

【表の作成方法の工夫】

1. 「書き方 8：表で書く」

「6つのルールと 18 の書き方（以下参照）」の中に「ルール 3：分けて書く」があります。さらに、その中に「書き方 8：表で書く」があります。「書き方 8：表で書く」とは、表で内容を書くことです。

「6つのルールと 18 の書き方」

| ルール | | 書き方と内容 | |
|-------|------------|--------|-------------|
| ルール 1 | 冒頭を書く | 書き方 1 | 要点を冒頭を書く |
| | | 書き方 2 | 全体像を冒頭を書く |
| | | 書き方 3 | 枠組みを冒頭を書く |
| ルール 2 | ペアで書く | 書き方 4 | 根拠を書く |
| | | 書き方 5 | 条件を書く |
| ルール 3 | 分けて書く | 書き方 6 | かたまりに分けて書く |
| | | 書き方 7 | 箇条書きで書く |
| | | 書き方 8 | 表で書く |
| ルール 4 | 視覚的に書く | 書き方 9 | 写真や図を入れて書く |
| | | 書き方 10 | 強調して書く |
| | | 書き方 11 | まとまりを持たせて書く |
| ルール 5 | 合わせて書く | 書き方 12 | 組み合わせで書く |
| ルール 6 | 明確に伝わる文を書く | 書き方 13 | 具体的な文を書く |
| | | 書き方 14 | 意味が明確な文を書く |
| | | 書き方 15 | 能動態の文を書く |
| | | 書き方 16 | 短い文を書く |
| | | 書き方 17 | 肯定文を書く |
| | | 書き方 18 | 文法を守って文を書く |

「書き方 8：表で書く」を使うときのポイントは、表の内容を一層明確に伝える方法を考えることです。例えば、表の中の重要な内容を強調すること（アンダーラインを引く、文字のフォントを変えるなど）や表の内容に関する写真や図を入れることです。

この方法の他にも表の内容を一層明確に伝える方法があります。それが、表の作成方法を工夫することです。

2. 表の作成方法の工夫

表の作成方法の工夫の一つとして、人間の目の動きを考えて表を作成する方法を解説します。

例えば、次頁に示したような形式で書いてある内容があったとします（パターン I）。パ

ターン I は、内容の羅列で書いてあるので「栄養成分の比較」の内容が明確に伝わりません。

| パターン I | 栄養成分の比較 |
|--------|---|
| | <p>1. エネルギー</p> <p>①バナナ：86kcal</p> <p>②みかん：46kcal</p> <p>③りんご：61kcal</p> <p>④いちご：34kcal</p> <p>2. ビタミン C</p> <p>①バナナ：16 mg</p> <p>②みかん：32 mg</p> <p>③りんご：6 mg</p> <p>④いちご：62 mg</p> <p>3. 食物繊維総量</p> <p>①バナナ：1.1g</p> <p>②みかん：1.0g</p> <p>③りんご：1.9g</p> <p>④いちご：1.4g</p> |

注：可食部 100g あたりの含有量

この内容を、「書き方 8：表で書く」を使ってパターン II のような表で作成すると内容が明確に伝わります（以下参照）。

| | | 表 栄養成分の比較 | | | |
|---------|--------------|-----------|-----|-----|-----|
| パターン II | \ | バナナ | みかん | りんご | いちご |
| | エネルギー (kcal) | 86 | 46 | 61 | 34 |
| | ビタミン C (mg) | 16 | 32 | 6 | 62 |
| | 食物繊維総量 (g) | 1.1 | 1.0 | 1.9 | 1.4 |

注：可食部 100g あたりの含有量

次に、パターンⅢのような表を作成したとします（以下参照）。

表 栄養成分の比較

| | | | | |
|-------|-----|--------------|------------|------------|
| パターンⅢ | | エネルギー (kcal) | ビタミンC (mg) | 食物繊維総量 (g) |
| | バナナ | 86 | 16 | 1.1 |
| | みかん | 46 | 32 | 1.0 |
| | りんご | 61 | 6 | 1.9 |
| | いちご | 34 | 62 | 1.4 |

注：可食部 100g あたりの含有量

パターンⅠは、バナナ、みかん、りんごおよびいちごの各果物の持つ栄養成分（エネルギー、ビタミンCおよび食物繊維総量）を比較するための内容です。

「栄養成分の比較」としてパターンⅡの表とパターンⅢの表を作成しましたが、「栄養成分の比較」の結果が明確に伝わるのはパターンⅡの表です。理由は、人間の目は左から右に自然に動くからです。

例えば、各果物の持つエネルギー (kcal) を比較することを考えます。パターンⅡの表では、以下の赤い矢印で示したように、人間の目は左から右に自然に動くので各果物に関するエネルギーの比較結果が明確に伝わります。

表 栄養成分の比較

| | | | | | |
|-------|-------------------------|-----|-----|-----|-----|
| パターンⅡ | | バナナ | みかん | りんご | いちご |
| | エネルギー (kcal) | 86 | 46 | 61 | 34 |
| | ビタミンC (mg) | 16 | 32 | 6 | 62 |
| | 食物繊維総量 (g) | 1.1 | 1.0 | 1.9 | 1.4 |

注：可食部 100g あたりの含有量

これに対して、パターンⅢの表は、人間の自然な目の動きではなく目を上から下に動かして各果物のエネルギーを比較します。つまり、人間の自然な目の動きに反しています。ただし、それぞれの果物の持つ栄養成分を確認する場合にはパターンⅢの表の方が内容が明確に伝わります。

「書き方 8：表で書く」を使うときには、このように表の作成方法を工夫することで内容を一層明確に伝えることができます。

以 上