



# 村上桜ヶ丘高校 生活福祉系列だより



2020(令和2)年6月29日

生活福祉系列2年生の授業で“ちまき”を作りました。

コピー用紙と毛糸を使って何度も包み方、縛り方を練習したにもかかわらず、いざ本番の笹の葉ともち米でやってみてみると・・・

お米がこぼれてしまったり、紐にする“スゲ”が切れたりとみんな悪戦苦闘。

でも、うまくできました。(仕上げにゆでたのは先生です。が、後片付けの鍋洗いもまたひと手間…)

村上桜ヶ丘高校の生活福祉系列では、地域の文化を大切にしたい学びもしていきます。

ちまき一つですが、高齢者の方と関わる時に話のきっかけになったり、子どもたちと何か作るときのアイテムの一つになったりと様々な活動に発展的に使えるものです。





# 村上桜ヶ丘高校 生活福祉系列だより



2020(令和2)年8月31日

生活福祉系列2年生の授業「介護福祉基礎」で“杖歩行の介助”を実施しました。

2年生の介護福祉基礎の授業では、ベッドメイキングの実技試験を終え、現在“移動”の介護を勉強中です。8月28日(金)には、杖歩行の介助の実技を実施しました。

この日、村上も猛暑日に届くかどうかという日。ちなみにとりりの胎内市は県内ニュースの気温の高かった場所に登場します。

いつも実技をしている部屋はエアコンもなく、ここ数日の暑さで校舎もすっかり蓄熱し、暑さがなかなかの場所。どうするか考えた結果、座学で使用しているエアコンのある部屋でやろうとい

うことで、教室等のある建物へ。こっちの方がたとえ廊下で実技をしたとしても、少し涼しい。

さて、杖歩行の介助は、どちらかというと直接支える場面が少ない。でも、いつも以上に要介護者とコミュニケーションを取り、相手のことを考えながら介助しないとうまくいかないものなのです。

要介護者の歩くペースに合わせてながら、次の動かす部分の声をかけて。簡単そうに見えますが、結構難しいです。

杖にもいろいろな種類があり、要介護者の状態に合わせて選ぶことも少し勉強しました。



←実はこの介助、間違っています。階段の下りは、患側(麻痺のある方)の1歩程度前で介助しますが、杖を持っている=健側で介助しています。

でも、初めて学ぶ人には、たくさんのポイントはすぐには理解できないですね。失敗を重ねて、気づいて、そして自分の身に付けていく。これから2年生は、この繰り返りで、様々なことを学んでいきます。

こちらは正しい方法で介助しています→





## 食物調理技術検定に向け、調理実習頑張っています！

生活福祉系列は夏休み明けからこの時期、家庭科の技術検定が目白押しです。食物調理・保育技術両方が一気に来ます。でも日頃の学習の成果を形にする絶好の機会です。しっかり取り組んでほしいです。

さて今回は、フードデザインの授業から、いよいよ検定に向けての本格的に始まった調理実習の様子を見てみようと思います。

### 【だし巻き卵と味噌汁】



まずは先生のデモンストレーションを見て、しっかりやり方を確認します。

今回みそ汁は出汁からとっていきます。1品作ってまた1品つくるのではなく、うまく手順を考えながら、2品同時に作ります。

さて、だし巻き卵ですが、なかなか上手にまくことができません。

作品を御覧ください。決して“海苔”を巻いているものではありません。ただの“焦げ”です。生徒も「こういうデザインです！」

と半分冗談で言いますが・・・いやダメです。きれいに巻けるように、何度も練習しましょう。



初めは、きれいに巻けません。焦げも出ます。得意不得意もあるでしょうが、まず練習です。先生だって、見本を見せるのに何回か練習して、御家族に「また出汁巻卵？」と言われたとか。

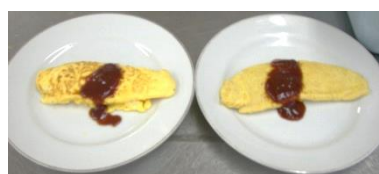
### 【オムレット】

今回はオムレットです。うまく半月型にできるかな？いろいろ試行錯誤の結果、ゴムベラを使うとうまくいくということになり、やってみました。外側がしっかり焼けて、中はふわっと半熟に。ソースも作りました。



