

## 衣生活分野 衣生活をつくる(教科書 P126～)

被服は、常に私たちの近くにあって、体の一部といえるようなものである。被服は、暑さ寒さをしのぐとともに、気分を変え、さまざまな思いを伝える手段ともなる。

私たちが健康で、快適に装うために、どのように衣生活を組み立てていけばよいかを学んでいこう。

## 住生活分野 住生活をつくる(教科書 P152～)

住居は家族生活の器であり、日々の生活の拠点である。安全で快適な住居を整え、地域の住文化に受け込み、まち並みや周囲の自然環境と調和した持続可能な住生活を営むためには、どのような知識が必要だろうか。将来に向けて持続可能な住生活と住環境を創造できるようになろう。

変です  
ね  
めまいや吐き気が  
止まらない

ランドリー  
いわゆる家庭の  
お洗濯

結露窓  
温度差すごいね

冬の朝  
伸ばしたり  
曲げる動きに  
合った服

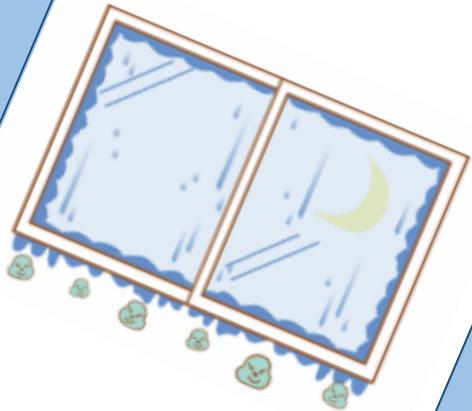
ハプニング  
整理整頓で  
事故防止

縫い目は  
小さく  
均一に

服選び  
手入れのしやすさ  
大事だね

再利用  
衣類も大事な  
資源です

け



ぬ



ひ



の



は



へ



吐き気



頭痛・耳鳴り



めまい



皮膚炎

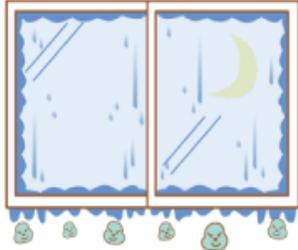
ひ



ひ



# け



## 住生活

- ・健康な住生活(通風、換気)

室内に熱や湿気がこもり、室内外の温度差が大きくなると「結露」が生じる。

結露はダニやカビの発生や、建物の劣化につながる。

空気の通り道を作り、熱や湿気を逃がそう。

# へ



吐き気



頭痛・耳鳴り



めまい



皮膚炎

## 住生活

- ・健康な住生活(室内環境汚染)

「シックハウス症候群」

建築材料から放出される化学物質によって室内空気が汚染され、それを許容量以上に吸い込むことで引き起こされる病気。

めまい、吐き気、頭痛、眼、鼻、のどの痛みなどの体調不良や症状がみられる。

十分な室内換気を行い、室内環境汚染を防止しよう。

# は



## 住生活

- ・安全で快適な住生活(住居内の事故)

住居は幼児や高齢者、病人やけが人、妊婦や障がい者などさまざまな人が生活する場である。

誰もが安心して暮らせるようにしなければならないが、事故が起こる危険性がある。

住居内の事故には、転落、転倒、溺死、窒息などがあり、高齢者、乳幼児に多い。

事故を未然に防ぐ対策を立てよう！

# そ



## 衣生活

- ・これからの衣生活(資源としての衣服)

繊維資源の有効活用のために、被服についても3R、4R、5Rを考える必要がある。

Reduce リデュース(発生抑制)

Reuse リユース(再使用)

Recycle リサイクル(再生利用)

Refuse リフューズ(拒否)

Repair リペア(修理)



衣生活  
・被服実習(手縫い)

取れたボタンを縫いつける、  
ほつれた裾を縫う など簡単な補修は  
自分でできたほうが便利！

基本的な針仕事を身につけておこう。

「まつり縫い」は表側に針目が目立たない  
ように、生地をすくいます。



衣生活  
・被服を入手する  
・被服を管理する

「被服」とは身につけるもの全般のこと。  
衣服のほかに、帽子、靴、アクセサリー、  
小物類(スカーフ、手袋)などが  
被服に含まれます。

被服を購入するときは、手持ちの被服を  
調べ、組み合わせや着回し、着やすさ、  
手入れのしやすさなどを考えよう。



衣生活  
・被服の役割(被服の保健衛生的機能)

生活活動への適合

作業、運動といった動的な活動や、  
睡眠、休養などの静的な活動など  
被服にはさまざまな生活活動を補助する  
はたらきがある。

適度にぴったりした下着やスポーツウェア  
などは、筋肉の振動を抑え、活動の能率を  
上げることができる。



衣生活  
・被服を管理する

洗濯方法には  
洗剤水溶液で洗う湿式洗濯(ランドリー)  
有機溶剤で洗う乾式洗濯(ドライクリーニング)  
がある。

また、家庭洗濯と、一般的に「クリーニング」と  
いわれる商業洗濯がある。

家庭洗濯は湿式洗濯であるが、染料の種類に  
よっては色落ちすることがあるので注意！

