

第66回全国高等学校家庭クラブ

指導者養成講座に参加して

県立佐用高等学校 春井 弘菜

本年度の指導者養成講座は7月24日・25日の2日間、国立オリンピック記念青少年センターでの開催となりました。兵庫県からは生徒2名、顧問教諭1名が代表として参加しました。

開講式の後、「広げよう！つなごう！学校家庭クラブ活動」というテーマで、茨城県立竜ヶ崎第二高等学校指導教諭の石塚幸子先生よりクラブ員講義がありました。その中でも、グループ活動において大切な「聞く・聴く・訊く」の3つの『きく』について学び、今後のグループ活動で生かしていきたいと考えました。

続いての分科会では、他の都道府県の参加者とグループになり、「チャレンジしよう未来へつなげる学校家庭クラブ活動」という協議題のもと、ポランテア活動や学校での取り組みを共有し、今後も残していきたい活動や新しい活動をするならどんな活動で、何が必要なのかなどを話し合いました。活動していく中でグループのメンバーとの仲を深めることができ、楽しく過ごせました。



第73回全国高等学校家庭クラブ 研究発表大会に参加して

県立西脇高等学校 中根 理華子

第73回全国高等学校家庭クラブ研究発表大会が令和7年7月31日(木)、8月1日(金)の2日間、三重県の四日市市文化会館にて開催されました。

大会は三重県立白子高等学校普通科文化教養(吹奏楽)コースの皆さんの華やかで美しい演奏から始まり、「ホームプロジェクトの部」では7校の発表がありました。どの発表も食物アレルギーや防災、家計などの家庭の課題を多様な視点から研究されており、家族や地域にとつてよりよい環境にするために試行錯誤して取り組まれていたことが印象的でした。「学校家庭クラブの部」では7校の発表がありました。織物や染技術など薄れてゆく地域の伝統を守り、自分たちだけでなく次の世代につなげようとしているものや、食の観点から海外の姉妹都市について認知度を高めるための取り組みがあり、世代や国を超えた取り組みが多かったように思われます。

生徒交流会では、班に分かれて三重県に関するクロスワードパズルをしました。三重県についての知識を深めるとともに、ランダムに振り分けられた全国の家庭クラブ員とコミュニケーションをと



令和7年度兵庫県高等学校家庭クラブ連盟1年間のあゆみ

Table with 3 columns: 月日 (Date), 行事 (Activities), 場所 (Locations). It lists various events from May to August, including club weeks, alliance meetings, and national conferences.

令和7年度兵庫県高等学校家庭クラブ連盟 役員

Table with 4 columns: 役職名 (Position), 名前 (Name), 前所属 (Previous Affiliation), 所 属 (Current Affiliation). It lists the executive members of the alliance.

編集後記 (Editorial Note) section containing text about the year's activities and a small photo of club members.



F H J  
Future Homemakers of Japan

第48号

兵庫県高等学校  
家庭クラブ連盟

発行兵庫県立西脇高等学校



### 創造と奉仕の精神を未来へ

兵庫県高等学校家庭クラブ連盟成人会長  
県立西脇高等学校長 内藤 敦志

日ごとに春の訪れを感じる季節となりました。会員の皆様におかれましては、本連盟の活動に積極的

に取り組んでいただき、心から感謝の意を表します。現在、全国で約14万人、1400校を超える仲間が活動

する全国高等学校家庭クラブ連盟(FHJ)の一員として、皆さんが「創造・勤

勞・愛情・奉仕」の精神を胸に歩んだ軌跡は、この一年間の大きな輝きとなりました。

今年度の活動を振り返りますと、7月31日・8月1日の両日、三重県四日市市にて開催された「第73回全国高等学校家庭クラブ研究発表大会」に、成人会長として、本校の顧問・生徒とともに参加いたしました。全国から集まった志高いクラブ員の皆さんの熱気、そして創意工夫に満ちた研究発表に触れ、家庭クラブ活動が持つ無限の

