

# パンは世界をめぐ

パンには、こむぎこをそのまま焼いた「平やきパン」とイーストで発酵させた「発酵パン」がある。どちらの種類のパンも世界のあちこちでむかしから作られ、今でも食べられている。二種類のパンを実際に作ってみよう。



世界のパンの歴史を調べよう。お店でインドのナン、メキシコのトルティーヤ、中国のまんじゅうなどをさがす。



## 読んでみよう

### 『パンの絵本』

かたおかふさこ編 やまふくあけみ絵  
農山漁村文化協会 2005  
978-4-540-04162-4

### 『ぼくのぱんわたしのぱん』

神沢利子文 林明子絵 福音館書店 1981  
978-4-8340-0849-4

### 『パンがいっぱい』

大村次郷写真・文 福音館書店 2012  
978-4-8340-2757-0

### 『パンの大研究』

竹野豊子監修 PHP 研究所 2010 978-4-569-78050-4



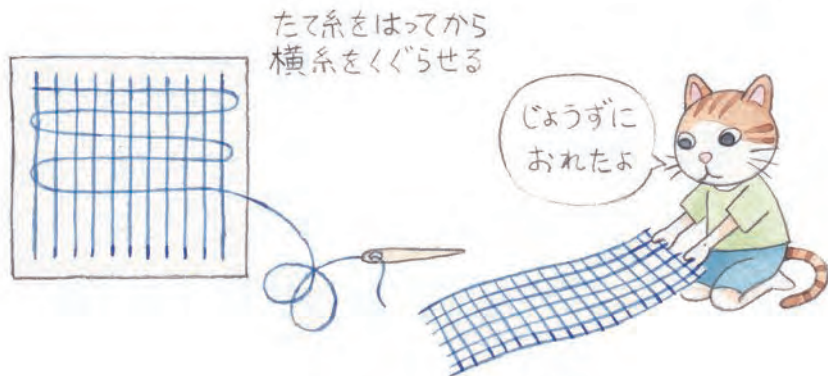
# はたおりに挑戦

ちようせん

たてに糸を並べて、横糸をくぐらせて、行ったり来たり、くり返す。それで、糸がちゃんと布に織れていく。大きなしかけがなくても、ボール紙と針があれば、織り機と同じくみで、布が織れる。色と形を工夫して、織ってみよう。



織りあがった布で、コースターや敷物などを作ってみよう。



## 読んでみよう

### 『糸あそび布あそび』

田村寿美恵文 平野恵理子絵 福音館書店 2003  
978-4-8340-1909-4

### 『へんしん糸・ひも・布』

石井正子著 なとりちづ絵 偕成社 1996  
978-4-03-533110-0

### 『織りものごっこ』

田村寿美恵作 中村有希絵 童心社 1998

### 『古代の布を織ろう・染めよう』

宮内正勝監修 リブリオ出版 2003  
978-4-86057-110-8



# 何なんでも包つつめるふろしき物

日本にほんの伝統でんとう的な入れ物いもの、ふろしきなん。何でも入はいる。おべんとうばこでも、本ほんでも、スイカでも、ビンでも。ふろしきかたのいろいろなつみ方かたをためしてみよう。ふろしきひと一つで、旅行りょこうにも行ける。



## 読よんでみよう

### 『つつんで・むすんで』

森田知都子作 森さつき絵 大日本図書 2003  
978-4-477-01558-3

### 『風呂敷』

ふろしき研究会監修 森田知都子文 文溪堂 2008  
978-4-89423-559-5

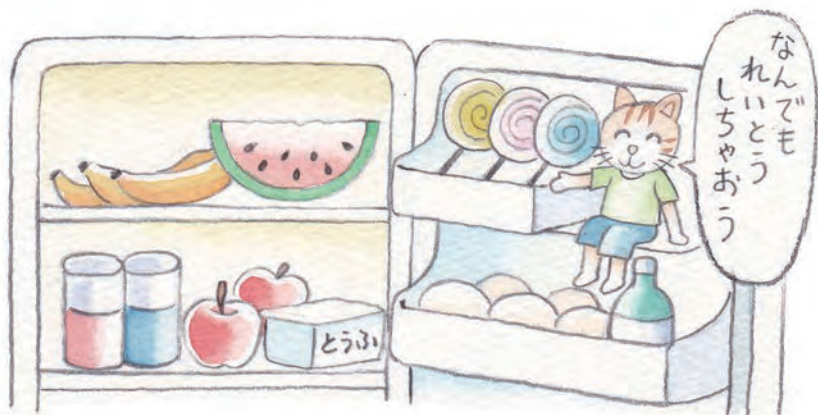
### 『ふろしき大研究』

宮井株式会社監修 PHP 研究所 2005  
978-4-569-68572-4



# アイスパーティーをしよう

ばばあちゃんのアイスパーティーのように、何でもれいとうこに入れて、こおらせてみよう。たんさんのジュース、とうふ、お茶、アメ、スイカ、イチゴ、ようかん、まんじゅう、生たまご、ソーセージ、花…。いろいろなものをこおらしたら、どうなる？ 食べたら、どんな味がする？ パーティを開いて、みんなで試してみよう。



