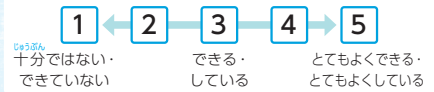


自分らしい生き方と家族

人生100年時代といわれるこんにち、
健康で充実した生活に何が必要か考え、
目標に向けて一歩踏み出せるようになりましょう。

自分で5段階評価をしてみよう。



Check Point

1

ライフステージごとの発達課題を
知っている？

学習前 1 2 3 4 5
学習後 1 2 3 4 5



2

自分らしく生きるために必要な
生活資源について考えたことがある？

→ p.5 ホームプロジェクト

学習前 1 2 3 4 5
学習後 1 2 3 4 5



自立

3

青年期の今、自立に向けて
取り組んでいることがある？

学習前 1 2 3 4 5
学習後 1 2 3 4 5

中学校の家庭科で学んだことは？

- 家族の機能
- 育児・介護休業法
- 世帯
- 児童養護施設
- 男女共同参画社会
- 家族類型別割合
- ワーク・ライフ・バランス

SDGs17の目標との関係は？

5 ジェンダー平等を 実現しよう	8 働きがいも 経済成長も	10 人や国の不平等 をなくそう	17 パートナシップで 目標を達成しよう

4

家事(無償)労働の必要性を
理解して、家族に協力している？

→ p.5 ホームプロジェクト

学習前 1 2 3 4 5
学習後 1 2 3 4 5

5

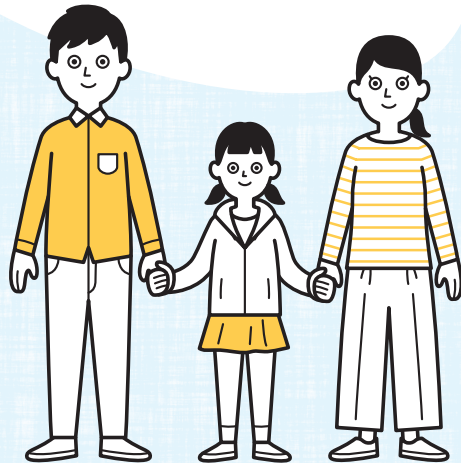
ワーク・ライフ・バランス実現に向けた取り組みについて、知っている？

- 学習前 1 2 3 4 5
 学習後 1 2 3 4 5

6

ジェンダー平等につながると思うことがらをあげることができる？

- 学習前 1 2 3 4 5
 学習後 1 2 3 4 5



7

将来どのような家族をつくりたいか、どのように生きたいか、考えてみたことがある？

- 学習前 1 2 3 4 5
 学習後 1 2 3 4 5

8

小世帯化による現代の家族の問題について理解している？

- 学習前 1 2 3 4 5
 学習後 1 2 3 4 5



9

家族に関する法律について、改正されたり、論じられたりしているのを知っている？

- 学習前 1 2 3 4 5
 学習後 1 2 3 4 5

10

18歳になったらできること、20歳からできることを知っている？

- 学習前 1 2 3 4 5
 学習後 1 2 3 4 5



振り返りスペース

学習前

Before

あなたはこの章の学習を通して、どのようなことができるようになりたいですか？

.....

.....

.....

.....

学習後

After

学んだことを、あなたの生活のどのような場面で、どのようにいかしますか？

.....

.....

.....

.....

しょうがい はったつ じんせい 生涯発達する人生

各ライフステージの発達課題を知り、自分の強みを生かしながら将来を展望しよう。



1 これからのライフイベントと自分のライフコースを展望する



留学

起業

進学

死別



自分のライフコース

さまざまな
ライフイベントを
体験して生きる



就職

再婚

昇進

離別

退職

再就職

転職

結婚

子どもの
独立ひとり
暮らし出産・
育児

WORK

30歳の自分に向けた メッセージを書こう

30歳の自分は、どこで、どのようなことをして暮らしているだろうか。ひとりで、あるいはだれかとふたりで、または家族(今の家族? 新しくつくった家族?)と共に、どんな生活をしているのだろうか。

30歳になった自分に対して、どんなメッセージを伝えようか。考えて、書いてみよう。

TO 30歳の私

.....

.....

