日本教育研究出版は、㈱エストディオが運営する出版事業です

日本教育研究出版

2026 秋













「ひとりだちするシリーズ」は、さらにラインナップを充実させていきます！

2027年以降も、特別支援学校の学びに役立つ新刊を順次刊行予定です。



ひとりだちするための

進路学習

フルカラー
ルビ入り

好評発売中

B5版/4色カラー/120ページ　1,600円+税

ISBN978-4-931336-26-1

推薦:全国特別支援学校知的障害教育校長会

代表著者･編集:　元東京都立石神井養護学校教諭　関口トシ子

執筆･編集協力:　社会福祉法人あだちの里前常務理事　藤田誠

元東京都立青鳥特別支援学校教諭　武藤まさ子

❶全ページ4色カラー。豊富なイラストで興味をひきます!!

全ページが4色フルカラー。親しみやすいイラストで、より見やすく、興味をひきつけ、進路学習の理解を助けます。



❷施設名や手順等は現代に合わせています

施設名や手順などは現代に合わせています。ページ構成についても、より理解しやすいように編集しています。

❸考えて書き込みことで積極的な学びを!!

各項目とも、生徒も教師も共に学び、考えながら記入できるように書き込み式としました。



全国の特別支援学校で実践されているプリント教材を項目ごとに精選･整理して、現場で使いやすいように工夫しました。主に、一般就労･福祉就労を目指す生徒を対象とし、どの学年でも使えるよう構成に配慮しました。

章構成

1 自分のこと
2 働くこと
3 働くために
4 進路を考える
5 現場実習
6 社会人になる



ひとりだちするための 保健

最新刊！

2色カラー
ルビ入り

イラストが多くて分かりやすい



B5版/2色カラー/112ページ　1,600円+税
ISBN978-4-931336-42-1
編集:子どもたちの自立を支援する会




歩きスマホやイヤホンをしていると、車や人に気づきにくい


夜道で ら見え

なじみのある生活シーンを題材に学べます



卒業後のくらしにつながる保健教材

1 心・体・生活のつながりがわかる

「健康とは何か」から始め、運動・食事・休養・睡眠のバランスや、自分でできる健康づくりを学べます。



イラストをたくさん使い、視覚的に解説



ストレスや相談など心の健康について解説

2 思春期・ストレス・相談まで丁寧に学べる

体の成長と思春期の変化、心の健康、不安やストレスとのつきあい方、人との関係、相談することの大切さを、特別支援学校高等部の生徒に身近な場面で整理しています。

3 卒業後をみすえた”実生活の保健”

けがや病気の予防、健康診断・予防接種・医療の使い方、交通安全、外出先での注意、災害への備えと助け合いまで掲載。学校生活だけでなく、地域で安全にくらしていくための力につながります。
高等部の保健の授業に、自立活動や生活単元学習との関連に、卒業後を見すえた生活準備学習にぜひ!



スマホ依存など現代的な項目にも触れます

2026年5月中旬発売予定　デザイン・内容等は変更することがありますので、ご了承ください

特別支援学校高等部の学習指導要領をふまえ、保健の主要内容をおさえた構成

1章　健康について考えよう

健康とは何かを考え、体·心·生活のつながり、運動·食事·睡眠のバランス、健康のためにできることを学びます。

2章　体のことを知ろう

体のつくりと成長、思春期の変化と自分のからだについて理解を深めます。



思春期に伴う体や心の変化など、この年代ならでは項目

3章　心のことを知ろう

気持ちの変化と心の健康、不安やストレスのつきあい方、人との関係とコミュニケーション、相談することの大切さを扱います。ストレスについては、原因や体に出るサインも取り上げています。