## 読んでみよう

『ばばあちゃんのアイス・パーティー』

さとうわきこ作 佐々木志乃協力 福音館書店 1995

978-4-8340-1541-6

『小学生のキッチンでびっくり実験 66』

p26~35 学習研究社 2009

978-4-05-203168-7



# 赤あかちかゃんあそと遊あそぼう

かぞく あか 家族に赤あかちかゃんあそがいる人、ひと 近所きんじよに赤あかちかゃんあそがいる人ひとは、赤あかちかゃんあそと遊あそんでみよう。どんなことをしてあげると喜よろぶかな？ どんななときなに、泣なくかな？ どんななこことばばがわかるかな？ 夏なつやす休やすみにじじくくりつつきああって、赤あかちかゃんあそとななかよよくくななって、成せい長ちやうを記き録ろくしよう。

ステップ  
アップ

わらべうたで遊あそんであげよう。



## 読よんでみよう

### 『あかちゃんてね』

星川ひろ子、星川治雄著 小学館 2005  
978-4-09-726041-7

### 『あかちゃんが教室にきたよ』

星川ひろ子写真 寺田清美、鈴木良東文  
岩崎書店 2006  
978-4-265-00627-4

### 『赤あかちかゃんあそがわかる絵事典』

鈴木みゆき監修 PHP 研究所 2008  
978-4-569-68907-4

### 『あかちやんとお母おさんのあそびうたえほん』

小林衛己子編 大島妙子絵 のら書店 1998  
978-4-931129-74-0

### 『あかちやんのごきげんがよくなる12のわらべうたえほん』

小林衛己子編 あべななえ絵 ハッピーオウル社 2006  
978-4-902528-17-6



# 完全無欠のおべんとうをつくる

わたしたち人間に必要な栄養素は、50種類以上ある。主な栄養素は、炭水化物、脂肪、たんぱく質、無機質（カルシウム・鉄）、いろいろなビタミン、そして水だ。この栄養素が全部入ったおべんとうって、作れるだろうか？