可能性を再確認し、深い感銘を受けた次第です。

また、8月19日には西脇市の「オリナス」を会場に、兵庫県高等学校家庭クラブ連盟総会・研究発表大会を開催いたしました。県内各地から集まった代表

校による、地域課題の解決に向けた粘り強い実践報告は、どれも兵庫の未来を明るく照らす素晴らしいものでした。また、本校の活動においては、地場産業

である「播州織」を用いたものづくりや地域交流を通じ、伝統を次世代へつなぐ役割を担ってききました。地域の産業と生活を繋ぎ、感謝の心を持って社会に

貢献する姿勢は、まさに家庭クラブが目指す「より良い生活の創造」そのものであると確信しています。

家庭クラブ連盟の活動の意義は、日々の生活を丁寧にし、そしてクリエイティブに見つめ直すことにあり

ます。他者のために何ができるかを考え、自ら動くこと。この経験こそが、変化

の激しい社会を生き抜くための揺るぎない「人間力」の土台となります。

本連盟はこれからも進化を続けていきます。皆さんが今年度時いた種は、次年度以降、さらに大きな花を咲かせることでしょうか。後

輩の皆さんは、先輩方が築き上げた伝統を大切にしながらも、時代に即した新しい形を自由に描き出してください。

最後になりますが、生徒の皆さんの活動を温かく支えてくださいました指導顧問の先生方、並びにご家庭・地域の皆様に深く感謝申し上げます。兵庫県高等学校家庭クラブ連盟のさらなる発展と、会員の皆

様の健やかな成長と飛躍を心より祈念いたしました。年度末のご挨拶といたします。

家庭科は「よりよい社会」を築く力の育成をめざす教科です。

「よりよい社会」とはどのような社会でしょうか。そして、その実現のために私たちは何ができるのでしょうか。そのような問いに答えるヒントが、学校家庭クラブの活動には詰まっています。

現代は、国際情勢の不安定化やグローバル化、デジタル技術の飛躍的な発展など、変化の激しい時代です。社会のしくみや働き方をはじめ、人々の生活全体が大きく変わろうとしています。

このように、未来を予測するのが難しい時代を生きていくためには、自分で課題を見つけて考え、周囲の人と協力して解決していく力がとても大切です。また、さまざまな考え方や立場の異なる人と円滑にコミュニケーションをとる力も必要になります。

ホームプロジェクトや学校家庭クラブ活動は、家庭や地域、社会と関連付けて課題を設定し、解決に向けて取り組む課題解決型の学習です。家庭科の学習で習得した知識と技能をより確実なものにし、問題を解決する力や、実際に行動できる力がどんどん伸びていきます。自分の家庭や地域、社会の中で問題を見つけ、それを自分のこととして改善していく力を

### よりよい社会をめざして —学校家庭クラブ活動から広がる未来—



兵庫県教育委員会事務局 高校教育課  
指導主事 岡本 由佳子

身につけることは、将来きつと皆さんの大きな強みになるはずです。

さて、8月に開催された兵庫県高等学校家庭クラブ連盟総会、指導者養成講座並びに研究発表大会では、四校が研究発表を行いました。どの発表も、家庭科で学習した内容をもとに、家庭や地域・社会から見つけた課題を解決するために、プロセスを大切にしながら研究を進めていきました。

自信を持って人前で話し、初めて会う人とコミュニケーションをとるといふ活動に参加することは、これから社会で活躍する上でとても貴重な経験になります。今後も積極的に参加し、能力を高めていってください。

学校家庭クラブ活動は、生徒の皆さんが主役です。活動のアイデアは、日常の中にたくさんあります。自分から進んでアイデアを提案し、楽しく充実した活動をしてもらいたいと思います。

生徒の皆さんの柔軟な発想と元気いっぱい行動力によって、多くの人を笑顔にし、家庭クラブの活動を広げていってください。これからもさまざまな人々との縁を大切にしながら、「よりよい社会」の実現をめざして、家庭科で学習したことをもとに実践していくことを期待しています。

関わる機会の少ない家庭クラブ員同士が交流することができました。指導者養成講座においては播州織の端切れを使ったりカードケースやレジんキーホルダー、糸糸を使ったタッセルの制作に取り組みました。実習を通してものづくりの楽しさや工夫することの大切さを学ぶとともに、家庭科の学びを深める貴重な経験となりました。また、同じグループになったクラブ員同士で会話を深めながら