日常の交通で気をつけること、家事や川遊びなどの災害時の行動など

4章　けがや病気を防ぐには

よくあるけがと手当、安全な行動、応急手当、病気の予防と生活習慣病、健康診断·予防接種·医療の使い方を学びます。

5章　安全にくらすために

交通安全と通学·通勤の注意、外出先での注意を通して、安全に行動する力を育てます。

6章　災害へのそなえと助け合い

地震·台風·火事·大雨など、避難のしかたと非常時の持ち物、災害時に自分とまわりを守ること、地域とのつながり·助け合いを学びます。



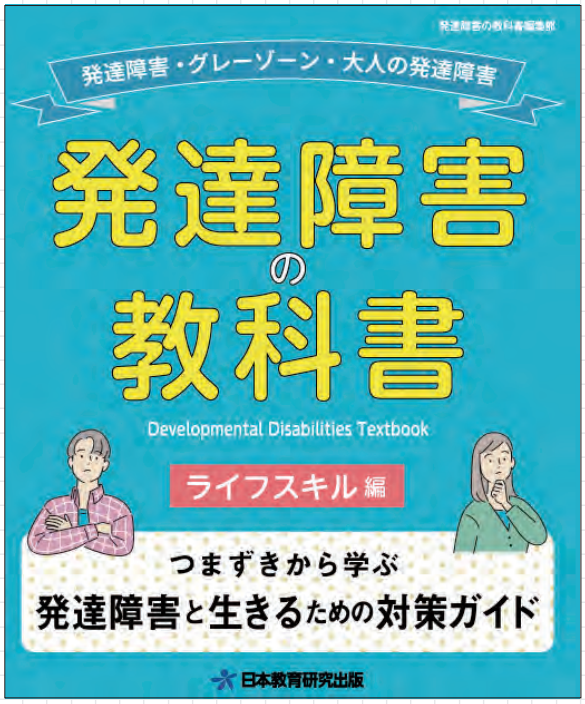
明るくやさしいイラストで子どもたちの興味をひきます





学習指導要領をふまえた内容

特別支援学校高等部の学習指導要領をふまえ、健康·安全·疾病予防·ストレス対処·災害への備えなど、高等部で学びたい内容を、実生活に結びつけて学べるよう構成しています。



4色カラー

発達障害の教科書
ライフスキル編

～つまずきから学ぶ発達障害と生きるための対策ガイド

B5変型版/4色カラー/80ページ　1,600円+税
ISBN978-4-931336-41-4

編集:　発達障害の教科書編集部
監修:　鈴木範子　東京通信大学情報マネジメント学部 准教授
一般社団法人情報オリンピック日本委員会 理事
東京女子大学 非常勤講師

イラストが多くて分かりやすい



発達障害を併せ持つ生徒の「生活」「卒業後」を見据えた1冊

❶日常生活を送る上で、発達障害ならではのつまずきの原因と対策

朝起きれない、遅刻してしまう、お金の管理ができない…当たり前のように感じる日常生活の基本的な能力や健康管理ですが、発達障害ならではのつまずきによって難しくなることもあります。特性を取り上げて解説をし、明日から役立ててみたくなるような対策を紹介します。

お金の管理ができない





イラストをたくさん使い、視覚的に楽しく解説

遅刻が多い

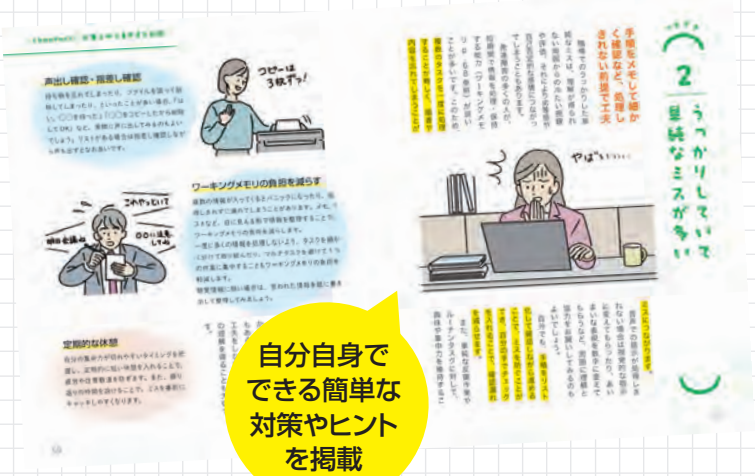


仕事に集中できない



❷仕事上での困ったことについても事例を取り上げ対策を紹介

仕事上のつまずきに対する事例も紹介します。よくある仕事上のミスや注意点を取り上げ、自分でできる対策を紹介します。社会に出て仕事をするときのつまずきを少しでも減らすために対策をしましょう。