## 読んでみよう

### 『おべんとうつろう！』

坂本廣子著 まつもときなこ絵 借成社 1993  
978-4-03-428170-3

### 『からだの中の栄養』

足立己幸著 伊東美貴絵 大日本図書 1998  
978-4-477-00896-7

### 『栄養がわかる絵事典』

金田雅代監修 PHP 研究所 2008  
978-4-569-68759-9

### 『1年生からひとりでお弁当を作ろう』

坂本廣子著 竹下和男監修 共同通信社 2012 978-4-7641-0652-9

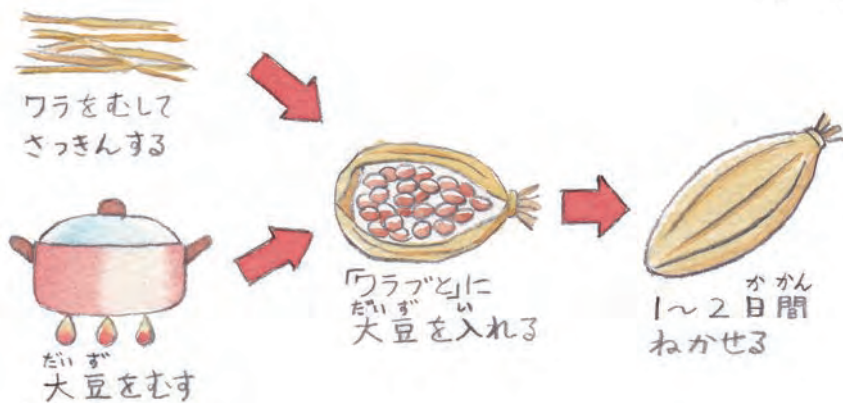
### 『お弁当』

坂本廣子著 まつもときなこ絵 少年写真新聞社 2011 978-4-87981-370-1



# おいしい「なっとう」を作ろう

大豆が、ネバネバした「なっとう」になるのはなぜ？  
大豆じゃないとネバネバにならないのかなあ。大豆からなっとうを作って、ネバネバのなぞにせまろう。



## 読んでみよう

### 『しょうたとなっとう』

星川ひろ子、星川治雄写真・文  
小泉武夫原案・監修 ポプラ社 2003  
978-4-591-07887-7

### 『なっとうの絵本』

わたなべすぎお編 さわだとしき絵  
農山漁村文化協会 2004  
978-4-540-03202-8

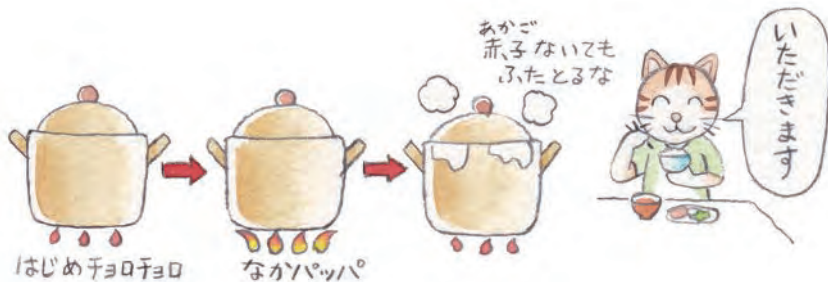


# はじめちヨロちヨロ作戦さくせん

いま、ごはんは、**電気**すいはんきで、かんたんにたけてしまう。昔は、**電気**ではなく、**火**でたいていた。今だってもちろん、**火**でたける。なべを**使**って、自分で**水**かげんや**火**の強さに**気**をつけて、たいてみよう。ごはんが「ブツブツ」いわなくなったら、できあがり。なべの**底**に、おこげがで**き**るのもおいしい。



**か**たい**米**が、**や**わらかい**ご**はんになる**仕**組**み**を調べよう。



## 読んでみよう

### 『お米のひみつ』

小竹千香子著 永井泰子絵 さ・え・ら書房 1992  
978-4-378-03864-3

### 『料理とワラ加工』

農文協編 赤松富仁写真 農山漁村文化協会 2002  
978-4-540-01186-3

### 『お米をおいしく食べよう!』

保岡孝之監修 ポプラ社 2002  
978-4-591-07130-4

### 『イネ・米』（地球を救う!植物）

津幡道夫著 大日本図書 2013 978-4-477-02652-7





# 布ぬのを染そめて遊あそぶ

庭にわや山やまで生はえている草くさや木きで、小ちいさな布ぬのきれを染そめてみよう。同おなじ草くさでも、にたて方かたや季き節せつによつて、色いろはかわる。タマネギや紅こう茶ちゃ、コこーヒいーでも染そめることができる。白しろいTシャツやハンカチを自じ分の好すきな色いろに染そめてみよう。



ふじのは



タマネギ



ブドウの皮



こんな色に  
そまった

## 読よんでみよう

### 『草木染の絵本』

やまざきかずき編 かわかみかずお絵 農山漁村文化協会  
2006 978-4-540-05205-7

### 『草や木のまじゅつ』

山崎青樹文・絵 石曾根史行ほか写真 福音館書店 1989

### 『野外探検大図鑑』

p68~71 松岡達英絵 塩野米松構成・文 小学館 1993  
978-4-09-213101-9

### 『色であそぼう』

p40~41 日本色彩研究所監修 岩井真木構成・文  
岩崎書店 2007  
978-4-265-04263-0



# トマトを調べよう

トマトは野菜のなかで、世界一たくさん食べられている。同じトマトでも種類がたくさんある。いろいろな種類のトマトを買って、味を比べてみよう。どんな栄養があるのか、調べてみよう。食べきれなかったら、スパゲッティ用に、トマトピューレを作っておくのもいい。



世界にはどんなトマト料理があるだろう。



トマト



ミニトマト



がた型トマト



トマトは虫のきらいなおいを出さないだよ。

## 読んでみよう

### 『トマトの絵本』

もりとしひと編 ひらのえりこ絵 農山漁村文化協会 1997  
978-4-540-96167-0

### 『ミニトマトの絵本』

すがはらしんじ編 じんさきそうこ絵  
農山漁村文化協会 2010  
978-4-540-09168-1

### 『トマトのひみつ』

山口進文・写真 福音館書店 1998  
978-4-8340-1542-3

### 『トマトとともに』

依田恭司郎写真 農文協編 農山漁村文化協会 2012  
978-4-540-12187-6



# 夏なつをすずしくせつでんたい節電隊

クーラーを使つかわなくても、夏なつをすずしくのりきるには、  
 緑みどりのカーテンつくを作ると良い。アサガオ、ゴーヤ、ヒョウタン、  
 フウセンカズラなどツル性せいの植物しょくぶつを育てそだて、家いえをひかげに  
 しよう。アサガオのようにきれいな花はなを咲さかせたり、ゴー  
 ヤのように食たべられる植物しょくぶつを育てそだてるのも楽しい。