ら活動することができ、家庭クラブでのつながりを実感することができました。これらの行事を開催するにあたり準備や運営を進める中で多くの先生方や発表校、役員の皆さんに協力していただいたことで無事に大会を終えることができました。

最後になりましたが、一年間連盟活動にご理解とご協力いただき、心から感謝申し上げます。本当にありがとうございました。



### 学校家庭クラブを通して 学んだこと

兵庫県高等学校家庭クラブ連盟生徒会長  
県立西脇高等学校 岡田 菜由

令和7年度兵庫県高等学校家庭クラブ連盟の生徒会長を務めさせていただきました。

本年度は多くの方々の協力のもと「令和7年度兵庫県高等学校家庭クラブ総会」第65回兵庫県高等学校家庭クラブ研究発表大会「第64回兵庫県高等学校家庭クラブ指導者養成講座」を開催することができ、感謝しています。8月の家庭クラブ連盟行事では147名の方にご参加いただき、県内各地区の普段

# 第65回兵庫県高等学校家庭クラブ研究発表大会

## 令和7年8月19日(火) 会場:西脇市民交流施設オリナス

目標達成賞  
発表表現賞

学校家庭クラブ活動

「食べる力」で明南生を元気に!

「考えて選ぶ」食生活改善プロジェクト

県立明石南高等学校

### ■題目設定の理由

本校学校家庭クラブは、コープこうべと協同で食育活動に取り組んでいます。朝食欠食をテーマに進めていくうちに、献立や栄養バランスについても目を向けるようになり、高校生活を活力あるものにするためには正しい食生活で体調を整えることが大切だと考え、バランスを考えた食事を選ぶことができるよう、本校食堂と連携した活動を行うことにしました。

### ■実践活動

全校生徒を対象とした食事の実態調査から、朝食欠食の理由は「時間が無い」ということがわかりました。そこで、手軽に食べることができ、調理に時間がかからない「短レシピ」を考えました。

また、朝食を「食べる」「食べない」のアンケートパネルを作成してコープ店内と学校に設置し、短レシピを手に取ってもらえるようにしました。この取組みは、考案したレシピが好評で、校内での試食会では手軽に作れておいしいとの意見が多くありました。

活動を通して、私たちは献立や栄養バランスにも関心を持つようになり、食堂で提供できそうなメニューを考

えました。食堂担当者も協議の結果、和食弁当、ハンバーガー弁当、小鉢4種を数量限定で販売することができました。食堂定番メニューの栄養価を分析すると、鉄、ビタミンC、食物繊維が足りないことがわかり、第二弾として、食堂の単品メニューに、不足しがちな栄養素を補える小鉢をセットにして販売しました。利用した人からは、「組み合わせると満足感が得られた」「野菜のおいしさが分かった」「この企画で食事のバランスを意識することができた」などの意見がありました。

### ■まとめと今後の課題

コープこうべとの活動で食生活を多角的な視点から捉えることができ、校内で食堂と連携した活動へと発展させることができました。今回の取組みで不足しがちな栄養素がわかり、それを含む食品を意識して摂取する必要がありますがあると気づきました。今後は、「筋肉増量」、「野菜中心」など、新たな食堂メニューに挑戦したいです。「食べる力」を高め、明南生が生き生きと活動できるように食生活改善プロジェクトを継続していきたいと思えます。

明南調理部×コープこうべ

校内での呼びかけ

- パネルの設置
- マグカップ蒸しパン試食
- レシピの配布



5種類

- ・ほうれん草チーズ
- ・コーン
- ・シーチキン
- ・かぼちゃ
- ・チョコ

明南調理部×コープこうべ

コープ店内での呼びかけ

- パネルの設置
- レシピの配布



800g ここです!

