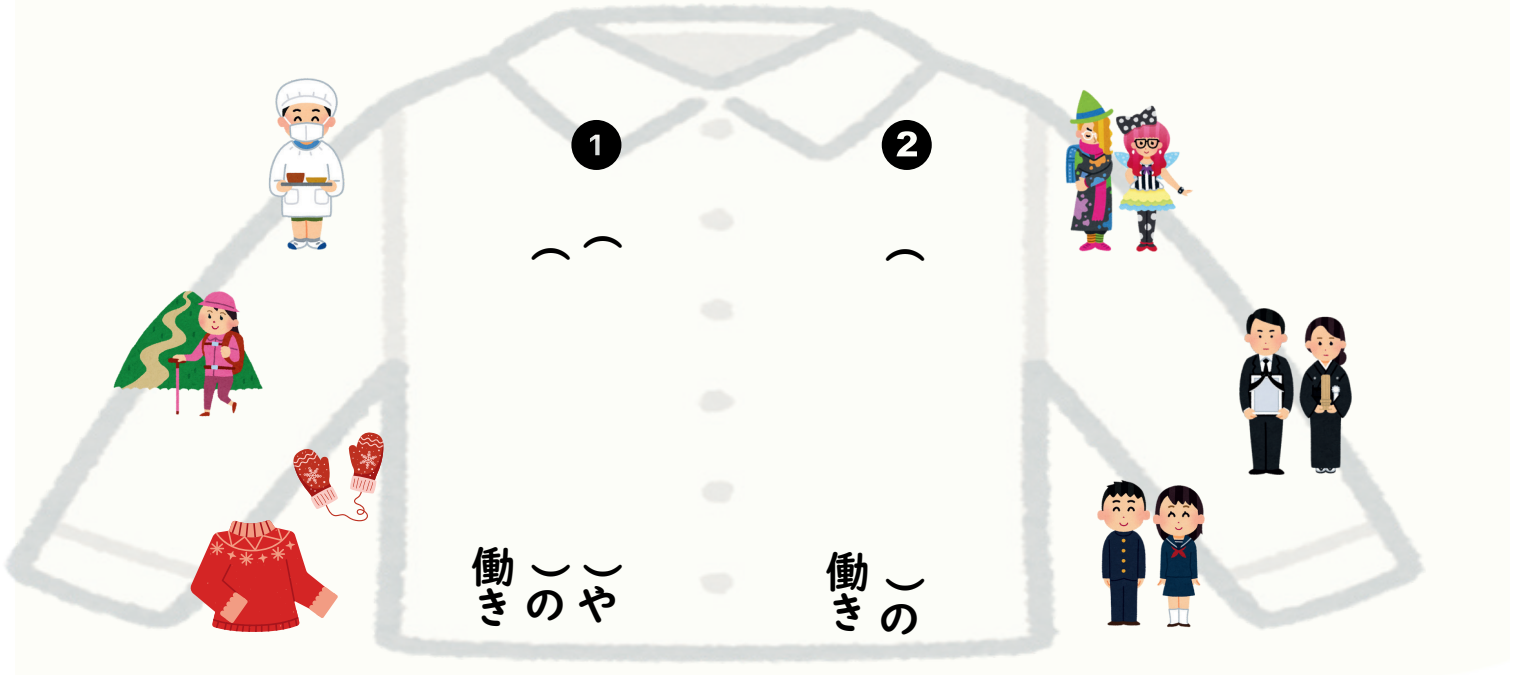


1. 未来につながる衣生活プランを作成しよう

👉 振り返り～衣服の働き～



✔ 衣生活を振り返ろう

① 服の持ち数を数えてみよう

上着 () 枚 シャツ () 枚ズボン () 枚 その他 () 枚

② 服を買うときに大事にしているのは?

デザイン 値段 ブランド 長持ち その他 ()

③ 手入れはできている?