緑みどりのカーテンのある部屋へやとない部屋へやでは、温度おんど  
 にどれくらい違いちがいがあるだろう。



## 読よんでみよう

『ねこさんかぞくのみどりのカーテン』

津田直美作 ブロンズ新社 2009 978-4-89309-463-6

『学校で育てる緑のカーテン大百科』全3巻

菊本るり子監修 学研教育出版 2013

978-4-05-811252-6 (セット)

『みどりのカーテンをつくろう』

菊本るり子作 のぐちようこ絵 あかね書房 2012

978-4-251-09856-6

『新・子どもたちが地球を救う50の方法』

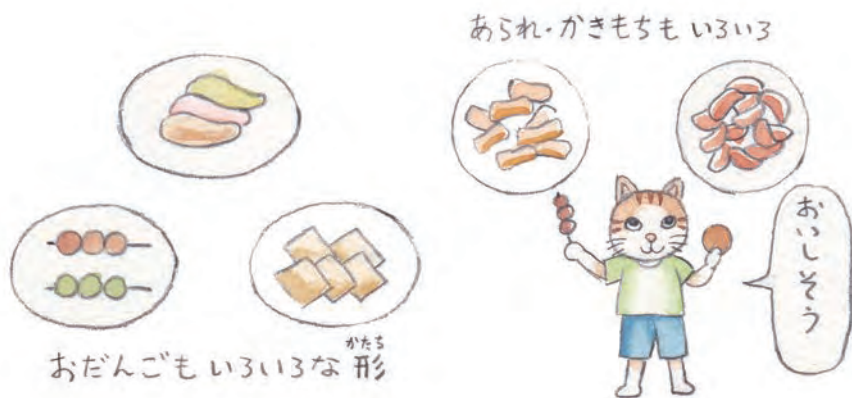
p124~127 地球を救う50の方法制作委員会著 スギヤマカナヨ絵

ブロンズ新社 2009 978-4-89309-464-3



## おやつ、いま、むかし

おじいちゃんやおばあちゃんのちい小さいころのおやつって  
 どんなだったか、聞いてみよう。自分たちの毎日のおやつ  
 と比べて、どこがちが違うかな？ どんなあじ味？ いっしょにつく作っ  
 て食べてみよう。おやつのなかには、江戸時代から今まで、  
 ずっとた食べてきたものもあるよ！



## 読んでみよう

## 『ウキウキ甘辛おやつ』

奥村彪生文 野村俊夫絵 農山漁村文化協会 2006  
 978-4-540-06097-7

## 『大江戸ファンタジー』

p18~19 沢田真理文・絵 パロディー社 2002  
 978-4-938688-08-0

## 『和菓子の絵本』

平野恵理子作 あすなる書房 2010  
 978-4-7515-2538-8

## 『和菓子の絵事典』

俵屋吉富監修 PHP 研究所 2008  
 978-4-569-68795-7

## 『和菓子のほん』

中山圭子文 阿部真由美絵 福音館書店 2008  
 978-4-8340-2304-6

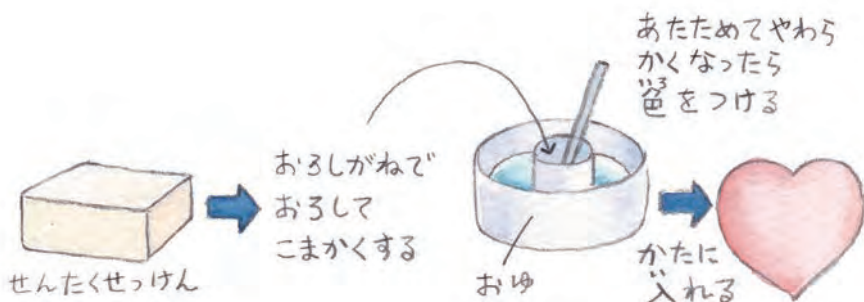




# せっけん作り

お店で売っているせっけんを使って、オリジナルのせっけんを作ってみよう。かわいい形にしたり、色をつけたり、自分だけのせっけんを作ろう。

**ステップアップ** 昔のせっけんは、サイカチやムクロジの実、灰やコメヌカだった。昔のせっけんを作って、よごれが落ちるか、試してみよう。



## 読んでみよう

『せっけん』（世界が見えてくる  
身近なもののはじまり第2期5）  
三木晴雄、安藤夫紀子監修 柴田智子文  
PHP 研究所 2002

