

家庭科 家でチャレンジ調理実習!

名前 ()

ノートは無いけれど、プリントはとっておいてください!

1 お湯をわかしてみよう (家にきゅうすがある人は、お茶をいれてみてね。) 教科書 P12~13

湯のわかし方

1



水は蒸発するため、必要な分量より、水を少し () に入れる。

2



水が () したのを確かめて、火を消す。

+ 安全 **確かめたら**

やかんは、ごとの中央に置く。

体や衣服を、火や湯気に近づけない。

環境 **確かめたら**

やかんの外側がぬれていたら、火にかける前にふく。

ほのおが横からはみ出ないようにする。

教科書を見たり、お家の人に聞いたりして () を埋めよう。

2 野菜をゆでてみよう p14~15

①教科書 p14~15 を見ながら、青菜 (ほうれん草など) とじゃがいもをゆでて食べよう。



②ゆで方の違いをまとめよう。

1 考えよう 青菜とじゃがいものゆで方や変化を比べて、同じところやちがうところを書きましょう。

ゆでる前と比べてふえる?へる?かわらない?

野菜	水からゆでるか ふっとうした湯からゆでるか	かさの変化	かたさ	
			ゆでる前	ゆでた後
青菜	水・湯			
じゃがいも	水・湯			
●同じところ				
●ちがうところ				

お家の方へ

学校が始まってもしすぐに調理実習を行うことが難しいため、ご家庭でお手伝いも兼ねて取り組んでいただきますよう、お願いいたします。

本単元では、葉野菜と根菜の茹で方の違いに気付かせることを目標にしています。

- ・水から茹でるのか、沸騰してから茹でるのか
- ・茹で時間はどのくらい違うのか
- ・茹でる前と後ではかさ（体積）がどう変わるのか

に気付かせてあげてください。

調理器具の扱いの注意点などは教科書P12～P15に載っていますので、ご確認ください。お手数をおかけいたしますがよろしく申し上げます。