FROM 高校生の私

① **ライフステージ** 人の一生を成長・発達の節目ごとに区分した段階であり、乳幼児期、学童期、青年期、成人・壮年期、高齢期というように区分される。

② **ライフイベント** 入学、卒業、就職、結婚、子どもの誕生、定年退職などのような、人生の節目となるできごとをいう。

1 | これからの人生について考えてみよう

これからの人生、どんなことが待っているのだろうか？

今、あなたは高校生で、将来についての一番の関心事は、高校卒業後の進路のことかもしれない。しかしそれも決めかねていて、自分のやりたいことや自分に向いていることがわからないでいるのかもしれない。今は、人生で一番、悩みの絶えない時期だろう。なぜなら、あなたが本当の「自分自身」を探して、大人になろうとしているからだ。家庭基礎の学習を通して、これからの人生について考えてみよう。

人が生まれてから死を迎えるまで、多くの人が通過すると考えられる人生の段階のことを**ライフステージ**といい、各ライフステージで経験する人生の節目となるできごとのことを、**ライフイベント**という(①)。ライフイベントは、その時代に生きている同世代の多くの人々に共通する特徴を持つが、どのライフイベントを選んで人生を生きていくかは一人ひとりによって異なり、これを**ライフコース**という。

2 ライフステージにおける発達課題

	乳幼児期	学童期	青年期	成人・壮年期	高齢期
職業を持つ人として生きる			<ul style="list-style-type: none"> 経済的自立(アルバイト経験, 職業に就く) 職業を通しての自己実現 	<ul style="list-style-type: none"> 職業上の責任・課題 職場における人間関係の発達 職業上の知識と技術の向上 働く環境の向上への参画 	<ul style="list-style-type: none"> 知識・技術の継承 若年層に対する教育
地域社会とかがわって生きる	<ul style="list-style-type: none"> 人としての子どもの権利 	<ul style="list-style-type: none"> 社会のルールを学ぶ 地域行事への参加 	<ul style="list-style-type: none"> 社会のルールを守る 権利と義務・責任 地域活動への参加 	<ul style="list-style-type: none"> PTA活動 NPO/NGOなどの市民活動 納税義務 	<ul style="list-style-type: none"> 異世代との交流
家族とかがわって生きる	<ul style="list-style-type: none"> 育てられ, 家族に依存する存在 	<ul style="list-style-type: none"> 生活面の自立の基礎を習得, 家族の一員としての自分の役割と協力 	<ul style="list-style-type: none"> 親となるための精神的・身体的な準備 精神的自立/生活面・経済的な自立の準備 結婚観・職業観の形成 	<ul style="list-style-type: none"> パートナーとの出会い だれと共に暮らすのかの選択・決定 パートナーとつくる家族の構築 子どもの出産・育児, 教育 	<ul style="list-style-type: none"> 生活文化や経験の伝承
学びの主体として生きる	<ul style="list-style-type: none"> 外界との出会い 言語の習得 五感による感性的発達 	<ul style="list-style-type: none"> 小学校入学 集団生活を通しての発達 自己表現 基礎学力の習得 	<ul style="list-style-type: none"> 中学・高校入学 自我の形成 性的自立 生活設計に応じた学び 	<ul style="list-style-type: none"> 興味・関心にもとづく主体的な学習 職業能力を発達させるための学習・資格取得 	<ul style="list-style-type: none"> 生きがいとしての学び

2 発達課題と生涯発達

ライフステージにおいて直面するその段階ならではの発達課題を乗り越えて、自分自身をひとまわり大きく成長させていく人生のありようのことを、生涯発達という。人は生まれてから年齢を重ねて老いて死を迎えるその日まで、生涯発達をしながら進化し続けて生きている存在である。

発達課題には、2に示すようなものがある。高校生は、青年期のライフステージの段階にある。青年期の発達課題には、自我の形成、自立に向けたさまざまな課題、社会を構成する一員としての自覚と責任などがあげられる。

一人ひとりによって、発達課題に直面する時期や内容には違いがあるけれど、その時々発達課題と向き合い、自分を見つめ直すことで、人は自己を確立していく。

17歳 人生儀礼としてのライフイベント

日本では古くから、人生の節目にあたる時期に「人生儀礼」となる儀式を行い、身近な人々と思いを共有してきた。子どもの「お食い初め」は、乳歯がはえ始める時期に食事する真似をさせる儀式、「七五三」は三・五・七歳の時に子どもの成長を祝う儀式である。入園・入学や卒業も人生儀礼である。さらに成長すれば成人式、長寿の祝いもある。自分なりのライフコースを歩む時、これらの人生儀礼を含むライフイベントを体験し、人生の終着点に向かう。

これから先のあなたの人生がどのようなものになるか、今はまったく見通しがつかないかもしれないが、毎日の積み重ねがかけがえのない一生をつくっていく。高校生の日々を、大切に生きたい。



- 青年期とその後の発達課題を理解し、課題解決のために今、取り組むべきことを考えた。【思】
- 自分の特徴・長所を知り、それを将来にどのようにいかしたらよいか考えた。【観】