「文字書いても、ハートとか描いてもいいよ」と最後に遊び心を入れてみましたが・・・誰もしない。

やってみて、意外と半熟が難しいことが判明。レストランで出てくるあの真ん中を切るとトロっと流れるように出てくるオムレットは作れるのか？生徒の挑戦が続きます。



## 【スパゲティミートソースとジュリエンヌ】

ジュリエンヌの意味は何？お洒落な名前ですが要は千切野菜のコンソメスープです。千切して煮るだけなので超簡単、と、あなどってははいけません。問題は”千切り“です。千切りだと言っているのになぜ”短冊切り“”拍子木切り“にするのかな？”細切り“の人もいたな。これも練習するしかないな～。まずは切り方の違い



をしっかりと理解したいですね。

家で食べる分にはまあ多少の切り方の間違いは許されるかもしれないけれど、検定となればそうはいかない。他人に食べていただく料理を作るのだから、見た目も大事。そして切り方は調理時間や味にも影響する。

スマホを持つ手を包丁に変えて、ただひたすら練習あるのみ！



ミートソースも缶詰やレトルトパウチではありません。作ります。煮詰めていきますが、「先生どれくらいにすればいいの？」いや、ミートソース食べたことないの？

さて、できたら試食です。

みなさん意外と？うまくできたようで、満足気でした。チーズをかけるか、粉パセリがいるのいらないので結構楽しそうです。

ミートソースが残るとか、うまく食べられないとか、スプーンとフォークをうまく使ってください。スープは音を立てずに飲めましたか？



道具のせいとか、材料のせいとか言っていられないから、上達の道はただ一つ、“練習”です。

全員が受かりますように。

いよいよ時間をはかって、本番想定での練習が始まります。



## 校内で車いす実習を行いました。

生活福祉系列2年生が、10月9日(金)校内で車いすの実習を行いました。



簡単そうで、実は奥深い車いすの介助。

校内で実際にやってみました。

これは、前輪をあげて恐怖体験をしているのではなく、砂利道や不整地の想定で、実習しています。

実際校舎内のちょっと廊下が傷んでいる場所を使っています。普段の生活では特に感じませんが、車いすで床が傷んだ場所を通ると思わぬ振動が…。

そして、キャスターをあげたままで大変なのは？

それがそうでもないんです。片手が離せるような位置があります。バランスがとれている位置。ここにすると、安定し、力もいらぬ状態になります。



自走(自操)もしてみました。

今回は校内なので、そんなに疲れなかったかな？でも、角で方向転換ができない人がたくさんいました。大車輪をうまくコントロールできれば、自由自在に曲がれるのですが…。なかなかうまくいかないみなさんを見て、授業担当者は「あっ、苦戦してますね(笑)」と思っていました。

校内には、いい感じの坂道(スロープ)があり、そこにも行ってみました。介助してみたり、自走してみたり。「これくらいなら自力(自走)で行ける」と言っていた人が途中で「上がれない…」とか、スロープの先に段差がある場所なのですが、「行けるかやってみたい」というので、やってみたら「おっ、行けた」。

でも、ゲームではないので、行けたとしてもどんな注意が必要かとか、力が弱くなっていたら、坂の途中で止まったら(段差もあるので)どうなるかなど考えてみました。



実技は、ただ方法を覚えるだけでなく、むしろどうしたら安全に楽に介助できるか、考えます。ちなみに今年度はできないですが、例年、桜の咲くこ

ろ、校舎周辺に出かけます。これがまた色々学びがあって面白いです。





# 家庭科食物調理技術検定 3級が終わりました

前回の報告から、だいぶ時間が経ってしまいました。

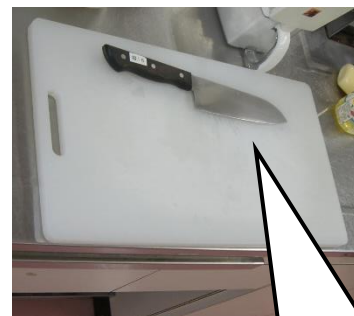
生活福祉系列の2年生は、11月まで、3回授業時間に練習し、検定本番に臨みました。

