

「チャレンジクッキング」 ご家庭での調理実習ご協力をお願い

日頃より本校の教育活動にご理解ご協力をいただきまして、ありがとうございます。

家庭科「ゆでて、いためてくふうしよう おいしい食事」ですが、入江シェフによる学習動画を活用した学校での学習が終了しました。

本日、家庭用調理実習ワークシートを持ち帰ります。

① 「いりたまごをつくってみよう」「3色野菜いためをつくってみよう」について

- ・入江シェフにご協力の元、作成した学習動画を使用して、実際の調理法と調理する上でのポイントを学習すること。
- ・教師の示範を含めた児童による実験実習（切る、いためるなど、少しずつ分担して1食分を作る実習）をすること。

以上2点を学校で学習しました。

「いりたまご」「3色野菜いため」についての学習動画は、山内小学校のHPのリンクから、本日よりYouTubeでご覧いただけます。

学校でも実際に実験実習を行っているので、学習動画を参考にしながら、ご家庭でも取り組んでいただければと思います。

②裏面「1食分のこんだてのおかずをつくってみよう」について

「栄養バランスを考えた1食分の献立づくり」について学習した際に考えた主菜（副菜まで書いている児童もいます）を各自で書いています。

裏面に関しては、

- ・栄養バランスを考えた1食分の献立を作ること
- ・実際に家庭で作ることをイメージし、作るために必要な材料や、調味料、調理法を自分で調べることで目標としているため、実際の調理の指導は学校では行っておりません。

ご家庭で調理にチャレンジされる場合は、材料、調味料調理法についてのサポートいただけると幸いです。

③ワークシートの提出について

2月の学年だよりでもお伝えしましたが、学校で学習したことを実生活に生かせるよう、可能な範囲で（必須ではありません）ご家庭での調理実習にご協力いただければと思っております。すでに作り終えている場合は、その時の様子を書いていただいても構いません。

ご家庭で調理実習をした場合は、3月12日（金）までに提出してください。

ご協力お願いいたします。