

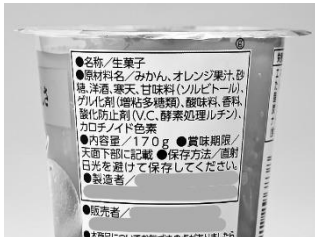
食品の選択と購入について考えよう

① 食品を選ぶときに気を付けていることを書きましょう。

生鮮食品	
加工食品	





② 食品表示法についてまとめましょう。

③ 身近にある食品の表示でどのようなことが分かるか調べましょう。



●分かること

④ 食品のマークについて、適切な語句を（ ）に入れてまとめましょう。

			
() マーク	有機 JAS マーク	() マーク	() 認証
() (JAS) に合格した食品に付けられる。	日本農林規格に基づき、()や()を使用せずに生産されたものに付けられる。	()が期待できる食品に付けられる。	原材料の入荷から製品の出荷まで()が行われ、厚生労働大臣の承認を受けた製品に付けられる。

自己評価

▶食品の選択と購入のために必要な情報について理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

▶用途に応じた食品を考え、適切に選択できましたか。

(A ・ B ・ C)

生鮮食品の特徴を調べよう

① 生鮮食品について、() に適切な語句を入れましょう。

生鮮食品…… () ・ () ・ () ・ () などのように
生産地でとれたままの () をほぼ保ち、加工されていないもの。

※魚介類や野菜・果物が1年のうちで最も市場に多く出回る時期 ⇨

② 旬または出盛り期の食品の特徴についてまとめましょう。

③ 生鮮食品の旬を調べましょう。

	魚介類	野菜	果物
春 (3~5月)			
夏 (6~8月)			
秋 (9~11月)			
冬 (12~2月)			

④ 生鮮食品が1年中流通している理由を考えましょう。

⑤ 今後、料理をするときに生鮮食品をどのように取り入れていくか考え、書きましょう。

自己
評価

▶生鮮食品の特徴について理解できましたか。

(A ・ B ・ C)

加工食品の特徴を調べよう

① 食品を加工する目的を挙げましょう。

② 加工食品の長所、短所を考えましょう。

長所	短所

③ 加工食品の種類と方法をまとめましょう。

種類	加工の方法
乾燥食品	食品の（ ）を減らして微生物の繁殖を抑える。
冷凍食品	（ ）以下の低温で急速冷凍し、微生物の繁殖を抑える。
発酵食品	特殊な（ ）を増やし、うまみや香りを付ける。
瓶詰・缶詰・レトルト食品	食品を（ ）し、（ ）して微生物の繁殖を抑える。
塩漬け・砂糖漬け・酢漬け	食品を塩や砂糖に漬けて（ ）したり、酢に漬けて微生物の繁殖を抑える。
（ ）	煙でいぶし、乾燥・殺菌作用によって微生物の繁殖を防ぐ。
練り製品	魚や肉に塩・その他の調味料を加え、練りあわせて加熱する。

食品の表示について調べよう

① 食品の表示について、語句を説明しましょう。

食品添加物	
食物アレルギー	
遺伝子組み換え食品	
消費期限	
賞味期限	

② 食品には上記の表示のほかにどのようなマークがついているか、調べましょう。

マーク			
マークの名称			
付いていた食品名			
マークの意味			

③ 今後、家庭で加工食品をどのように利用していくかを考え、書きましょう。

食品の保存と食中毒の防止について考えよう

① 家庭では、食品をどのように保存していますか。食品の保存場所を書きましょう。

② ア～タの食品の保存場所として適している場所を選び、書き入れましょう。

● 冷凍・冷蔵庫

冷蔵室 (約 ~ °C)	
チルド室 (約 ~ °C)	
野菜室 (約 ~ °C)	
冷凍室 (約 ~ °C)	

● 冷暗所

--

ア 野菜 イ 牛乳 ウ 肉 エ カットわかめ オ 卵 カ マヨネーズ キ 果物
ク 魚 ケ アイスクリーム コ ヨーグルト サ じゃがいも シ 飲み物
ス 冷凍食品 セ レトルト食品 ソ 肉じゃがの残り タ サラダ油

③ 細菌の増殖の主な条件を3つ書きましょう。

() () ()

④ 食中毒予防の三原則とその方法をまとめましょう。

三 原 則	方 法
付 け ない	
増 や さ ない	
や っ つ ける	

⑤ 食品を購入・保存・調理するとき、食中毒を防止するために自分にできることを考えて書きましょう。

自己
評価

▶ 食品の適切で安全な扱い方について理解できましたか。

(A ・ B ・ C)