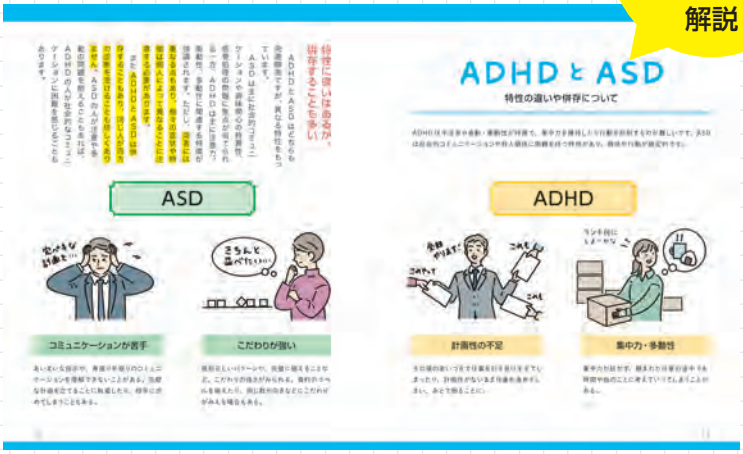
締切に間に合わない



❸発達障害ってなんだろう?

ADHDやASDはどんな特性を持っているのか、違いや具体例を上げながら発達障害について解説します。

明るい色遣いとやさしいイラストで解説



内容紹介

1.発達障害とは
発達障害ってなんだろう?/ADHDとASD/大人の発達障害/ライフスキルとは　など

2.日常生活のつまずきと対策
毎朝なかなか起きれない/起きてから家を出るまでに時間がかかる/なぜかよく遅刻する/外出時に置いたものを忘れる/ものをよくなくす/提出期限や振込日を忘れる/お金の管理が苦手で無駄遣いをしてしまう/身だしなみに関心がない　など

3.仕事上のつまずきと対策
落ち着きがなく集中して仕事ができない/うっかりして単純なミスが多い/仕事に取りかかるまでに時間がかかる/やることが整理できず仕事が進まない/仕事に集中し過ぎて疲れてしまう　など

4.やってみよう
お金の管理をしてみよう　など

こんな生徒の指導におすすめです

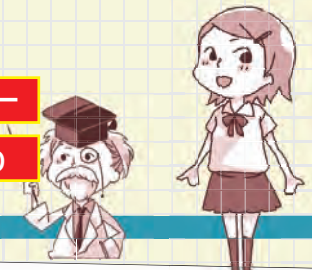
- 卒業後の社会生活に不安があり、自分の困りごとに気づきにくい生徒
- 会話や人間関係にストレスを感じる生徒
- 生活場面で「なぜうまくいかないか」がを客観的に捉えられない生徒



ひとりだちするための

算数・数学

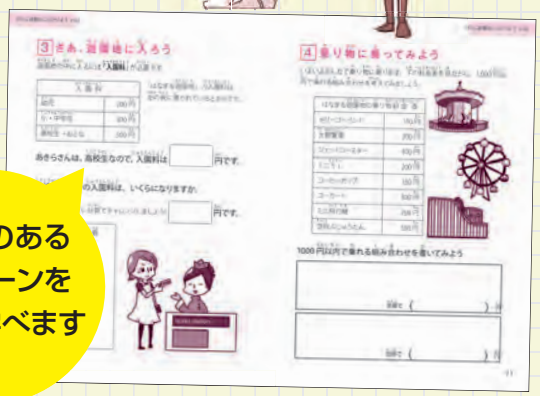
2色カラー
ルビ入り



B5版/2色カラー/88ページ　1,600円+税

ISBN978-4-931336-16-2

編集:子どもたちの自立を支援する会



なじみのある
生活シーンを
題材に学べます

基礎的な内容と、生活シーンを通じて、自立生活に必要な算数・数学が身につく必携の1冊!