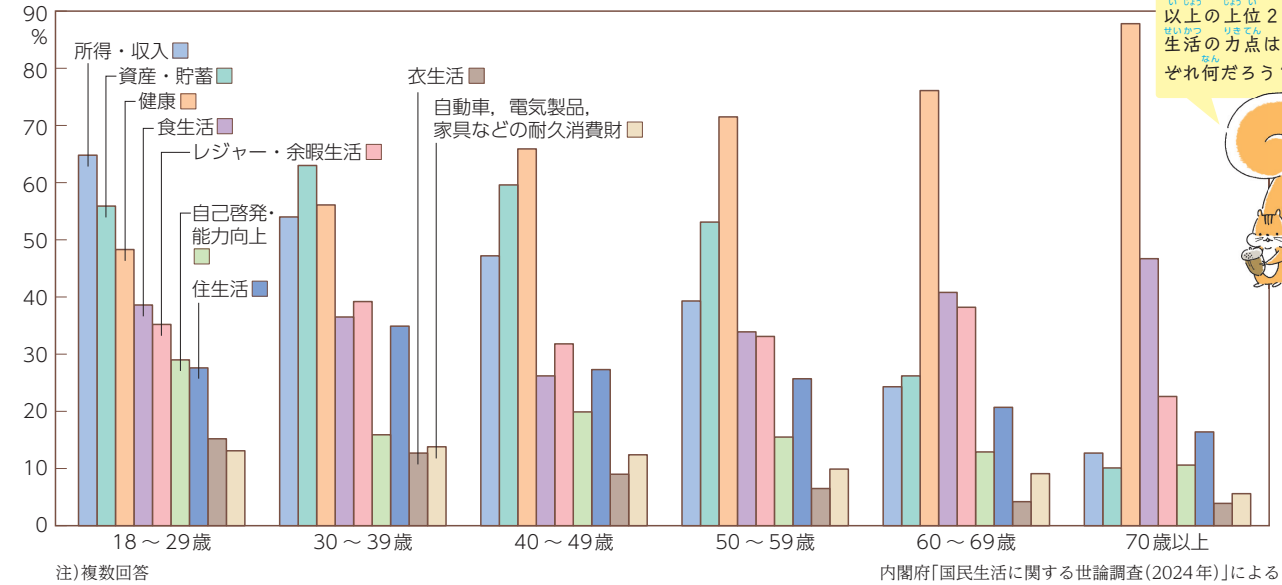
2

これからの人生をデザインする

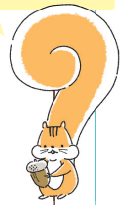
生活資源を理解し、社会の変化や経済設計について考え自己実現をめざそう。



2 今後の生活の力点(年代別)



18～29歳と70歳以上の上位2つの生活の力点はそれぞれ何だろう？



1 生活資源



1 生活設計

● **生活設計の方法** 一度きりの限りある人生を自分らしく生きるために、青年期の今からこれからのライフキャリアを展望することを、**生活設計**という。あなたがめざす「なりたい自分」に向かうためには、高校生のうちからどんな計画を立て、どんな準備をしたらよいだろうか。自分の生活設計について考えてみよう。

