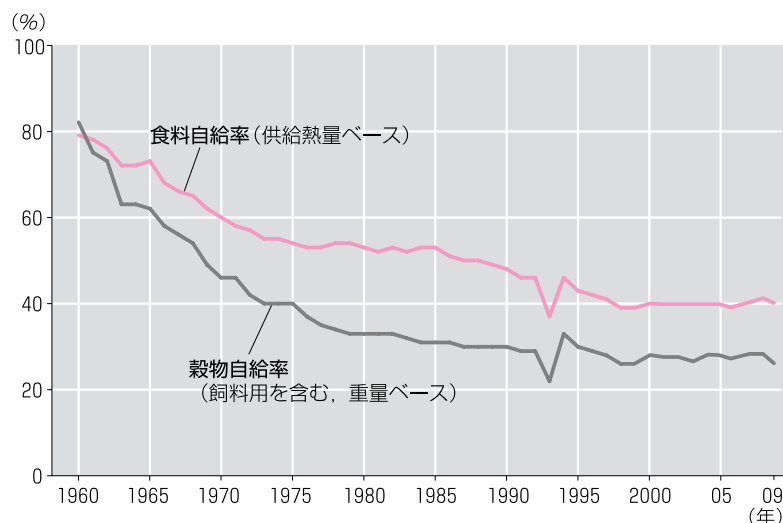
表2 穀物自給率の国際比較
(家庭基礎 p. 87, 家庭総合 p. 101)

(単位%)

国名	2007年
オーストラリア	175
フランス	164
アメリカ	150
カナダ	143
ドイツ	102
イギリス	92
イタリア	74
スイス	49
日本	28

(農林水産省「食料需給表」, 2009年)

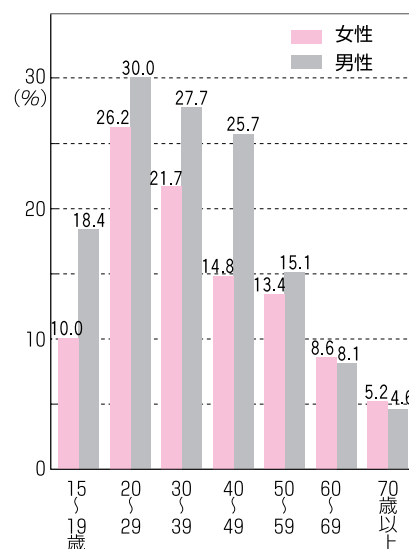
図9 わが国の食料自給率の推移
(家庭基礎 p. 87, 家庭総合 p. 101)



食料自給率 (供給熱量ベース) は、昨年より1%減少して40%、穀物自給率 (飼料用を含む, 重量ベース) も、昨年より2%減少して26%となっている。

(農林水産省「食料需給表」, 2009年)

図10 朝食の欠食率
(家庭基礎 p. 104, 家庭総合 p. 118)



(厚生労働省「国民健康・栄養調査」, 2008年)

時代を読み解くキーワード

最新記事からピックアップ

平均寿命 4年連続で過去最高を更新

厚生労働省「簡易生命表」、2010年7月26日公表

厚生労働省が公表した、2009年「簡易生命表」によると、男性の平均寿命は79.59歳、女性の平均寿命は86.44歳となり、前年と比較して、男性は0.30歳、女性は0.39歳上回った。また、平均寿命の男女差は6.85歳で、前年より0.09歳拡大した。

平均寿命の伸びを死因別に分析すると、がんなどの悪性新生物・心疾患・脳血管疾患の、いわゆる3大死因による死亡率が下がったこと、肺炎で死亡する人が減少したことなどが、平均寿命を延ばす方向に働いた。

簡易生命表とは、その年の死亡状況が今後変化しないと仮定したときに、各年齢の人が1年以内に死亡する確率や、平均してあと何年生きられるかという期待値などを、死亡率や平均余命などの指標によってあらわしたものであり、0歳児の平均余命が平均寿命となる。

<おもな国・地域の平均寿命>

男 性		女 性	
国・地域名	平均寿命	国・地域名	平均寿命
カタール	81.0	日本	86.44
香港	79.8	香港	86.1
アイスランド	79.7	フランス	84.5
スイス	79.7	スイス	84.4
日本	79.59	スペイン	84.27