緊張感が今までとは違う調理室。検定ですから当然ですが、先生の表情も検定モードです。正直、様子を見に来た私もドキドキです。今までの練習中、



わかりにくいですが  
モクモクしています

結構みなさんあつつ!!! ということをやらかしてますからね。フライパンを温めすぎて煙が出ているし、サラダの大きすぎ、バラバラ、茹ですぎもありました。あっ、そういえば、焦げもあったし、外側が焦げているのに中は生というものもありました。食物検定あるあるです。生の料理を出される。試食するのがちょっと怖いです。



包丁は刃を自分に向けて  
置いてはいけません!!  
怖くないかね~

でも、検定の様子はどうかというと、今までで一番動きがいいのでは? という感じ。

結果できた作品は? 審査結果は・・・全員合格でした。



生徒に聞いたところ、「今週、1日おきにムニエルだった」「昨日も5枚焼いた」

「サラダもけっこう食べた」などのコメント。検定までの練習では、かなり心配な人いましたからね。正直、合格できるか不安な人結構いました。自分でも皆さん自身も不安だったのですね。そして「不安解消には



“練習しかない”という言葉信じて、練習したのですね。

一生懸命何かに取り組むことは、必ず自分の力になります。なかなか生活福祉系列は形として現れにくいのですが、検定は一つの結果を表す手段です。たぶん、検定がなければ自分で調理の練習をすることはなかったのではないのでしょうか?

時間がかかるところがある皆さんですが、頑張る気持ちを大事にしていきたいと思っています。



## 恵方巻をつくりました

生活福祉系列は検定も終わり、次年度検定に向け準備を始めました。食物調理技術検定も保育技術検定も今年度挑戦した級から1つ上に行くのと相当内容も難しくなってきます。

さて、1月29日(金)のフードデザインの授業では“恵方巻”をつくりました。今年の節分は2月2日。3日でなくなるのは、1984年2月4日以来37年ぶり。2日になるのは1897年2月2日以来、124年ぶりの珍しい年。そんな時に作る恵方巻。買って食べるだけでなく、自分で作って食べるのもできると面白いですね。



まずは先生の作り方指導から。実はしばらく恵方巻というか太巻きを調理実習でしていなかったとのこと。でもさすがそこは家庭科の先生。サクッとできてしまうのがやっぱりプロですね。

次にグループごとに作成開始。卵焼きはつくります。次年度弁当づくりの課題にもよく使う出し巻。前の時間に練習したから大丈夫？いや大丈夫ではないような。

そして、今日はお米を炊きます。品種は有名な“新之助”。本校の米は好評で売ってしまったので、別な場所から仕入れました。

今回、調理実習の様子を見ていて「あ～時代なんだな～」と思ったのがこの炊飯です。



生徒に聞いてみるとお米を炊いたことはある。が、学校にある道具でできるかというところ？？？？。

まず、ガス釜でない。電気の炊飯ジャーでしかやったことがない。確かにそうかも・・・。

まずはお米を研ぎます。水を何度か捨てて・・・って米粒と一緒に流さない！！

水の量を確認して、火をつけます。つけ方を教えてもらって、さて自分たちでやりましょう。と思ったら、火がつかない。なぜか？それは元栓を開けていないから。元栓を開けようとして、回らない(捻れない)。なぜか？押しながら回していないから。



確かに触れたことがないとわからないだろうか？と思いながら、でも災害等の時は電気が使えないから、ガスの扱いができることは大事なのでぜひ覚えましょう。

片づける時にも面白いことがおきます。炊飯器の内蓋があるのですがそれを洗わない。洗って！と指示すると、外し方がわからない。はずして洗って拭いて、はめてくれたのはいいけれど、裏返し。これも、内蓋がはずせないタイプの炊飯器もあるので、それしか知らないと確かにできないかもですね。

