

授業実践例紹介②

「福祉調理」に関する授業実践 ～不自由さを受容し生活の自立をするために～

筑波大学附属坂戸高等学校教諭 後藤 卷子

1. はじめに

本校は、平成6年に職業学科から総合科学科へ改編した高校です。専門的学習とともに、進学志向ニーズの高まりによる学問や研究の魅力を感じられるよう、工夫ある授業内容が行われるようになりました。平成16年筑波大学の福祉科単位認定に基づき、本校に福祉科が設置されました。開設に先駆け、研修活動の一つとして行った、東武デパートの『ハンディキャップ体験セミナー』（注①）に、家庭科教員の私も参加しました。この時の経験が本授業の計画の元となりました。

2. 障害体験から生活体験へ

昨今、一般の学校でも福祉障害体験を行う機会は増えました。本校でも1年次『産業社会と人間』（注②）や、後の選択科目『福祉実習』等で実施しています。『産業社会と人間』では、他者を知る学びの一つとして、大学附属の特別支援学校との交流会がクラス単位で計画されています。他校生との交流に必要な援助や、互いが楽しめる企画を立案することなどを通して、生徒に数多くのことを学ばせています。また、障害を知ることの学びとして、坂戸市社会福祉協議会の支援を受け、障害を持ってもしっかり生きていらっしゃる方々の講演や「障害体験」実習なども実施しています。

しかし、一般にブラインドウォークや車椅子などでの体験の多くは、石ころひとつ落ちていない平らな廊下を歩いたり広い階段を昇降するだけで実施時間も短く、“怖さ体験”で終わってしまいます。ある生徒が車椅子でふざけて遊び始めたことがありました。車椅子を歩行的補いと捉えられず、座ったまま楽に移動できる椅子としか認識できずに終わる体験慣れについて、私は疑問視するようになりました。

担当学年でかつて行った特別支援学校との交流会

でのことですが、両校の生徒が互いに自己紹介や将来の夢を語り合ったことがあります。照れながらも真面目に将来の夢を語りましたが、両校生の違いがはっきりと感じとれました。彼らは同年齢ですから同じ年に生まれました。一方の生徒は16年の月日を健常の生活をし、一方の生徒は16年間を車椅子を頼りに過ごしてきました（車椅子以外の生徒ももちろんいますが）。ではこれからの人生はどうでしょう。若い彼らの夢、一方の進路は限りなく広く、一方では否応なしに進路の幅が狭められ具体的でした。描く夢の幅の違いを悟った瞬間でした。車椅子が彼らにとっては生活や進路の幅を広げる補助具であり、補助具があるお陰で彼らは自分らと同じ夢が描けるのだということを、本校生に感じとってほしいと思いました。

3. ハンディキャップ体験セミナーの教えから

東武デパート『ハンディキャップ体験セミナー』では、一つの約束事がありました。「今日、この体験のままで一日を過ごして下さい。デパート内の店員にはセミナーの開催日を告げていません。セミナー参加者としてでなく、実際の障害を持った方として買い物をし、食事をし、トイレにもこのまま行ってください」という内容でした。私は車椅子に乗って1日を過ごしましたが、食事ではブラインド体験も行ってみました。クロックポジションの方法もこの時に教えてもらい、目からウロコの体験ができました。このように、食事一つがどれだけ大変なことなのか、日常生活にどれだけのハンディがあるのかを体験し、これからの生活をどうしようか、と心から思いました。障害ある人が空腹を満たすだけの味気ない食事の良いのか、社会と隔たった生活で良いのか、さまざまな葛藤が生まれました。そして、生徒の心の内側にも自発的に葛藤が生まれるような体験を与えることをねらいとし、障害体験を意味の

ある生活体験に発展させる授業を作成しました。

4. 「福祉調理」授業の方法

(1) 授業のねらい（実習の事前授業）

「福祉調理」は調理実習をメインとして実施してはいますが、単に調理技術を学ぶということではありません。この授業の中では障害を“不自由”と呼び変えました。加齢による不自由なら誰にでもやってくる不自由です。四肢の障害だけを不自由と叫ばないよう、生活習慣病なども不自由に含めました。不自由があるから、毎日の食事はレトルトや市販の弁当で済ますしかない、ということがあってはならないと思います。調理に危険が伴うという理由なら市販弁当であっても良いですが、毎日の食事は、味覚を鍛え風味を楽しみ、栄養バランスを考え、新鮮な食材から調理した心から美味しい食事をとってほしいと願います。食事とは毎日3回も繰り返される“生活の出来事”だからです。