(カタール2007年、スイス・スペイン2008年、その他2009年)

幸福感は 6.5 点 内閣府が初調査

内閣府「国民生活選好度調査」、2010年4月27日公表

内閣府は、「幸福度を表す新たな指標の開発に向けた一歩として、国民が実感している幸福感・満足感の現状を把握すること」を目的として、はじめて国民の幸福感を10段階で調査した。

「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点として、何点になるかを10段階評価でたずねたところ、平均値は「6.47」となった。日本では、「5」を選択する人が多く、デンマークやイギリスと比べると、低い点数をつける人が目立った。

男女別では、女性のほうが幸福感が高く、特に、10点

中7点以上の幸福感があると答えた人が、男性の48%に対して、女性は59%であった。

年齢別では、30歳代の幸福感が最も高く、年齢階層が上がるにつれて低下している。特に、10点中7点以上の幸福感があると答えた人の割合は、30歳代で61%、70歳代は44%であった。

また、政府がめざすべきおもな目標を、最大5つまでたずねたところ、「公平で安心できる年金制度の構築」69.2%、「安心して子どもを産み育てることのできる社会の実現」64.9%、「雇用や居住の安定を確保」48.1%、「質の高い医療サービスの提供」41.9%、「食の安全・安心確保」33.9%などの回答が上位となった。

働く若者 10年間で215万人の減少

総務省「労働力調査」、2010年6月4日公表

労働力人口とは、15歳以上の生産年齢人口のうち、収入のある仕事についている就業者（休業者も含む）と、求職中の完全失業者の合計で、働く意思と能力をもつ人の総数である。総務省の2009年「労働力調査年報」によると、近年、若年層の労働力人口の減少が続いている。15～24歳の労働力人口は、2009年平均で573万人となり、前年に比べて22万人減少した。10年前(1999年)と比べると、215万人の減少となっている。

また、15～24歳の完全失業者は、減少傾向が続いていたが、2009年は52万人となり、前年の43万人から急増し、完全失業率も、男性10.1%、女性8.4%となっている。就業者も39.9%と、はじめて4割を下回った。

働く若者が減少している背景には、少子化と高学歴化とともに、雇用情勢の悪化がある。労働力人口は、国の経済力を示す指標の1つとされており、このまま若年雇用が減り続けた場合、社会の活力が失われ、日本経済に与える影響も大きいのではないかと懸念されている。

専業主婦志向 若い世代で上昇

国立社会保障・人口問題研究所「全国家庭動向調査」、2010年5月31日公表

「結婚後は、夫は外で働き、妻は主婦業に専念すべきだ」という考え方に賛成する妻の割合は、1993年で53.6%、1998年で52.3%、2003年で41.1%と、低下傾向にあった

が、2008年の調査では45.0%となり、上昇に転じた。

年齢別にみると、50～59歳で2.5ポイント、60～69歳で4.0ポイントずつ前年より減少しているものの、29歳以下で12.2ポイント、30～39歳で7.6ポイント、40～49歳で6.6ポイントと、特に若い世代で大きく上昇している。

調査をおこなった国立社会保障・人口問題研究所は、「性別役割に関する考え方で、2003年の前回調査までにみられた、伝統的価値観を否定する回答の増加に、変化のきざしがみられる」と分析している。ただし、前々回(1998年)の数字を上回っているわけではないため、今回の調査に注目したいとしている。

女性の育休取得率 はじめて減少

厚生労働省「雇用均等基本調査」, 2010年7月16日公表

2009年度の女性の育児休業取得率は、9割を超えた2008年度調査より5.0ポイント低下し、85.6%となった。女性については、1996年の調査からこれまで一貫して取得率が上昇し続けてきたが、はじめて減少した。

一方、男性の育児休業取得率は0.49ポイント増の1.72%で、過去最高となったが、依然として低水準である。

女性の育児休業取得率を事業所規模別にみると、5～29人規模の事業所では、2008年度の93.4%から2009年度は72.8%と大きく減少している。厚生労働省は、「小規模な企業ほど景気の影響を受けやすい」と分析している。

