

クッキングはじめの一歩

堀之内小学校 5年 2時間目

休み時間は終わりです。
2時間目の授業にはいりましょう！

原田先生から、梅津先生に、またまた、LINEで、
連絡がきました。

どのような内容かというと…



原田 洋平



梅津先生、前の授業では家庭科の勉強についていろいろわかりました。この時間は、何について勉強しましょうか。

14:30

梅津 恵美子

14:30
既読

そうですね。コロナ禍で、調理実習ができないので、お家で調理実習をするよい機会ですから、調理について勉強しましょうか？



原田 洋平



いいですね！最初は、どのような調理をべんきょうするのですか。

14:31

梅津 恵美子

14:31
既読

ゆでる、切る、煮る、炒める、揚げる、むく、蒸す…などいろいろな調理方法がありますが、はじめの一歩は「ゆでる」を勉強しましょう♪



課題1

教科書の10ページの写真から、気をつけていること・何を作っているかなどを見てみましょう。



原田 洋平

10ページを開きました。オッ楽しそうに調理実習していますね。

14:33



原田 洋平

お湯だと思います。

14:33
既読

14:34



原田 洋平

「熱いから気をつけて」と言ったり、なべに入れるタイミングを聞いているからです。

14:35

梅津 恵美子

そうですね。では、なべの中に何が入っていると思いませんか？水？お湯？



梅津 恵美子

14:34
既読

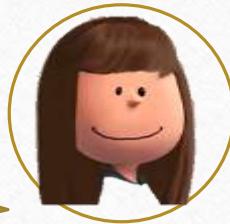
どうしてお湯だと思いましたか？



梅津 恵美子

14:35
既読

そうですね。では、どんなところに気を付けて調理していると思いますか。



課題2

教科書の10ページの写真から、調理する際に気をつけていることを考えましょう。



はじめての調理実習では、気をつけることがたくさんあります。

まずは、身支度をきちんとします。

エプロン・三角巾・マスク・爪切り・そして、そでをまくることが大切です。

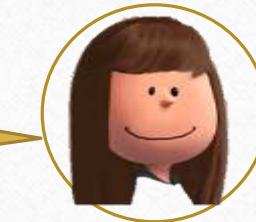
お家で調理するときも、そでや、髪の毛に火が燃え移らないように気をつけて調理をしましょう。

また、写真からわかるように、コンロのまわりがきれいであること、燃えやすいものがないこと、などを確認します。もちろん、手をきちんと洗うなどの衛生面も気をつけて調理しましょうね！

梅津 恵美子

14:40
既読

では、次に調理の流れを勉強しましょう。



課題3

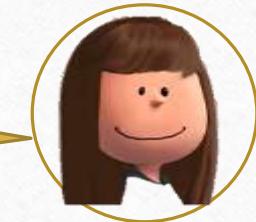
調理する流れに、順番をつけましょう。

ワークシート 課題1

梅津 恵美子

14:50
既読

では、次に調理に必要な用具をおぼえましょう。



課題4

おうちの調理用具をワークシートに分けて
書きましょう。

ワークシート 課題2



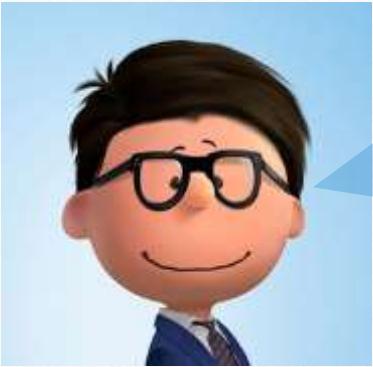
教科書の11ページを見て、自分のワークシートを確認しましょう。
調理の流れや用具について、勉強することができましたね。

では、最後に、自分で調理することで、どんなよいことがあるのか
考えてみましょう。

課題5

調理することでどんなよいことが
あるのか考えてみよう。

ワークシート 課題3



ふだん、おうちの人や給食員さんが、どんな風に調理しているのか知ることができますね。じっさいに自分でやってみることで、色々な難しさや工夫があることに気づくことができそうです。

また、調理の楽しさを知れば、新しいメニュー や色々な調理方法にも ちよう戦したくなるはずです！

食品や栄養のことにもくわしくなれるので、健康な生活を送るためにも役に立ちそうですね。



私は、料理を作ったときに、家族においしいと言ってもらえると、とてもうれしい気持ちになります。また、外食した後に、「この料理を作って、家族に食べてもらいたいな♪」と思うこともあります。料理が上手になると、自分の自信にもつながりますよね！

学校では、食について「五大栄養素」について勉強します。また、包丁で「むく」技能が難しいようなので、この休校中に練習できるといいですね。



来週は、

ゆでで 食べよう

について、勉強します。

お湯のわかし方や青菜のゆで方について勉強します。では、また来週！