ご飯が炊けたら、酢飯をつくって巻いていきます。酢飯づくりは2人で協力して作ります。

ご飯は切るようにして、すし酢を混ぜていきます。うちわの使い方がグループごとに違ってこれもまた面白いです。



最後に巻いていきます。今回は、レタス・きゅうり・卵焼き・ツナ・かにかまを具材として用意しま



した。最近はいろいろなものを巻いていますね。ここはぜひ工夫しましょう。といっても、食材が無駄になるような、闇鍋のような太巻きはNGです。

巻くときは、具材を少し抑えながら巻いていきます。具材が多いとなかなか難しいようです。はみ出してみたり、具材がバラバラになってみたり。

今回、できた作品を写真におさめるのを忘れてしまい、皆さんの成果をお知らせできないのが残念

です。

でも、そんなに大きな失敗はなかったのかなという感じです。

このあと生徒たちは、家に帰って作ったのでしょうか？

ちなみに今年の恵方は”南南東”でした。

今では当たり前のようにになっている恵方巻ですが、以前はこんなに全国的なものではなかったのです。某コンビニかスーパーの販促で全国に広まったらしいのですが、もともとは西日本での文化だったとのこと。

食文化って、地域によって違います。これを研究するのも面白いですね？同じ県内でも違いがありますし、時代の変化もあります。

例えば、新潟と言えば”のっぺ”が郷土料理と紹介されますが、のっぺを食べない地域もあるし、多分具材も味も違うのでしょうか。

こんな文化の違いも研究してもいいですね。昔からのものが完全に消えてなくなる前に・・・





生徒のプライバシー保護の観点から、一部写真の加工をさせていただいたり、写真が少ない状況ですが、ご了承ください。

また、使用している写真は掲載の許可をいただいたものを使用しています。

## 特集：村上特別支援学校との交流

生活福祉系列は11月と1月に村上特別支援学校との交流を実施しています。

11月は特別支援学校にお邪魔して年賀状作成をします。1月は特別支援学校の生徒に本校に来ていただいて、ベッドメイキングの授業を一緒にします。

以前から、本校と村上特別支援学校は交流がありましたが、それは農業森林系列が中心でした。2年前に声をかけていただき、年賀状作成と介護の合同授業をさせていただき今回で3回目です。

新型コロナウイルスの影響で様々な行事が中止される中、幸い学校所在地域で感染が拡大していないこと、普段から健康観察を行い、感染の兆候がないことがわかっている集団同士の関りであり、感染リスクが極めて低い交流であることから、例年通りの実施にこぎつけました。もちろん、感染予防のマスク着用や手指消毒、手洗いはしっかり行い、本校生徒は実施日前後約2週間の検温を各自で実施した上での実施です。

### ①まずは事前学習。特別支援学校と生徒の様子を知ろう！

#### そして準備をしよう！

11月4日(水)5・6限に、村上特別支援学校の先生にお越しいただき、特別支援学校の説明をしていただきました。学校の様子、どのような生徒が通う学校かなど、まずは特別支援学校の理解からスタートです。

その後、今年度交流させていただく生徒のプロフィールを見ながら、どんな年賀状を作るか、その時にどのような準備をしておけばいいかなどを生徒が考えます。わからないところは、特別支援学校の先生に聞き、短い時間で1枚の年賀状を作る準備をします。



本校と特別支援学校の校時の違いにより、交流できる時間が約1時間と限られています。その中であいさつ・自己紹介をしたり、写真撮影をしたり、実際作成にかけられる時間は少ないのです。

なので、事前に準備をしていきます。年賀状の文字やイラスト、特別支援学校の生徒が好みの絵など、



いただいた情報をもとに、準備をします。今年は保育技術検定の様子から、絵を描くことが全体的に苦手らしいということでした。授業のイラストも棒人間しか描けない私が言うのもなんですが、確かに生徒の作品を見てみると…。まあそれはそれとして、持って行くアイテムは、印刷物禁止、写してもいいが手描きという原則で準備をします。

## ②年賀状作成の交流会

さて、今年度は11月11日に高等部、18日に中学部との交流です。

はじめは緊張して、話すこともままならない状況かと思いきや、そこは地域性でしょうか？ご近所だったり、小中学で同じ学校だったり、生徒同士知り合いもいるようです。特別支援学校の先生方の中にも本校生徒の担任だったり、部活の顧問だったりした先生がいらっしゃるなど、世の中狭いものですね。



