

米粉のナゾにせまる！！自由研究ワークシート



ほくは米粉でできたコメパンマン！
いっしょに米粉のナゾにせまろう！！

©やなせたかし

小学校	
年 組	
名 前	

ナゾその1

米粉ってどこで売ってるの？

☆身近なお店をのぞいて、売っている店の種類（スーパー、コンビニ、ドラッグストアなど）や何コーナーにあるのか探してみよう！

店の種類： _____

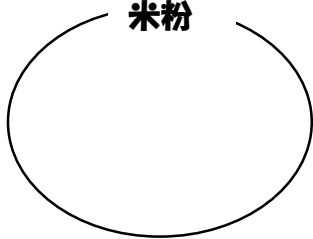
コーナー： _____

ナゾその2

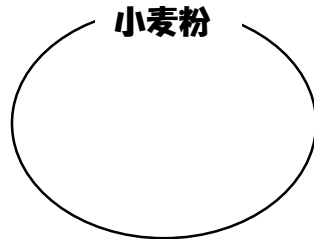
米粉ってどんな色？どんなさわりごごち？

☆米粉の色やさわりごごちを小麦粉や片栗粉など、他の粉と比べてみよう！

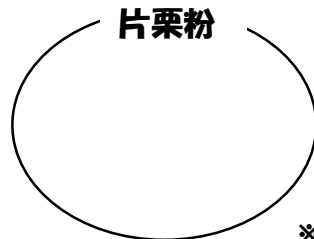
米粉



小麦粉



片栗粉



※粉をラップに包んで試してみよう！色の違いがわかるよ！

米粉ってどんな色？どんなさわりごごち？の続き

☆色やさわりごごちの持ちょうを書いてみよう！

	こめこ 米粉	こむぎこ 小麦粉	かたくりこ 片栗粉
いろ 色			
さわりごごち			
みず くわ 水を加えてみよう			

ヒント：さわりごごちは、ふわふわしてたり、キシキシしてたりするよ。

：水を加えると小麦粉は粘土みたいになる！？米粉、片栗粉はどうだろう・・・？

☆米粉の色やさわりごごちなど、他の粉と比べてどうだった？

どんなところが似てて、どんなところが違ったかな？感想を書いてみよう！

その3

米粉こめこってどうやって料理りょうりに使うつかの？

☆やってみよう！米粉こめこクッキング

～九州農政局きゅうしゅうのうせいきよくのHPにあるレシピりょうりどうがや料理動画みを見て、米粉料理こめこりょうりを作つくってみよう！～

つく <small>つく</small> りょうり <small>りょうり</small> 作った料理	
ざい <small>ざい</small> りょう <small>りょう</small> 材 料	
つく <small>つく</small> かた <small>かた</small> 作 り 方	

☆写真しゃしんをとってはろう☆

☆米粉こめこを使つかった料理りょうりはどうだった？感想かんそうを書かいてみよう！

こめこ にほん すく
米粉が日本を救う!?



©やなせたかし

みんなで日本を救え~!!

☆みんなが主食として食べているお米の消費量は、どんどん減っていて、使われていない水田が増えているんだ。。。

そこで、使われていない水田で米粉用のお米を作り、外国産の小麦粉ではなく、米粉を使ったパンやめんを食べることで、食料自給率を上げることが期待できるよ!

※食料自給率とは、「消費される食料に対して、自分の国で作られた割合を表す数字」のことだよ。

日本の食料自給率は38% (2019年カロリーベース) と他の国に比べて低いんだ。。。

☆みんながもっとお米を食べたり、米の新しい使い方である米粉で作られたものを食べることで、日本が救えるかもしれないね! みんなができることはなんだろう? 考えてみよう!

【自分のできること】

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

よくがんばったね! おつかれさま♪



©やなせたかし

☆よくがんばったね! みんなの考えをおうちの方にも伝えて、今日から家族みんなできれ取組んでみてね♪