

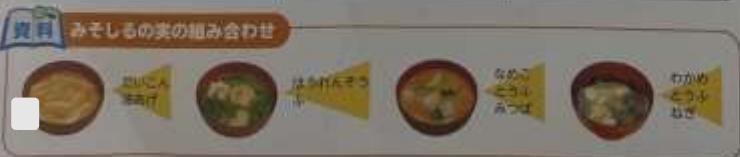
扇小 元気な作品集

令和7年度（51年目）

④ 実習 ご飯とみそしる作りの実習計画と記録

材料	分量	
	1人分	()人分
ご飯	ご飯をよく水漬けする事。 米をよく洗う事。	
みそしる	みそしるをよく水漬けする事。 米をよく吸水する事。	
	11月10日 はん	
	洗う・吸水	
	洗った時手がつめ たかったです。吸水の 時間が長かったりな かがたくなりました。	
	だしや実の準備	
	みそしるたまごはうわた を取るのかもす かしかた	

ご飯をよく手漬・糸をつけること	たく	蒸らす
	だしをとる	実を煮る
火を付け少しした、てひまでした。 たら、水か少しあ ふれできひく りしました。たく 時間がながく	蒸らしている時 すごくひまでこ げていなかっし んはいでしました。	ま、といでそにほい ねき、油わけしづ しきりみていく少し のじゅんをひいれ 日をはなしてほた ました。 からし、かり見る



ふり返り「よくできた○ できた○ もう少し○」

- | | |
|---------------------------|---------------------|
| 材料・用具の準備はできたか。 | ① せんなどさうりよくしてじました。 |
| 米をしっかりと洗えたか。 | ② せんな1回アラスアラスました。 |
| ご飯の水の量や火加減は、よかったです。 | ③ 少しアラスアラスかけむしよ |
| だしは、正しくとれたか。 | ④ ただしくときました。 |
| みそしるの実の切り方や火の通り方は、よかったです。 | ⑤ ちゅうどいい大きさにして。 |
| みそしるの量は、ちょうどよかったです。 | ⑥ あじ味をして上手にござりました。 |
| 2つの調理を手順よくできたか。 | ⑦ みんなで考えながらおこなひました。 |
| 安全や衛生に気をつけて調理できたか。 | ⑧ とてもよかったです。 |
| 分担に責任を持ち、協力してできたか。 | ⑨ ナカナカしてみました。 |
| 後片づけは、きちんとできましたか。 | ⑩ きれいに片づけられました。 |

⑤ 考えよう みそしるの実の組み合わせを、いくつか考えましょう。

わらわ、たうふ、ごぼう、さつまいも、みそ
しゃくやつみそだれかわ、しょうとう油あけ、
あんづねきはなづくつ、



家でよく作るものや、
あなたの好きなもの、
地域の産物を使ったもの
などを書こう。

資料 配せんの仕方とはしの作り方



五年生の家庭科ノートです。ご飯とみそ汁の計画をまとめています。振り返りを読むと、みんなで協力して出来たことがよく分かります。