この交流会では、特別支援学校にある材料も使って、1枚の年賀状を仕上げます。準備してきたアイテムは有効活用できたり、思った反応と違ったり。でも、本校生徒も特別支援学校の生徒にも笑顔が見られます。この交流はまずは“楽しく”なので、笑顔が見られるのが一番です。

あとで特別支援学校の先生から聞いた話ですが、最初に記載したとおり、今年度行事など軒並み中止ばかりで、特別支援学校の生徒は本当に楽しみにしていたとのことでした。

本校生徒は、特別支援学校の生徒にどのように作りたいか、声をかけながら、“作ってあげる”ではなく、“一緒に作成する”ということを大切にしながら、取り組みました。

特別支援学校の生徒の皆さんも喜んでくれたようです。



### ③ベッドメイキングの合同授業



1 回目は、本校生徒はベッド上に要介護者が臥床したまま（寝たまま）のシーツ交換を行いました。この内容は特別支援学校では学習していないことなので、方法やポイントを解説しながら実施しました。

本校生徒は、どうすればわかりやすく伝えられるかを工夫しながら、一生懸命説明し、介護者役は間違えてはいけないというプレッシャーに押しつぶされそうになりながら、でも楽しそうに実施していました。特別支援学校の生徒も、今までとは違う方法に興味深々だったようです。



伝えなければならない。特別支援学校の生徒にしてみれば、いつもと違う場所で要するに“テスト”を受ける。どちらも緊張が見られます。

特別支援学校の生徒はもうすぐ本番の検定試験ということもあり、かなり練習しているのか、着実にベッドメイキングをしています。チェックする本校生徒も、真剣に見ています。両方とも真剣勝負。制限時間が来て、終わるとどちらもほっとして表情を見せていました。でもまだ終わりで

本校生活福祉系列では、教科「福祉」の中の「介護福祉基礎」の中で、ベッドメイキングをします。村上特別支援学校でも、ジョブ班の生徒の一部がベッドメイキングを学んでいます。この学びをお互い披露し、共通点から学び合おうということで、1月に村上特別支援学校の生徒から本校に来ていただき、お互いの学びを共有しました。



2 回目は特別支援学校のベッドメイキングの方法を特別支援学校の先生から教えていただいた後、チェックポイントの票をもとに、本校生徒が特別支援学校の生徒が実施するところをチェックすることをしました。いつもは自分が評価される立場の生徒たちが、他人のベッドメイキングを評価する。ただ○×△つけるだけでなく、どこがどうなって×なのか、もっとこうするといいとか、しっかり





はなので、チェックリストを見ながら、アドバイスをしたり、なぜそうしたのかを聞いて納得したりなど、交流する姿が見られました。

楽しいだけの交流でなく、“共同学習”という形で、ともに学ぶという要素を取り入れた交流ができたと思います。

特別支援学校との交流は他校でも実施していると思います。最初にも書きましたが、本校も生活福祉系列だけでなく、農業森林系列の生徒も花植などで交流しています。

時間の制約、内容の制約がある中での交流です。これくらいはどこでもしているという話を聞くことができますが、どこでもしているかもしれないけれど、している価値はあると思います。

また、内容をもっと充実させて深いものにしたいというところもあります。もちろん、より良い形で進展させることは生徒たちにとって非常に有益になります。でも、内容があまり変わり映えしなかったとしても、続いていくことも大切だと思います。生徒たちは毎年、主旨を理解し、真剣に一生懸命取り組んでくれています。担当者としても嬉しいですし、感謝しています。

今後も、新しい生活様式を意識しつつ、続けていきたいと考えています。

「大切にしたい、地域にある学校の価値。地域でつながる大切さ。」

※特別支援学校との交流会は材料費や移動費用など、村上市共同募金会からの助成金を利用しています。今年度中止になりましたが、障害者支援施設での1日体験実習でも助成金を使用させていただいています。

# 赤い羽根共同募金



※特別支援学校のホームページにも一部本校との交流会の様子が紹介されています。

村上特別支援学校

で検索