生活シーンを進めながら学べるので、子どものイメージが膨らみ、学力が定着しやすい構成にしています。また、お金や時間といった重要な項目は、基礎・生活の両方で繰り返し出てくるのでより身につきやすくなっています。

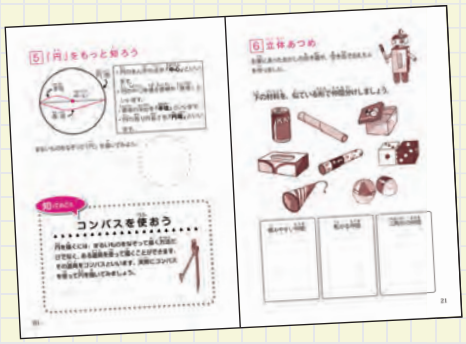
章構成

【基礎的な内容】

①長さ・量・重さ　②図形・グラフ
③時間・こよみ　④金銭

【生活シーンで学ぼう】

①スーパーに買物に行こう
②遊園地にでかけよう
③誕生日パーティーを開こう





教師用の指導書

ひとりだちするための

算数・数学ガイド

B5版/2色カラー/104ページ
2,100円+税

ISBN978-4-931336-20-9

編集: 子どもたちの自立を支援する会



ひとりだちするための

2色カラー　ルビ入り

算数・数学ワーク 1 -お金編



B5版/2色カラー/80ページ　1,350円+税　ISBN978-4-931336-28-5

内容例　スーパーで買物をする/ネットで買い物をする/ファーストフードに行く/花火大会に行く/スマートフォンの契約/宅配便で荷物を送る/小遣い帳をつける/貯金をする



ひとりだちするための

2色カラー　ルビ入り

算数・数学ワーク 2 -時間編



B5版/2色カラー/80ページ　1,350円+税　ISBN978-4-931336-29-2

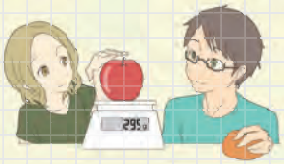
内容例　時刻と時間/カレンダー/時刻表/1日の予定/余暇の過ごし方/食事を作る/レンタルDVDを借りる/余暇の過ごし方/旅行に行く/通勤時間/仕事にかかる時間



ひとりだちするための

2色カラー　ルビ入り

算数・数学ワーク 3 - 量と測定・図形・表とグラフ編



B5版/2色カラー/80ページ　1,350円+税　ISBN978-4-931336-30-8

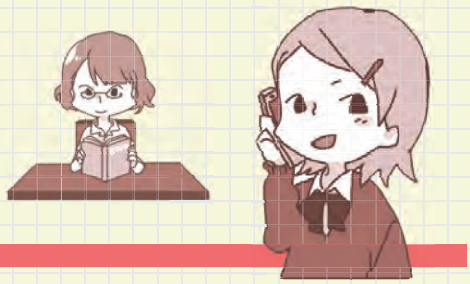
内容例　**長さ**　長さの単位/身近な長さ/学校へ通学する/電車や飛行機で移動する　**重さ、量**　重さの単位/身近な重さ/量の単位/目盛りを読む/料理で使う分量　**表とグラフ**　色々なグラフ/一ヶ月の天気/一日の過ごし方/生活費を管理する　**図形**　面積を測る/建物の面積を比べる/立体の名前/箱を作る/本棚を買う