洗い方に気をつけている アイロンをかける 畳んでしまう
 ボタンつけ・補修ができる あまりしていない





購入プランを立てよう

① その衣服を購入したい理由は？

💡 どうしてこの服が必要？どんなときに使う？

② 何回くらい着用できそう？

💡 季節・用途・長持ち度を考えてみよう

③ 長持ちしそうなポイントは？

💡 素材・作り・ブランド・ロコミなど

④ 手入れはできそう？

💡 洗濯ネットを使う？ドライケアが必要？

⑤ 家計への影響は？

💡 購入したら家庭のお金の使い方にもどのように関わる？

⑥ 環境への影響は？

💡 長く着用できそう？リサイクル・リユースできる？





私の衣生活プラン

① 購入方法の工夫 (どんなことを意識して衣服を購入する?)



② 手入れの工夫 (長持ちさせるための工夫は?)



③ 捨てる方・リユースの工夫 (着用しなくなった衣服はどうする?)



④ 予算を考えた購入の工夫 (限られたお金で、満足できる買い方は?)



《 振り返り～衣生活の学習を通して、これからの生活で活かしたいこと～ 》





2. 未来につながる住まいをデザインしよう



振り返り～住まいの空間～



住まいに求められることって何だろう

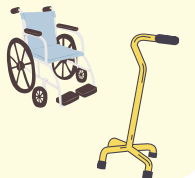
① 環境にやさしい住まいとは？(例：自然エネルギーの利用など)



② 災害に強い住まいとは？(例：災害への備え、備蓄など)

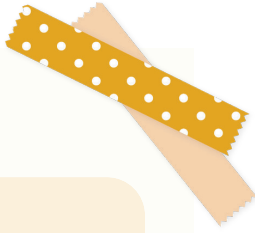


③ 誰でも安心して暮らせる住まいとは？(例：バリアフリーの視点など)





【前回の授業とのつながり】
「お金」の視点から住まいを考えよう



① 光熱費を減らす工夫

💡 電気・ガス・水をどのように使用すると、毎月の支払いを減らせる？

Blank area for notes related to reducing energy costs.

② 長く安心して住むための工夫

💡 将来の大きな出費を防ぐためには？

Blank area for notes related to long-term housing safety.

③ 毎日の暮らしを快適にする工夫

💡 快適さを上げるためには、何を優先してお金を使う？

Blank area for notes related to daily comfort.

④ 未来の暮らしにつながるお金の使い方

💡 将来のことも考えると、どのようなお金の使い方が必要？

Blank area for notes related to future financial planning.