障害体験モードで、平坦な廊下だけを歩く安易な体験実習に留めず、生活を体験させて将来のことまでも真剣に学ばせたいと思います。そのため、『ハンディキャップ体験セミナー』での約束事をこの実習にも取り入れました。調理実習のための集合場所は3階の調理実習室ではなく、2階の福祉実習室とし、装具を装着してから（車椅子なら乗ってから、アイマスクもシニア体験具も身につけてから）、その状態のまま3階の調理実習室まで上がって来なさいと伝えます。調理し、食べ、洗い、片付け、2階の福祉実習室へ帰るまで、その間、1回でも装具を外してはならない、と約束させます。途中トイレへ行きたくになったら、そのまま行ってきなさい、と話します。

なぜなら、障害（不自由）は嫌になったからといって元に戻せるものではないからです。一生涯続く不自由を受け入れることから始まります（受け入れることに年月を費やすこともあるのです）。受け入れた上で、毎日の衣食住の生活を自分の力で何とかしていかなくてはならない、という覚悟が求められます。

障害があるからといって、社会と隔たって生きていくわけにはいかないのです。常に親兄弟に守られて一生を過ごすことはできないのです。それに、時には一人になりたいこともあるでしょう。私はボランティア活動への参加も積極的に勧めています。障

害ある本人への援助のみでなく、その家族を休息させるという手助けの意味を含むと思うからです。

不自由であっても、人に何かをしてもらうことを待っているばかりではいけません。自分から要望を伝えて行かなくては、社会は変えられないのです。このようにさまざまな現実を投げかけます。このようなノーマライゼーションの考え方について、生徒は1年次『産業社会と人間』の外部講師の講演等で既に学んでいますが、健常の人と不自由な人がお互いに意見を出し合うことが必要であることを実感してもらい、実現をめざして欲しいと願い、再度話題に含めています。

(2) 授業の構成

2時間×3回（計6時間）で構成しました。

【第1回目の授業（講義）の流れ】

テーマ：「福祉調理」授業の意義と約束事

①目的について

障害生活体験の意義を説明し、障害＝不自由として生活体験実習を行うことをしっかり理解させます。

②不自由の種類決め

2人班で別々の不自由を持った家族と想定させます。装具の示す意味とつけ方の注意を指導しておきます。

装具の種類は、「アイマスク」「車椅子」「シニア体験グッズ（白内障グラス、肘膝サポータ式重り、杖）」「関節痛を想定したテーピング」「難聴を想定した耳栓（脱脂綿を詰める）」です。

③約束事の伝達

今回の集合場所と各自の動きを確認させることと、装具は途中絶対にはずさないことを約束として確認させます。

◆授業の様子

「福祉調理」の目的をしっかり理解させることで、生徒は大変真剣に取り組みます。実習はペアで行い、その家族構成やライフステージなどを想定させ、生活のイメージを作らせると良いです。

体験する不自由の種類（装具の種類）は、立候補かくじ引きで決めていきます。装具の数に限りがあることと、不自由の違いによって生活の仕方が異なることを学ばせたいためです。ブラインド体験の立候補はあまり見られません。その場合、かつて在校生の母親が全盲ながら食事も3年間の弁当も毎日

作ってくれ、誰よりも明朗活発であった生徒に私自身心を揺り動かされた経験を話します。安全さをしっかりアピールした上で勧めると、ねらいを理解した生徒は積極的に分担を受けとめることができるようになります。また、食中心に学んだ生徒なら必ずできる自信も少なからず生まれます。

感想文の量の多さに驚く生徒がありますが、経験してみたら伝えたいことの材料があふれるようになるので心配ないと伝えます。

【第2回目の授業（調理実習）の流れ】

テーマ：「障害生活体験」調理実習

①集合・装着

2階教室へ集合、各自の装具を身につけたら、各自で工夫して3階の調理実習室へ移動を開始させます。エレベーターも使用可能としますが、事前に乗降の注意を説明しません。

②調理示範

完成品がわかっていると意思疎通させやすいために行います。障害体験のまま視聴させます。

[メニュー]（配膳図もかねて表示しました）	
青菜のお浸し	豚肉と玉葱の生姜焼き
ゼリー又はヨーグルト	リンゴ
白飯	油揚げと長葱の味噌汁

味噌汁のだしは、鯉節などの粉碎入りパックを使用します。生姜焼きは豚肉と玉葱を炒めて麺つゆで調味し、最後に生姜を摺って加えます。お浸しの調味も麺つゆです。ゼリーは年配者のパックの開け難さを体験させるため加えました。