幼保一元化 「こども園(仮称)」として統一へ

子ども・子育て新システム検討会議, 2010年6月25日公表

政府の「子ども・子育て新システム検討会議」は、「子ども・子育て新システムの基本制度案要綱」をまとめた。

現在、幼稚園は文部科学省、保育所は厚生労働省と、所管が分かれており、幼稚園の職員は幼稚園教諭、保育所の職員は保育士と、それぞれ別の資格が必要である。また、幼稚園は3歳以上小学校就学前までの幼児であればだれでも入園できるが、保育所は0歳から小学校就学前までの乳幼児のうち、親の事情で保育が十分にできない場合に限られる。このため、母親がパートタイマーの場合などは、保育所に入りにくいといった実態がある。

子育てに関する要望が多様化するなか、保育所・幼稚園・認定こども園の制度間の垣根を取り払い、「保育が十分にできない親に限る」といった入所要件を撤廃するなど、より実情にあったものにしていくために、これらを、「こども園(仮称)」として統一する方針が打ち出された。

新制度では、「子ども・子育て勘定(仮称)」を設けて財源を一元化し、子育て関連の国庫負担金・補助金・事業

主などからの拠出金を一本化し、「子ども・子育て包括交付金(仮称)」として、実施主体である市町村に交付する。

「幼保一体給付(仮称)」は、「こども園(仮称)」への給付のほか、小規模保育サービス、短時間利用者向け保育サービス、早朝・夜間・休日保育サービス、事業所内保育サービス、広域保育サービス、病児・病後児保育サービスなど、多様な給付メニューを設ける。

また、今後、新システムを一元的に実施する「子ども家庭省(仮称)」の創設に向けても検討がなされ、2011年の通常国会への関連法案提出、2013年度からの実施がめざされている。

児童扶養手当 父子家庭の父親にも支給

改正児童扶養手当法, 2010年8月1日施行

これまで、児童扶養手当は、離婚などによって、父親と生計を同じくしていない家庭の、生活の安定と自立の促進を図ることを目的として、母子家庭を対象に支給されてきた。これに対し、父子・母子の区別なく、ひとり親家庭の子どもを平等に支援すべきとの声が高まり、児童扶養手当法の改正案が、5月26日、参議院本会議で全会一致で可決・成立し、8月1日から施行された。

今回の改正で「母と生計を同じくしていない子どもを監護し、かつ、その子どもと生計を同じくしている父(父子家庭の父)」にも支給対象が拡大された。これにより、離婚・死亡などで母親がいない子ども、母親が一定程度以上の障害の状態にある子ども、母親の生死が明らかでない子ども、母親が1年以上拘禁されている子どもなどを監護し、生計を同じくしている父親も支給の対象となった。

食料自給率 3年ぶりに低下

農林水産省「食料需給表」, 2010年8月10日公表

食料自給率とは、1国内で消費された食料のうち、どれくらい国産でまかなわれているかを示す指標である。カロリー(供給熱量)ベースと、生産額ベースの数値があるが、一般に、カロリーベースの数値が用いられる。

2009年度の食料自給率(カロリーベース)は、前年度より1ポイント低下し、40%となった。

今回の食料自給率低下のおもな要因としては、小麦の生産量減少、国内産糖(てんさい・さとうきび)の生産量減少、米の消費量減少などがあげられている。

2010年3月に閣議決定された新しい「食料・農業・農村基本計画」では、2020年までに食料自給率をカロリーベースで50%まで引き上げる目標をかかげているが、また一歩後退した形となった。



スローフード・スローライフ

滋賀の郷土料理を受け継ごう

アメノイオご飯, エビ豆, 丁稚羊羹, 豆腐の田楽

滋賀県立堅田高等学校 教諭 安田 典子



本校は、滋賀県の北西部に位置する普通科高校です。現在は1年生6クラスと2, 3年生5クラスの規模で、家庭科は家庭総合を選択し、2, 3年生で2単位ずつ学習しています。また、3年生では、学校設定科目として「くらしの文化」と題した食物分野中心の選択

科目も学習しています。このたびは、昨年まで実施していた「食のデザイン」という学校設定科目のなかで行った「郷土料理講習会」について、ご紹介します。(今年度から「食のデザイン」という食物分野の科目と、被服分野を統合して「くらしの文化」としました。)