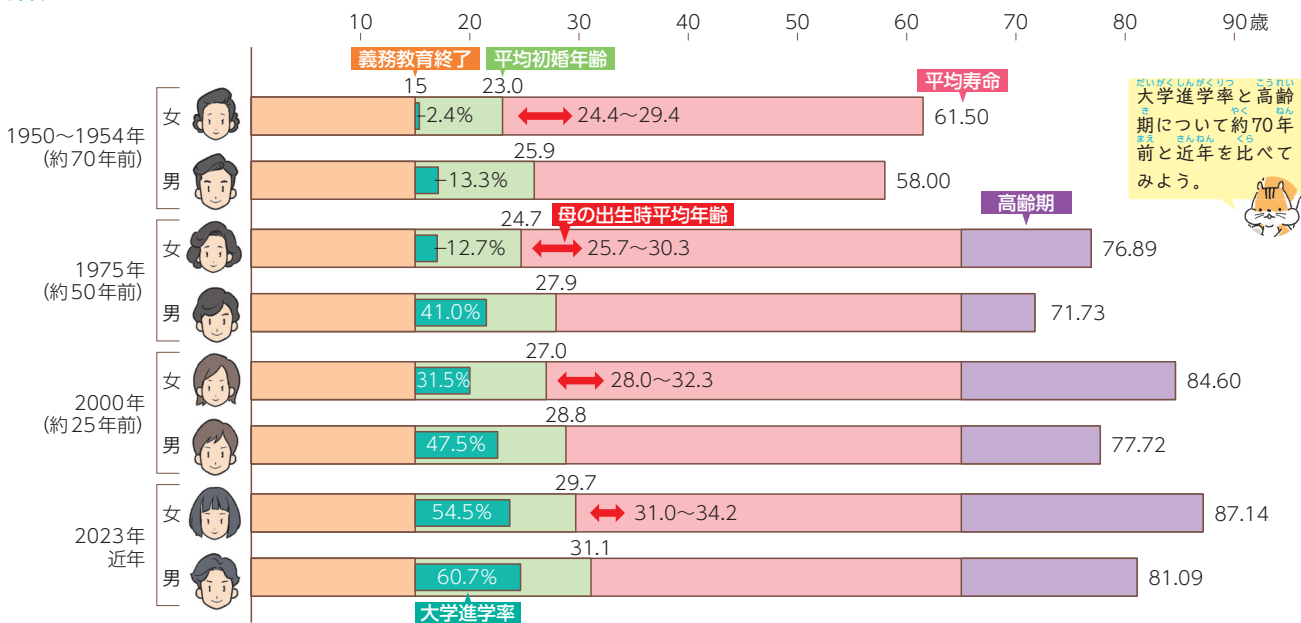
● **生活資源** 私たちが生活を営むうえで必要不可欠なものを**生活資源**という。生活資源には、家族や友人など身近な人々、金銭、時間や情報、健康や習得している技術など、生きるすべとなるあらゆるものが含まれる(1)。一人ひとりの生活を見れば、特に必要とされる生活資源はそれぞれ異なっているかもしれない。どのようなことに力点を置いて生活しようとするのかは、ライフステージや年代によっても異なる(2)。必要とされる生活資源の内容や質も、その時々で変わってくる。生活資源の有効活用によって生活のなかで発生しうるリスクを回避し、安全・安心な生活を営もう。

① **ライフキャリア** 人生における家庭生活や職業生活を総合的に見てとらえた、その人の経歴(キャリア)のことをいう。



生活資源はいつも身の回りであってあたりまえ？ 生きるために必要なあらゆるものが含まれる生活資源は、いつも手の届くところにあるように思える。しかし、それを「どう活用するか・活用したいか」がわからなければ、ないものと同じだ。

3 時代別に見た人の一生



注) 約70年前：大学進学率は1954年，平均初婚年齢，母の出生時平均年齢および平均寿命は1950年の値。大学への進学率は，過年度高卒者等を含む。進学率は文部科学省「学校基本調査」，平均初婚年齢および母の出生時平均年齢は，厚生労働省「人口動態統計」，平均寿命は厚生労働省「簡易生命表」の平均余命による。

2 | これからの社会と私たちの人生

● **社会の変化** 2023年の日本人の平均寿命は，女性87.14歳，男性81.09歳で，日本は世界でも有数の長寿国である。こんにち，「人生100年時代」といわれるようになり，雇用のあり方や社会保障などの施策に関して，社会経済システムの大きな転換期を迎えているといえるだろう (E)。

● **人生を設計するために考えること** これからの長い人生を自分らしく生きるために，今考えておく必要があることをあげてみよう。まず，自分の**適性**を知ることは重要だ。自分の適性をいかした進路を選択し，力を発揮できるようでありたい。

また，生きていくために，さまざまな場面で**金銭**が必要となる。
 →★経済 p.222
 経済設計を考慮しておくことも重要である。将来，子どもを持った場合，成長に伴い，学校に通うにも大きな金額がかかる。未来の生活を考えるにあたり，自分にとって大切な人々とどのような生活を営むのか，その生活にはどのくらいの**金銭**が必要となるのか，高齢期まで見通して，どのような場面で**金銭**が必要となるのか，調べてみよう。



AIと共存する生活

こんにち，これから先の社会の変化を予測して，さまざまなことがいわれている。2037年には3人に1人が65歳以上の高齢者という時代となると推定されている。③ 少子化の進展に伴い労働力となる世代の人口が減少するなかで，AI(人工知能)の進化が著しく，ロボットが人にとって代わるようになり，さまざまな分野でその活用が検討されている。従来は人間がやっていた仕事が，AIがやる仕事になるかもしれない。このような未来の社会を想定し，人間にしかできないことにはどのようなことがあるのか，考えてみよう。

コンビニエンスストアのバックヤードにおける飲料補充ロボット



② **適性** あることさらに適した性質を持っていることを，適性があるという。

③ 国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和5年推計)」(出生中位・死亡中位)による



- 今，そしてこれからの自分に必要不可欠な生活資源が何かを理解できた。知
- なりたい自分になるために，社会情勢の把握や経済設計をはかることの重要性を知り，将来の人生をデザインしてみた。能