③調理実習（生活体験）

家族の日常の食生活を想定させ、食事・片付けまで装着したまま行わせます。

④装具を外す

2階に移動させ、装具を外させ、これで実習が完

了します。実習体験後のまとめ部分を各自プリント記入（宿題）させておきます。

◆授業の様子

装具を身につけることに時間をとってしまう傾向があるので、第1回目の授業時につけ方や乗り方を理由とともに説明しておく必要があります。最後の道具のしまい方まで指導しておきます。当日も、事前事後の指導にも向かう必要があります。

示範は、見えない聞こえない中でも生徒同士が互いに工夫して示範の様子を伝え合うよう、誘導しながら展開していきます。合間に、エレベーター乗降、階段や狭い出入口、敷居などをどのように移動してきたか、互いの苦労を共有できるように話題とし、指導を加えるようにします。また、教員自ら目をつむってリンゴの皮むきをしてみせるなど、挑戦させる勇気を引き出すようにします。

実習中は怪我をすることがないように目を配ります。多少の器具破損や調理台への傷など想定し、事前に注意しておくことで予防します。しかし余程の危険な場面でなければ、教員から口出しはせず、大変そうな状況を発見しても「大変だね」と共感のみに止め、手伝ったり、先回りして机を移動してあげたりすることをしないようにします。周りの生徒が気がついて移動してあげることや、本人が移動させてほしいことを自発的に依頼するなど、自然発生するのを待つようにします。意外な展開にはカメラを向け記録し、あとの授業時の課題発見の題材にします。

アイマスクの生徒は移動だけでも大変な苦勞です。途中でこっそりアイマスクを外して、チラ見をしたがります。そこで、「途中1回でも外したらそれまでの苦勞が水の泡となってしまいます。頑張りましょう」と励まし、2階の部屋に帰るまで装具をつけたまま頑張らせませす。アイマスクでの調理に対



しては、誰もが包丁でのアクシデントを心配しますが、食を中心に学んだ生徒はその扱いに全く危なげがありません。それよりも予想に反しコンロでの加熱に苦戦します。

意外にもシニア体験の生徒が疲労感一杯にその苦労を実感します。まず白内障グラスで、レシピも炊飯器の文字も肉の加熱変色も見えません。ゼリーのシールが剥がせない、隣の人の声も炒める音も聞きづらい、その上足や腕がだるいのでクタクタになるのです。そして加齢による不自由は誰にでも必ず訪れる不自由であることを思い知るのです。

車椅子の生徒は、高いところも低いところも届かないので、途中食器戸棚の前で固まっています。しかし運転のコツをつかみ出すとやがて色々な工夫をし始めます。感覚機能を塞がれていないことは強みのようで、車椅子の生徒が実習中は最も頼りにされます。障害（不自由）を持つ同士の家族設定なので、自分も大変ですが、もっと大変な家族へ支援する必要も生じます。具体的に言えば、自分は車椅子で大変不便だが、アイマスクをしている人を助けながら調理しなくてはならない、ということです。

食事の段階になったら、役割外でもブラインド体験で食事をする生徒を増やすよう呼びかけ、クロックポジションを解説します。やっとありつけた食事なのですが、見えないと美味しさ感が伝わってきません。茶碗に残っている飯の量さえわかりません。こぼさず食べることだけではない苦労を実感します。

片づけの頃には多くの生徒に疲労が見え始め装具を外しがちになるので、もう少しだから最後まで頑張るよう促す注意も必要になってきます。

【第3回目の授業（グループ討論）の流れ】

テーマ：生活体験内容の共有とノーマライゼーション実現に向けて

①グループ分け

不自由の種類が異なる体験者で5～6人班を作ります。グループごとに司会者を決めさせます。

②振り返りグループ討論

グループごとに司会生徒のリードで行い、討論内容は各自のプリントに書き取らせながら進めます。まず、各自の生活体験実習の感想を順に紹介させます。次に、食生活実習の中で困ったと思ったこととその対策を考え、述べさせていきます。

◆授業の様子

自らが体験し苦労した部分を述べるチャンスであ

るので、生徒は積極的に体験談を話し活発な討論が行われます。不自由な生活者の心情が語られます。異なる障害体験者でグループが作られているので、思いもよらない不便さを友達の口から聞かされ驚きます。不自由の種類によって生じる調理実習台の不備や社会環境のことをさまざまに述べ合い、使いやすいキッチンシステムなどのアイデアも出されていきます。アイマスクでのリンゴの皮むきは難しくないと言っているのは、食を中心に学んだ生徒の特徴です。福祉を中心に学んだ生徒は、介護ボランティア体験の視点からの感想が多くなるようです。

最後に感想文課題について説明し、なぜたくさん書く必要があるのかを理解させます。

【課題（感想文）について】

生活体験の感想文を書かせます。文字数は限定しませんが、長文を書けるような用紙を与えます。たくさん書くことでやっと本音が出てきます。少ないと、きれいな事を述べて終わる傾向があるからです。前向きな生きる力を引き出すために、生活上の葛藤を述べてもらうことをねらいとします。