ご存知のとおり、滋賀県は琵琶湖を有し、その豊富な水資源を享受してきました。特に、本校の位置する大津市の堅田という町には、今も堅田漁港という港があり、琵琶湖の魚や貝類を水揚げしていますが、環境の悪化や、食生活の変化によって、琵琶湖の幸が食卓にのぼることは年々少なくなってきました。そこで、このまま郷土の食文化が消滅していくのは、大変もったいないことであると考え、授業で実習してみることにしました。とはいえ、私自身、郷土の料理についての知識も技術もほとんど持っていなかったもので、滋賀大学を拠点として活発に活動されている「滋賀の食事文化研究会」(以下:研究会)に講師を依頼して、ようやく実現しました。

1年に一度の試みであり、また、外部講師を依頼するというのもこれまであまり経験がなかったので、やや緊張して準備にとりかかりました。まずは、献立作成です。研究会の講師先生と電話で打ち合わせを重ね、最終的にはアメノイオご飯、エビ豆、^{でっ ち しょうかん}丁稚羊羹、大根サラダに決定しました。初回は2006年でしたので、昨年度で4回実施したことになります。次年度は、大根サラダの代わりに白和えを、その次の年には打ち豆汁を、そして昨年度は豆腐の田楽を実習しました。アメノイオご飯とエビ豆は、滋賀の郷土料理として代表的なもののなので、はずすことはできないと考えて毎年実習しました。

そのうちのいくつかについて、材料と作り方をご紹介します。

◎ アメノイオご飯

材 料(4人分)			
米	3合	ビワマス	1尾(1kg)
しょうゆ	$\frac{1}{4}$ カップ	酒	少々
みりん、酒	各大さじ1	にんじん	50g
こんぶ	10cm 角	干しいたけ	2枚
水	$3\frac{1}{8}$ カップ	青ねぎ	50g

【つくりか】

- ① ビワマスと米の下ごしらえ: 魚のうろことぬめりを取る。魚の内臓とえらを取り、きれいに洗う。水けをふき取り、酒を振りかけておく。卵があれば別にとっておき、炊飯時に加える。米はていねいに研いでざるにあげ、水けを切る。
- ② にんじん、水で戻したいたけはせん切り、ねぎは小口切りにする。
- ③ こんぶを分量の水につけ、しばらく置く。そのまま火にかけ、沸騰直前にこんぶを取り出す。
- ④ 鍋に魚の切り身を入れ、しょうゆ・酒・みりと③のだし汁の半分量を入れ、中火で4分、弱火で2分間煮る。ボウルにざるを重ねて煮汁をこし、魚の骨を取る。
- ⑤ 炊飯器に水けを切った米、だし汁 $2\frac{1}{2}$ カップと④の煮汁を加え、水量を確認する。にんじん・しいたけと魚を入れ、炊きあげる。蒸らし終わったら、ざっくり混ぜ、ねぎを加える。

大きなビワマスを、生徒の目の前でさばいていただきました。生徒たちは、琵琶湖にこんな大きな魚がいたことに大変驚いていました。なかには、琵琶湖に魚がいることを初めて知った生徒もいて、それには私も驚きました。アメノイオとは、卵を抱えたビワマスのことで、秋の新月のころ産卵のために河川にのぼってきて、大雨とともによく獲れるので、そのような名前がついたようです。



◎ エビ豆

材 料(10~12人分)			
スジエビ	100g	砂糖(中ザラメ)	120g
ゆで大豆	500g	酒	70ml
しょうゆ	80ml	みりん、酢	各大さじ2

【つくり方】

- ① 豆を一晩水につけ、指で押すとつぶれるくらいにゆでしておく。
 - ② 鍋にしょうゆ・砂糖・酒を入れて、煮立ててからエビをバラバラに入れる。色が変わると酢を加え、炒りつける。
 - ③ 豆を入れて、再び沸騰させたのち、火を弱めて20分ほど煮る。
 - ④ 煮汁が少なくなったらみりんを入れ、煮汁が全体に絡められるようになるまで煮る。ときどき鍋がえしをして焦がさないように注意する。全体で40分ほどかけて煮詰める。
- 地元で豊富にとれる大豆とスジエビを組み合わせた、これぞ滋賀の郷土食ともいえる献立です。知っている生徒も比較的多く、現代に受け継がれている一品です。最近では、エビと煮ることで、大豆の栄養効果が一層高まることがわかってきたようで、改めて昔の人の暮らしの知恵はすばらしいと思わされます。