ひとりだちするための

国語

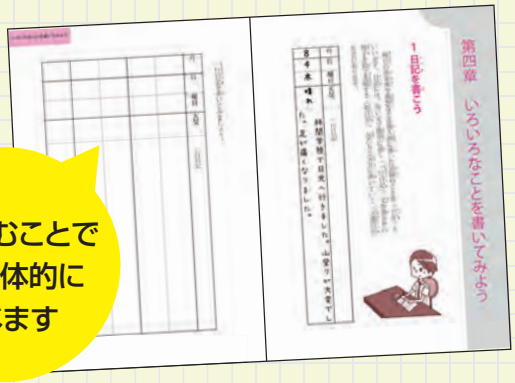
2色カラー
ルビ入り



B5版/2色カラー/128ページ　1,700円+税

ISBN978-4-931336-17-9

編集:子どもたちの自立を支援する会



書き込むことで
より主体的に
学べます

「聞く」「話す」「読む」「書く」を横断的に学ぶことで、確かなコミュニケーション能力を育みます。

相手の言っていることを正しく**「聞き」**、自分の言いたいことを正しく**「話す」**。情報を正しく**「読み」**、正しく**「書く」**。コミュニケーション能力の基礎を重視しつつ、会話や読書、作文などに楽しく興味が持てるような内容にしました。自己紹介や面接といった身近なシーンを通じて学ぶことができます。

章構成

【基礎を学ぼう】

①自分のことを伝えよう　②いろいろなものを読んでみよう
③言葉について学習しよう　④いろいろなことを書いてみよう

【国語力を高めよう】

①インタビューをしよう　②読書発表会をしよう　③日本のことを調べて発表しよう　④世界のことを調べて発表しよう　⑤自分新聞を作ろう



教師用の指導書

ひとりだちするための

国語ガイド

B5版/2色カラー/88ページ
2,100円+税

ISBN978-4-931336-27-8

編集: 子どもたちの自立を支援する会



ひとりだちするための

2色カラー　ルビ入り

国語ワーク 1 -読む・書く編-



B5版/2色カラー/96ページ　1,450円+税　ISBN978-4-931336-38-4

内容例　言葉についての学習/敬語・慣用句・ことわざ・たとえ・カタカナ語など/文章についての学習/文をつなぐ言葉・絵を見て説明・説明文を読むなど/日常場面の読む・書く/広告・チラシ・家電の説明書・料理のレシピ・日程表など/仕事場面の読む・書く/メール/仕事の文書・グラフや表を使う/手紙を書くなど



ひとりだちするための

2色カラー　ルビ入り

国語ワーク 2 -聞く・話す編-



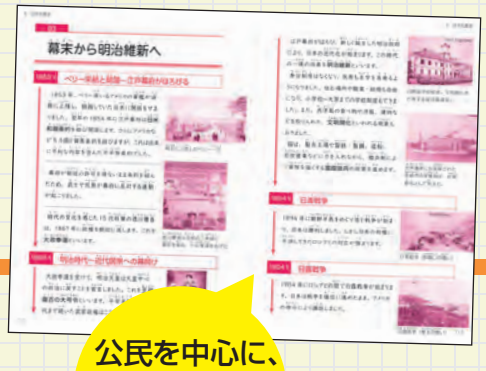
B5版/2色カラー/80ページ　1,350円+税　ISBN978-4-931336-39-1

内容例　聞く・話すの基本/あいさつ・自己紹介・電話をかける・会話の並べかえ・間違いさがしなど/聞く・話すの応用/何について話している?・伝えたいことをまとめる・話し合い・反論するなど/日常場面の聞く・話す/待ち合わせ・買い物をする・電話で状況するなど/仕事場面の聞く・話す/あいさつ・言葉づかい・クッション言葉・職場の会話とマナーなど



ひとりだちするための 社会

2色カラー
ルビ入り



公民を中心に、地理・歴史と幅広く学習

B5版/2色カラー/120ページ　1,700円+税
ISBN978-4-931336-36-0

編集:　子どもたちの自立を支援する会

監修:　都立八王子特別支援学校　永峯秀人/添田和久



ルビ入りなので漢字が苦手な子供でも大丈夫



地理・歴史・公民の3分野にわたり、幅広く学べます!