30g

明南調理部×コープこうべ

“短時間で作れて 簡単に食べられる”レシピを配布しよう

明南調理部考案レシピ

★マグカップ蒸しパン

朝食を食べるor食べないアンケートパネル

調理部が考えたメニュー

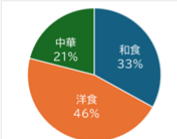
洋食弁当	中華弁当	和食弁当	ハンバーガー弁当
・ハンバーガー ・ポテトサラダ ・コーンスープ	・チャーハン ・餃子 ・エビチリ ・中華スープ ・春雨スープ	・焼き魚 ・卵焼き ・ほうれん草のおひたし ・味噌汁	・ハンバーガー ・ポテト ・枝豆コーン

小鉢

- ・かぼちゃの煮物
- ・ささみとブロッコリーの中華風サラダ
- ・オクラと豚肉の醤油和え
- ・ゆで卵のマカロニサラダ

明南調理部×食堂 校内アンケート


どのジャンルが好きか、食べたい主食は?



ハンバーグ

明南調理部×食堂

アンケートと試食の様子




創意工夫賞

学校家庭クラブ活動

地域とつながる家庭クラブ

子どもたちと笑顔分かち合う活動

県立宝塚東高等学校

### ■題目設定の理由

本校の学校家庭クラブは、毎年部員数が少人数で推移し、活動がお菓子作りや文化祭でのお菓子販売に限られていた。しかし、「私たちにでもっと社会と関わる活動ができるのではないか」という部員の内発的な意欲が芽生え、地域と連携した取り組みにも挑戦したいという積極的な意見が多く上った。より実践的な活動を展開すべく、活動の在り方を再構築し、地域とつながる新たな取り組み活動を行うこととした。

### ■実践活動

(1)「一緒にプロジェクト」(子ども食堂)へ調理のボランティア活動に参加

(2)「一緒にプロジェクト」(子ども食堂)への、フードドライブの協力。

(3)中筋児童館へ交流ボランティア活動に参加

(4)中筋児童館への文房具ドライブの協力

(5)中筋児童館へのオリジナル絵本の寄付

### ■まとめと今後の課題

「一緒にプロジェクト」(子ども食堂)へのボランティア活動では、子供たちと食を通じて交流することができて、その笑顔に癒された。また、フードドライブを通して校内で活動のポスターや文化祭で呼びかけを行うことにより、活動を広めることに繋がった。

児童館のボランティア活動では、文房具ドライブを考案し校内で協力を募った。たくさん文具が集まり、子どもたちもとても喜んでくれ、自分の使いたい鉛筆などを持ち帰ったり、児童館の子ども祭りの景品に使ったりと、役立ててもらった。家庭科授業で製作した160冊の絵本は、たくさん子ども達に読んでもらい、気に入った絵本を持ち帰ってもらった。みんな楽しそうに笑顔があふれ、私達も達成感でいっぱいになった。このテーマである子どもたちと笑顔分かち合う活動ができた実感で、今後この活動を続けて、地域とつながる活動をしていきたい。



研究計画賞

学校家庭クラブ活動

特産物の活用で地域貢献を

県立相生産業高等学校

■題目設定の理由

本校学校家庭クラブは、地域の特産品を用いたお菓子や軽食作りを中心に活動しています。本校生の食生活の課題解決をはかること、地域に新たな食の提案をして地域貢献を行いたいと考え、この題目を設定しました。

■実践活動

1 実態調査と研究 (1)「食に関するアンケート」の実施

・食生活実態調査
・地域の特産品・郷土料理に対する意識調査

(2) 食生活の向上に向けた啓発活動
①文化祭での食育展示ブースの開設

②「かあちゃんず」代表創立記念講話
③食中毒についての講習会

2 実践活動
(1) 地域の食材や特産品を活用したメニューの開発

①地域の特産品を用いた「おむすび」レシピの考案

②地域の特産品を用いた「クッキー」レシピの考案

(2) 地域社会の現状調査と子ども食堂との交流。

■まとめと今後の課題
今回の研究によって、私たちは3つの課題と向き合います。

した。1つ目は高校生の食生活の現状と課題点に目を向けること、2つ目は地域の特産品や本校で開発した商品を用いたレシピを提案していくこと、3つ目は地域の活性化に向けて高校生が出来ることについて考えていくことです。

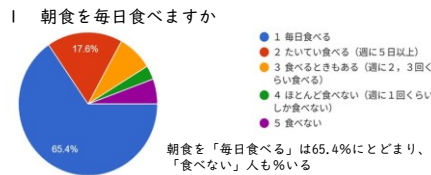
食生活課題を改善すべく、主食である米に着目し、地元の特産品と組み合わせたレシピを考案できました。本校で開発した商品を使用し、地産地消のコンセプトが評価され、姫路市長賞を受賞することが出来ました。

