

感染症対策のQRコンテンツもご用意しました。

いつも確かめよう

衛生・安全に気をつけて実習をしよう **+** 安全

実習を行うときは、けがや食中毒、病気の感染を防ぐために、衛生や安全に気をつける必要があります。また、施設などの災害はいつ起こるか分からないので、前や中かには常に不要な物を置かないようにしましょう。このページをよく読んで、いつも確かめながら実習をしましょう。

実習の前に

体調を確認しよう

- 学校の決まりに従って、検温や健康診断を行う。
- 体調が悪いときは参加しない。

衛生に気をつけよう

- 部屋の換気をする。
- 調理実習は必ずマスクをする。 **10分**以上換気。
- 正しく手を洗ってから参加する。
- 先生の指示に従い、必要であればアルコール消毒をしたり、マスクを着用したりする。

資料1 手の洗い方

- 1 流水で手をぬらし、せっけんをのびさせる。
- 2 手のひら、こう、指先と指の間を洗う。
- 3 親指、つめ、手背を洗う。
- 4 流水で洗い、手を清潔なタオルなどで拭く。

5 指の間をあらいよう。

うつらない うつさないために

感染症から自分自身や大切な人を守るため、自分ができる手洗いをしっかりと行おう。

【指導者、保護者の皆様へ】
学校活動の様子や実習の準備を分かりやすく伝えるために、一部の写真やイラストには、「学校の新しい生活様式」とは異なる表現が含まれています。活動にあたっては、身体的距離の確保やマスクの着用、手洗いの徹底など、文科科学省や自治体等のガイドラインに沿った適切な対応をお願いいたします。 **+** チェックリストで確認しよう。

8

うつらない うつさないために

- 手のあらい方
- 3つのせきエチケット
- 正しいマスクのつけ方
- 3つの「みつ」をさげよう
- 感染しよう別々チェックリスト



手の洗い方

3つのせきエチケット

マスクが正しい

マスクを正しくつける

ティッシュやハンカチで鼻を拭く

手で拭くときは必ず手を洗う

顔を拭くときは必ず手を洗う

3つのせきエチケット

教 p.8

その他の特色

防災・地域との連携

日々の備えマーク **+** 日々の備え を用いて、生活の中でできる災害対策を紹介しています。また、地域の実践例を豊富に掲載しています。

ローリングストックの考えを取り入れました。

日々の備え

準備できるレトルト食品や、かんづめ、びんづめなどの食品を備えておく、もしものときに役立ちます。足りないように、ふだんの料理に使って、また買い足しておくで安心です。

さばかんのトマトソテー

にんじん・たまねぎ 大きめのみじん切りにする。
さばかん 温めて、身と汁を分けておく。

作り方

- ① にんじん、たまねぎを油でいためる。
- ② さばかんの汁とトマト缶を加えていためる。
- ③ ②を皿に盛り、さばかんの身をのせる。
- ④ いろいろのよい野菜をそえて盛りつける。

さばかんのトマトソテー

なめたけとツナの pasta

ツナかん・なめたけ フライパンなどで温めておく。
pasta ふっとうした湯に塩を入れてゆでる。

作り方

- ① ゆでた pasta を温めたツナかんとなめたけをあえる。
- ② 好みでさざんまのりやいわいれだいをのせてツナの pasta をのせる。

教 p.119

地域の農家やレストラン、病院との実践事例です。

ほかにも

- p.18 茶つき・お茶作り体験
- p.34 針と糸
- p.47 電気やガスが止まってもご飯がたける
- p.56 防災
- p.130 地域と音の関係を考えよう～マイ音マップ作り～
- p.131 学校の高学年として～幼稚園とオンライン交流～
- p.131 みんなでつくろう 思い出のふるさとにかがやく未来を
- p.132 家族で防災会議

（地元特産ピーマンでふるさとを元気にしよう）

ハッピーベジタブルプロジェクト始動

福島県田村市のある小学校の5、6年生は、地元特産のピーマンを使って、地域の人々と活動をしています。きっかけは新型コロナウイルス感染症拡大の影響でした。売り上げが減ってしまったピーマン農家やレストランを応援するために「ハッピーベジタブルプロジェクト」を始めました。農家の方に教わりながら収穫体験をしたり、地元のレストランのシェフに教わりながらピーマン料理を考えて、実際にレストランのメニューに became ました。

病院給食のメニュー開発

市民病院の病院給食のメニュー開発も行いました。管理栄養士の方に献立の立て方を教えてもらい、家庭科での学習を生かしながら、体にやさしく、おいしい給食にしようとの心をこめて献立を考えました。これからも地域との関わりを大切に、ふるさとを元気にする活動を続けていく予定です。

15