◎ 丁稚羊羹

材 料(6本分)			
こしあん	500g	水	$\frac{1}{2}$ カップ
上新粉	100g	竹の皮(小)	6枚

【つくり方】

- ① こしあんをボウルに入れ、少しやわらかめのあんになるように水を加える。上新粉を少しずつふるい入れ、混ぜ合わせる。たねのかたさは、竹の皮に入れて伸ばせる程度にする。
- ② 竹の皮の内側を上にして置き、たねの $\frac{1}{6}$ を伸ばし入れる。両端を折って包み、ひもでしばる。残りの5本も同様にする。
- ③ 蒸し器に入れて約20分間蒸す。途中で上下を入れ替え、火の通りを同じようにする。蒸しあがると取り出し、表面の水をふきんでふき取る。まな板に並べ、上にもまな板で重石をして形を整える。
- ④ 冷めてから切り分ける。

滋賀県ではポピュラーなお菓子だと思っていましたが、知らない生徒もやはり多くありました。昔、丁稚さんや行儀見習いの人が奉公先への手土産にしたといわれていることから、この名がついているようです。

◎ 豆腐の田楽

材 料(4人分)			
木綿豆腐	1丁	ねぎ	15g
砂糖(三温糖)	20g	ごま	5g
みそ	40g	竹串	12本

【つくり方】

- ① 豆腐は水けを切り、1丁を12個の短冊状に切っておく。
- ② ねぎを小口切りにする。
- ③ ごまを炒ってすり鉢ですったのち、ねぎ・みそを入れてすりあわせる。
- ④ ③のみそに砂糖を入れ、練りながら加熱する。
- ⑤ 豆腐に竹串を刺し、両面を焦げ目がつくまで焼く。
- ⑥ ほぼ焼けたら、④のみそをつけて直火であぶる。

生徒たちは、すり鉢でごまをするという作業を大変おもしろがって、意欲的に取り組んでいました。みその味もおいしかったようです。豆腐の田楽は湖北の料理で、大津市(湖南)に住む生徒には珍しい一品でした。



実習後の生徒の感想は、「最初は、滋賀に郷土料理があるなんて知らなかった。たぶん、この授業がなかったら郷土料理のこととか何も知らないままだったと思う。せっかく滋賀に生まれて滋賀に育ったんやから、もっと滋賀の味を大切にしていきたいと思った。今度おばあちゃんの家に行ったら、いろいろ聞いてみようと思う。」

「自分の周りの郷土食がこんなにあるなんて知らなかったです。普段食べないので知ることができてよかったです。やっぱり、昔からの料理をつくる人がいるからこそ勉強できたと思います。」など、実習したことを肯定的・好意的に受け止めているものがほとんどでした。また、「贅^{ぜいたく}沢^{たく}っていうのは、お金をかけることじゃなくて、手間暇かけることなんやなあ。」と発言した生徒がいました。深くうなずける言葉であり、私自身も大変勉強になりました。

今後は、郷土食を実習したあと、生徒たちがそのことを自分のなかで、どう消化し、いかに次の世代につないでいくのか。また、つないでいくことの意味を考えてくれるにはどのように授業を展開していけばよいかということを、全国の家家庭科の先生方の実践を参考に考えていきたいというのが目下の課題です。

生活ハンドブック WEB

※利用料は無料

パソコン → <http://www.daiichi-g.co.jp/handbook/>

携帯電話 → <http://www.daiichi-g.co.jp/handbook/mv/>

栄養計算できるWEBサイト 2010年日本人の食事摂取基準に対応！

●食品・料理の種類が充実！

五訂増補日本食品成分表1878品目全データのほか、市販食品・外食メニュー、生活ハンドブック「つくってみよう!」、一般料理などを豊富に収録しています。

●栄養計算をサポートするオリジナル機能

食品の分量を入力するだけで、可食部の重量は自動計算され(廃棄率の計算不要)、グラム以外の単位でも入力可能です。一人あたりの料理ごとの栄養摂取率が計算され、グラフで過不足を確認できます。