現代の政治や社会生活に役立つ公民分野はもちろん、地理・歴史にもまたがり、幅広く全般的に学べる構成にしています。

考えて書き込むことで、学びが定着します

各所に書き込むスペースを設けています。自分で考えたり調べて書き込むことで、学びが定着します。

章構成

1 私たちの生活と情報
2 公共施設の利用
3 私たちと民主政治
4 経済と産業
5 私たちの国土
6 世界と日本のつながり
7 日本の歴史



生物・生命、地球・自然、物質・エネルギーと幅広く

ひとりだちするための 理科

2色カラー
ルビ入り



B5版/2色カラー/96ページ　1,600円+税
ISBN978-4-931336-40-7

編集:　子どもたちの自立を支援する会

監修:　都立府中けやきの森学園　永峯秀人/寒川昭子/吉岡美佳

生物、自然から物質・エネルギーまで幅広く

身近に学べる題材を厳選し、「生物・生命」「地球・自然」「物質・エネルギー」の3章構成で幅広くカバーしています。

章構成

1.生物・生命　植物の発芽/植物の成長/花から実へ/植物の成長と日光・水/魚の誕生/人の体のつくりとはたらき/生物と環境
2.地球・自然　流れる水のはたらき/土地のつくりと変化/天気の変化
3.物質・エネルギー　ものの溶け方/電流のはたらき/身の回りの電気/燃焼のしくみ

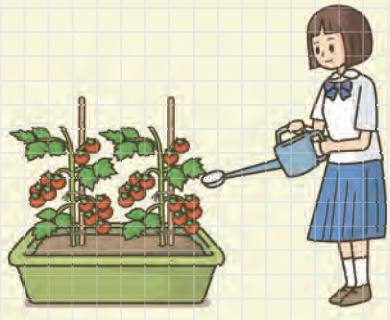
新学習指導要領をもとに、選びぬかれた構成

新学習指導要領をもとに、なるべく各分野に偏りがないよう構成しました。



イラストを沢山使い、分かりやすい解説



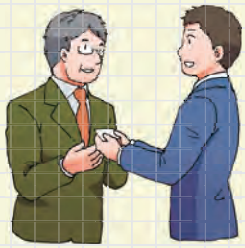




ひとりだちするための

ビジネスマナー & コミュニケーション

フルカラー　ルビ入り



B5版/4色カラー/80ページ　1,500円+税
ISBN978-4-931336-18-6
監修:㈱船井総合研究所 上席コンサルタント 蓮尾登美子



障害者の方向けに細かい工夫や配慮が詰まった1冊

例えば挨拶では「エレベータなどせまい場所では声を出さず軽く頭を下げる」など、知的障害の方が思わず間違えてしまいそうな点についても学ぶことができます。「なぜ働くの?」「なぜマナーが必要なの?」という総論もあり、就労を目指す方の学びにも。自身で考え、書き込みをすることでより身につきやすく工夫しています。



ひとりだちするための

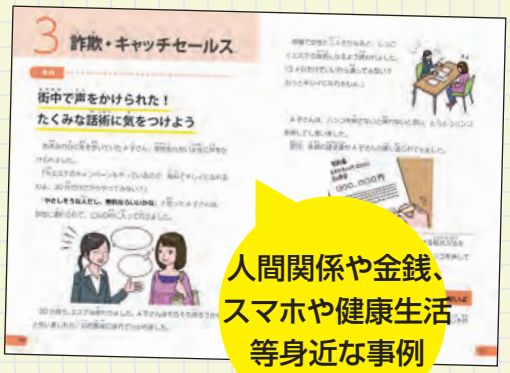
トラブル対策 改訂版

予防・回避・対処が学べる

フルカラー　ルビ入り

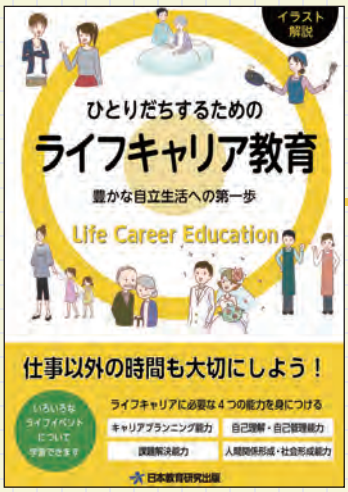


B5版/4色カラー/80ページ　1,300円+税
ISBN978-4-931336-23-0
監修:東京都立青峰学園 原智彦他



日常生活の事例をたくさん取り入れた、トラブル対策の1冊!