5. 授業の成果と今後の課題

授業は、食物を中心に学んだ生徒と福祉を中心に学んだ生徒、ともに3年生を対象に実施しました。感想文には、それまでに経験したことのある障害体験とは全く異なるといい、「生活体験」の充実感を述べています。共通するのは、障害（不自由）を受け入れること、不自由は一生続く、という体験実習の考え方の部分に共感した感想が多いことです。「福祉調理」を実施するねらいとなっている「不自由を受け入れ、自分の力で将来を見据えて生活を自立する」とこと、「ノーマライゼーションの実現」への理解は、不完全ではありますが、障害体験モードの時をはるかに越えた感動を引き出しているように思います。

ただ残念なことですが、食を中心に学んだ生徒では食の技術を中心とした感想が中心になりがちで、福祉の根本的な考え方に則った感想に結びつけることができません。福祉を中心に学んだ生徒に実施した授業の感想文には、それまでの知識や介護実習、ボランティア経験を経ての視点に「福祉調理」障害生活体験から得られた実感が加わり、福祉環境整備への考え方に深みが与えられることがわかりました。そういった意味でこの授業は福祉を学ぶ生徒に、よ

り意義のある体験になるといえます。

しかし、福祉を中心に学んでいる生徒も始めは、食は福祉には関係性のない分野であり、ミキサー食の存在を安易に述べることがあります。食べものは、自分で嚙んで飲み込んで味わい、生活の楽しみとしたい事柄です。私が介護を受けることになったら、美味しさ、食事の楽しさ、食材と栄養と病気の関連などを少しでも学んでいる人から食事介護を受けたいものだと思います。ですから福祉にたずさわる人、福祉を勉強している生徒を対象に「福祉調理」の授業を行いたいと希望しています。

また調理実習では、不自由なところをもっと区別して授業を行った方が（肢体不自由、視覚、聴覚などに分けて個々の障害で1授業に）生徒の理解、生徒間での共有ももっと進むのではないかとは思いますが、実習後にグループ討論を取り入れ不自由体験の共有をさせることで不足を補っています。討論時、生徒は生き生きとしています。自らが体験した内容であり、日頃の調理実習とは状況が大きく異なるため、それを一生懸命相手に伝えようと積極的です。伝えたいことがあるということは言語表現活動における基本だと思います。この授業は新学習指導要領における課題解決のための思考や表現力、言語活動を充実することに対しても意味を持つと感じています。

6. さいごに

「福祉調理」の授業では、高校生へ伝えたいメッセージはたくさんあります。食べることは、生きること、生活することの基本ですが、生きることへの前向きな姿勢づくりのためにも、よりおいしい食事を味わうことでQOLを高めていくことを積極的に肯定してほしいと思います。

主な参考文献

「障害理解」 徳田克己・水野智美 編著

「おひとりさまの老後」 上野千鶴子

注①『ハンディキャップセミナー』

東武百貨店では、1995年から筑波大学の徳田克己教授の指導のもと、全社員を対象に障害を疑似体験するセミナーを実施しています。障害のある人に必要なサービスを知るために、自らが体験して、自らが考えようというものです。

注②『産業社会と人間』

自己を見つめ他者を知り自己を理解する、働くことを知る、社会を知る、をテーマとしてさまざまなメニュー構成されているキャリア教育のための科目です。

実教出版発行

DVD映像セレクション

家庭基礎・家庭総合

DVD全セット3巻（各巻約60分）

3巻セット価格 47,250円

各巻価格 15,750円（税込）

- ◎幅広い家庭科の学習内容において、「映像」という媒体を通して学習効果を高めていただけるよう、編修しました。
- ◎高校生に身近に感じてもらえるよう、地域や外国の事例、出演者の生の声などをNHKの豊富な映像から取り入れました。
- ◎1項目4～5分程度としました。授業の導入やまとめ、学習のテーマの確認用にご利用できます。

第1巻「人とかかわって生きる」（18項目）

第2巻「生活をつくる」（15項目）

第3巻「消費者として生きる／キャリアプラン」（13項目）

- 対応教科書 043 新家庭基礎／044 新家庭基礎21／034 新家庭総合／035 新家庭総合21

定価 210円（本体200円）

2012年2月10日印刷

2012年2月15日発行

◎編修・発行  実教出版株式会社 代表者 戸塚雄武

発行所 〒102-8377 東京都千代田区五番町5

TEL. 03-3238-7777 <http://www.jikkyo.co.jp/>