●調理手順を参照してレシピがわりに

収録の料理には、材料の分量だけでなく調理手順も表示され、レシピ集として使えます。各調理時間と合計時間が表示されるので、授業時間に合わせて料理を選ぶことができます。

●学習に役立つコーナーも充実！

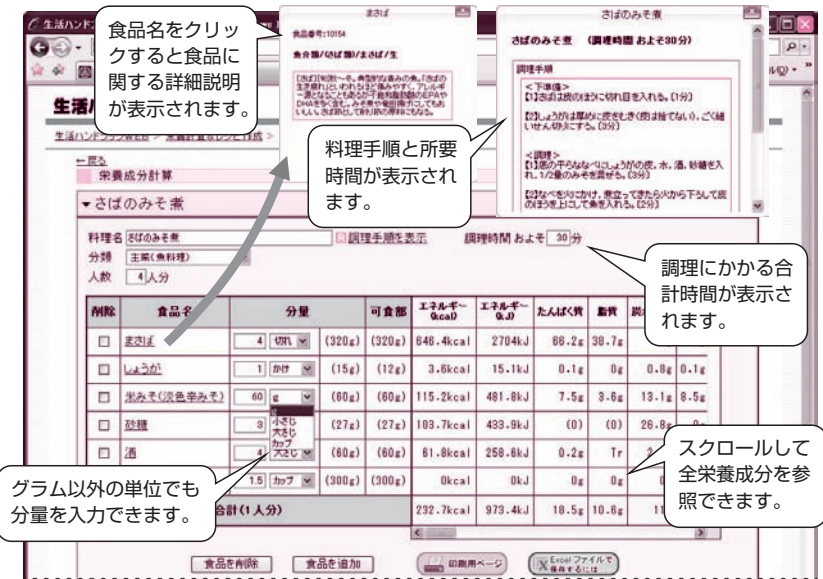
カロリー換算やリンク集・キーワード解説など、家庭科学学習に役立つ情報も収録しています。郷土料理MAPでは、全国の「郷土料理」について、200点の料理写真を掲載しています。

●生活ハンドブックで採択校にはさらに！

「Myページ」が利用でき、オリジナルレシピの保存ができます。授業でそのまま使えるワークシートが、ダウンロードできます(七訂版採用校)。

●携帯電話で簡易計算ができます

簡易型として、10種類の栄養計算ができ、カロリーと運動量の消費エネルギーも換算できます。外出先でも、生徒さんでも、気軽に栄養計算することができます。



▲栄養計算の画面イメージ 画面上：選択した食品ごとの栄養成分表示。

画面下：入力した食品・料理の栄養成分を一人あたりの食事摂取基準と比較。

家庭科サポートWEB

第一学習社HP: <http://www.daiichi-g.co.jp/>

「トップページ」教科学習情報：家庭」からご覧ください。

教科書データサイト

■教科書掲載の図表から、最新の更新データをリアルタイムで提供

エクセルデータ・JPEG・PDF・FLASH動画などがダウンロードできます。直接閲覧のほか、プロジェクター利用による授業展開、学習資料の作成にご利用いただけます。

表紙写真

琵琶湖の幸を生かした
郷土料理実習とビワマス

滋賀県立堅田高等学校における、滋賀の郷土料理実習のようす(p.14～15参照)。ビワマスは、サケ科に属する琵琶湖固有種で、体長60cmにも達する(写真提供：滋賀県水産課)。

エデュケーレ

[家庭 2010 No.19]

発行所 教育出版 第一学習社

発行者 松本 洋介

ホームページ <http://www.daiichi-g.co.jp/>

2010年10月1日発行
定価100円(本体95円)

東京：〒102-0082 東京都千代田区一番町15番21号 ☎03-5276-2700

大阪：〒564-0044 吹田市南金田2丁目19番18号 ☎06-6380-1391

広島：〒733-8521 広島市西区横川新町7番14号 ☎082-234-6800

札幌 ☎011-811-1848 仙台 ☎022-271-5313 新潟 ☎025-290-6077

つくば ☎029-853-1080 東京 ☎03-5803-2131 横浜 ☎045-953-6191

名古屋 ☎052-769-1339 神戸 ☎078-937-0255 広島 ☎082-222-8565

福岡 ☎092-771-1651 金沢 ☎076-291-5775