各章では身近なトラブル事例を取り上げ、「自分の考え」「友だちの考え」を書き込めるようになっています。それらを元に授業で話し合いをすることもできます。決まった正解を覚えるのではなく、考える力を養います。



仕事以外の時間の充実が求められている

ひとりだちするための

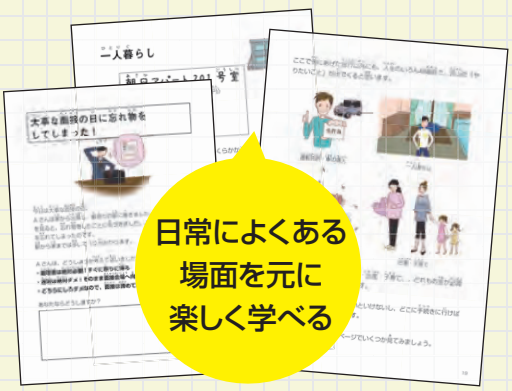
ライフキャリア教育

豊かな自立生活への第一歩

4色カラー　ルビ入り

B5版/4色カラー/80ページ　1,300円+税
ISBN978-4-931336-25-4
監修:東京都立青峰学園 原智彦他

「働くことだけで疲れ切ってしまう人間にならないで、充実した人生を送って欲しい」という現場の先生の声をヒントに、暮らす時間や楽しむ時間を充実させることで、より良い自立生活を送れるように作られました。





ひとりだちするための

調理学習

4色カラー　ルビ入り



イラストによる丁寧なレシピ解説



書き込みページによる学習も!

B5版/4色カラー/120ページ　1,600円+税

ISBN978-4-931336-24-7

代表著者:元・東京都立中野養護学校教諭　青木久子

編集協力:東京都立総合芸術高校　中村美知枝

カラーで見やすい調理テキスト

フルカラーイラストで、レシピの行程を解説しています。朝・昼・夕にわけ、卒業後も自分で1日の献立を作れるように工夫しました。

調理学習をする意味や調理学習の楽しみ、家での手伝いや自分での料理習慣が身につくように、学習できるページも組み込んだ構成にしました。



ひとりだちするための

就労支援ノート

4色カラー　ルビ入り



B5版/4色カラー/112ページ　1,350円+税

ISBN978-4-931336-21-6

監修:特定非営利活動法人 WEL'S 新木場



就労につながる自分の特性を知ろう

ふり返りと記録により、合理的配慮や就労支援に役立つ書き込み式ノート!

就労後の問題発生を防ぐために、「合理的配慮」という便宜が必要な場合があります。「どんな配慮をして欲しいか」という意思表明を明確にするためには、振り返りや記録により「自分を知る」=「自己理解」というプロセスが必要です。また、これらは就労時のミスマッチを防ぎ、就労定着につながります。

章構成

1章 プロフィール
2章 医療・健康
3章 生まれて〜中学まで
4章 高校・高等部
5章 社会に出てから
6章 就労のためのチェックリスト
7章 求職者プロフィール票
8章 関係機関の連絡先



障害のある子のための

職業ガイド

このパンフレット限定!
特別お試し価格
800円+税
でご購入頂けます

B5版/4色カラー/120ページ　2,200円+税

ISBN978-4-931336-37-7

編集:子どもたちの自立を支援する会

4色カラー　ルビ入り



イラスト満載で子供たちの興味をひく

イラスト満載で興味がわくビジュアル仕事図鑑!