現在は地域の特産品のメロンや夕顔の実を用いたお菓子作りに取り組んでいます。新しい相生の味を提案していくことが次の目標です。

最後に地域の子ども食堂のお手伝いを通して、私たちができる地域貢献について考える機会を得ることができました。子どもたちの支援をされている方々の思いを聞き、それを受け継いで繋いでいく重要性を感じました。今後

も地域の方々と協同して、相生市の活性化に向けた取り組みに積極的に参加していきたいと考えています。

(1) 「食に関するアンケート」【食生活実態調査】結果



特産物の活用で地域貢献を

県立相生産業高等学校 学校家庭クラブ

(1) 地域の食材や特産品を活用したメニューの開発

① 地域の特産品を用いた「おむすび」レシピの考案



「あいおいタやけ食堂」



「子ども食堂」は相生市内に2か所あります。

課題設定賞

ホームプロジェクト発表

家庭の防災の見直しとその改善

県立兵庫高等学校 2年 山下 紗弥さん

■題目設定の理由

普段から災害に対する備えの不足が気になっていたこと、昨年の夏に南海トラフ巨大地震臨時情報の発表があったことから、防災への意識を高めようと思い、「家庭の防災の見直しとその改善」に取り組んだ。

■実践活動

(1) 現状把握
自宅や非常用持ち出し袋、家族との連絡方法について、現状を調査した。

自宅については、築年数などから構造上問題はないと考えられた。廊下・トイレ・窓なども、非常時を想定して点検することができた。台所には棚が多く、地震で棚が転倒すれば一番危険な場所であるということや、自宅に準備している非常用持ち出し袋には内容品が少なく、食料品が入っていないことが問題点であることがわかった。

■まとめと今後の課題
今回の研究を通して、現状を把握する中で新しい発見や気づきがあった。また、非常用持ち出し袋の不足品も補うことができ、家族との避難場所の確認や連絡方法の更新をする機会が持てた。

今後は非常用持ち出し袋の充実や、追加した食料品の消費と備蓄、防災食の実践などが課題である。防災は一度備えて終わりではなく、継続していくことの重要性を改めて実感した。

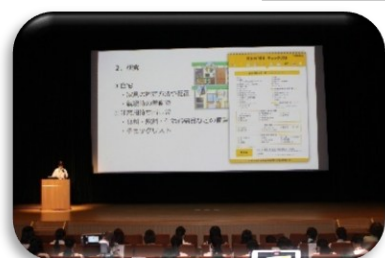
参考文献から、家具の固定方法や配置、就寝時の準備物、食料・飲料・生活必需品などの備蓄、災害用伝言ダイヤルや伝言板といった、現状からの問題点を改善する新しい情報を得ることができた。

(3) 実践

自宅については、台所の棚や自分の部屋の家具を突っ張り棒やベルトで固定したり、就寝時の枕元に避難時の準備物を置くようにした。

以前から自宅にあった非常用持ち出し袋は、参考文献のチェックリストを参考に、不足品を購入・追加した。

災害用伝言ダイヤル・伝言板の利用方法を家族で共通認識するとともに、ハザードマップで災害時の避難経路や電話ボックスの所在を確認した。



令和7年度兵庫県高等学校家庭クラブ連盟総会
第65回兵庫県高等学校家庭クラブ研究発表大会
第64回兵庫県高等学校家庭クラブ指導者養成講座

今年度の大会は8/19に西脇市オリナスにて無事終わることができました。研究発表では明石南高校、宝塚東高校、相生産業高校が家庭クラブ活動発表を兵庫高校の山下さんがホームプロジェクト発表をされました。その後、佐用高校から7月に東京で実施された全国高等学校家庭クラブ連盟指導者養成講座の参加報告がありました。昼休みには大阪関西万博で西脇高校が行ったファッションショーの動画上映や家庭に関する学科の生徒同士での交流会が実施され午後からは「SDGs播州織の布地を使った小物づくり」で製作体験をして楽しみました。