1. 未来につながる調理に挑戦～私たちが作るとん汁～





振り返り～食事の役割～


A ()をつくる  

 B ()や()を維持する

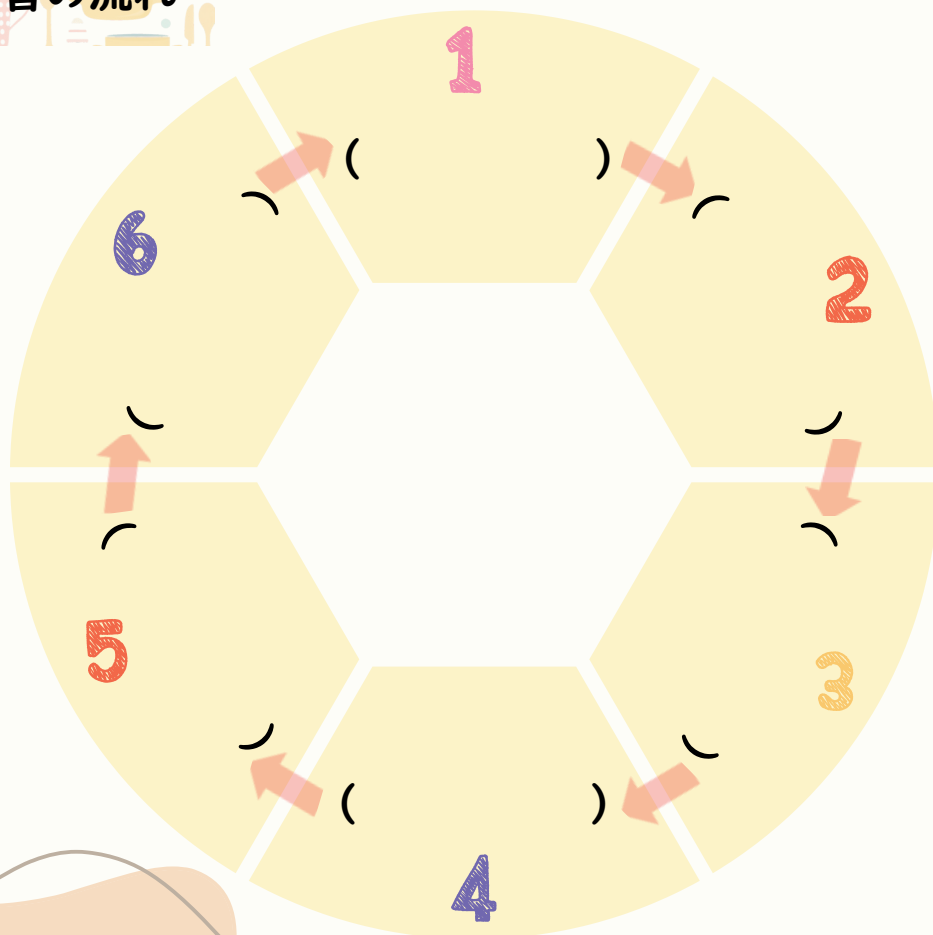
C ()となる 

 D ()を成長させる

E ()を伝承する 



 F ()をつくる

調理実習の流れ



1 計画を立てよう

調理実習のメニュー「①」

- ・ 予算  : ()円 → 具材のみ
- ・ 食材を購入する場所  ()
- ・ グループ : ()班
- ・ メンバー : ()



どんな食品を使う？ ～グループワーク  ～

「とん汁」をつくろう ①事前準備

「とん汁」に入りたい食材を考えてみよう！

考えるヒント(例)



- ・ 予算：予算内に収まるかな？
- ・ 旬：今の季節に美味しい食材かな？
- ・ 見た目：色どりが良くなるかな？
- ・ 地産地消：地元で生産された食材はあるかな？
- ・ 栄養バランス：どんな栄養が摂取できそうかな？
- ・ 食品ロス削減：食材を無駄なく活用できそうかな？



「とん汁」に入れたい食材を書こう！（※豚肉  は必ず使用）



2

準備をしよう

（※ICT  活用）

食品名	一人分の分量 (g)	人数 (人)	合計必要量 (g)





教科書P() 「とん汁」の作り方を参考にして作り方をまとめよう

【作り方】 How?



食材購入リスト
(購入したものにチェック しよう)

生鮮食品と加工食品、
それぞれの食品の選ぶ
ポイントを思い出そう!

<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

【合計金額 】 円

3 調理をしよう

～以下の事を思い出しながら調理実習を行うようにしよう～

- 各食品の調理上の性質(調理による変化)
- 基本的な調理方法
(洗う、切る、ゆでる、いためる、煮る、焼く、蒸すなど)
- 調理用具や加熱器具の安全で正しい使い方
- 食品や調理用具などの衛生的な扱い方



4 試食しよう(振り返り)

出来上がったとん汁をよく観察し、
味わって食べよう。
食べてみて感じたことを
下に記入しよう。



【完成写真を貼る】

【見た目(盛り付け・いろどり)】


【味】

【香り】

【食感】

【温度】

5 後片付けをしよう

 出来たらチェック しよう

- 食器や用具を洗い、決められた場所に戻した
- ふきんやまな板、食器洗い用スポンジはきれいに洗い、その後、乾燥させている
- ガス栓を閉めた
- ごみを始末した
- 調理台をきれいに掃除した



6 反省

① 食材の品質・量・予算は適切だったか

💡 量は人数分に合っていた？品質は良かった？予算内で購入できた？

② 衛生面に気を付けて調理できたか

💡 食材を洗う・手を清潔にする・火の扱い等に注意できた？

③ 旬や地産地消を意識し、環境や食品ロスに配慮した調理ができたか

💡 食材を無駄なく使うことができた？エネルギーを節約できた？

④ グループで協力して取り組むことができたか

💡 計画から調理、後片付けまでメンバー全員で協力できた？

《 振り返り～食生活の学習を通して、これからの生活で活かしたいこと～ 》