プログラマーや配送ドライバー、YouTuberからコンビニ店員まで、多くの仕事をイラスト付で紹介します。

職業選択の参考になる解説もあります

どんなことを基準に仕事を選べば良いのか。好きなこと・向いていること・得意なこと、自分のタイプを知ること等、職業選択の参考になる解説もあります。

FAX 03-6303-0546

日本教育研究出版

送料0円 送料無料でお届けします!!

w26あ

商品名	体裁・ページ数	本体価格	数	金額
ひとりだちするための **進路学習**	B5/4 色カラー /120P	1,600円		円
ひとりだちするための **調理学習**	B5/ 4色カラー /120P	1,600円		円
ひとりだちするための **算数・数学**	B5/2 色カラー /88P	1,600円		円
ワーク ひとりだちするための **算数・数学ワーク 1** -お金編-	B5/2 色カラー /80P	1,350円		円
ワーク ひとりだちするための **算数・数学ワーク 2** -時間編-	B5/2 色カラー /80P	1,350円		円
ワーク ひとりだちするための **算数・数学ワーク 3** -量と測定・図形・表とグラフ編-	B5/2 色カラー /80P	1,350円		円
ひとりだちするための **国語**	B5/2 色カラー /128P	1,700円		円
ワーク ひとりだちするための **国語ワーク 1** -読む・書く編-	B5/2 色カラー /96P	1,450円		円
ワーク ひとりだちするための **国語ワーク 2** -聞く・話す編-	B5/2 色カラー /80P	1,350円		円
ひとりだちするための **社会**	B5/2 色カラー /120P	1,700円		円
ひとりだちするための **理科**	B5/2 色カラー /96P	1,600円		円
ひとりだちするための **保健** 最新刊	B5/2 色カラー /112P	1,600円		円
ひとりだちするための **ビジネスマナー&コミュニケーション**	B5/4 色カラー /80P	1,500円		円
ひとりだちするための **トラブル対策 改訂版**	B5/4 色カラー /80P	1,300円		円
ひとりだちするための **ライフキャリア教育**	B5/4 色カラー /80P	1,300円		円
ひとりだちするための **就労支援ノート**	B5/4 色カラー /112P	1,350円		円
障害のある子のための **職業ガイド** 特別価格	B5/4 色カラー /120P	800円		円
教師用 ひとりだちするための **算数・数学ガイド**	B5/2 色カラー /104P	2,100円		円
教師用 ひとりだちするための **国語ガイド**	B5/2 色カラー /88P	2,100円		円
発達障害の教科書 ライフスキル編	B5 変型 /4 色カラー /80P	1,600円		円

計		円
消費税		円
合計金額		円

特別価格は、学校または個人様からの直接注文に限り適用されます。

消費税:
申込み時の税率に基づいて計算・記載をお願いします。

※合計金額に間違いがある場合は、ご注文冊数を元に、弊社にて再計算し発送いたします。

■ **お支払方法と手数料:** ご請求書を同封しますので、銀行振込にて1か月以内にお振込み下さい。なお、振込手数料はお客様にてご負担願います。

お名前		学校名/施設名	
お届け先住所	〒(　　-　　) 学校/施設・個人宅	電話番号	(　　)

株式会社エストディオ　東京都目黒区上目黒3-6-2-302 TEL:03-6303-0543 FAX:03-6303-0546 https://www.estudio-japan.com

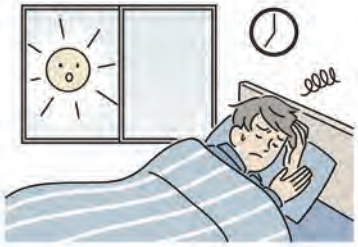
発達障害・グレーゾーン・大人の発達障害の人たちへ日常生活や仕事上でのつまずきの原因と対策！

発達障害の特性を併せ持つ生徒に役立つ1冊!





「日常生活」「卒業後」を見据えたライフスキルの指導に



夜ふかしをして朝起きれない



コミュニケーションに難がある



約束の時間に遅れてしまう



身の回りの物をなくす



イラストが多くて分かりやすい！







詳しくは内面(4・5ページ)をご覧ください