

## 4 生活のしかたと病気②

▶教科書38～39ページ

年 組 番 名前

1.  むし歯の起こり方

むし歯は、どのようにして起こるのでしょうか。まとめましょう。

- ①口の中の（細菌）が、砂糖をねばねばした物質に変える。  
 ②ねばねばした物質が歯にくっつき、その中で細菌が増えて（歯こう）になる。  
 ③歯こうの中の細菌が砂糖を（酸）に変え、それが歯をとかす。

2.  話し合って 生活のしかたと口の中の状態

教科書39ページの図で、Bさんのほうがむし歯になりやすいのはなぜでしょうか。生活のしかたと口の中の状態について考えましょう。

	Aさん	Bさん
食事やおやつ後は？	歯みがきやうがいをしている。	朝食後に歯みがきをしているだけで、ほかは何もしていない。
おやつに食べているものは？	牛乳や果物、せんべい、こんぶなどを食べている。	あまいもの、歯にくっつきやすいものを食べている。
おやつを食べている時間は？	Bさんより短い。	Aさんよりも長く、だらだら食べている。
歯がとけやすい状態の時間の長さは？	Bさんよりも酸の強い状態は短い。	Aさんよりも酸の強い状態が長く続いている。

3.  かつよう

自分の生活で、できていることに○をつけましょう。そして、むし歯や歯周病を防ぐためには、どこを改善すればよいか、考えてみましょう。

- |                                             |                                                        |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 食後には、歯みがきやうがいをする。  | <input type="checkbox"/> おやつには、砂糖の多いお菓子や飲み物などをあまりとらない。 |
| <input type="checkbox"/> ねる前には、歯をみがく。       | <input type="checkbox"/> かみごたえのあるものをよく食べる。             |
| <input type="checkbox"/> 時間をかけて、ていねいに歯をみがく。 | <input type="checkbox"/> よくかんで食べる。                     |
| <input type="checkbox"/> おやつをだらだらと食べない。     |                                                        |
| <input type="checkbox"/> 小魚や牛乳など、カルシウムをとる。  |                                                        |

## 取り扱い方

- ・ 1は、教科書p.38の図や本文を参考にしてまとめさせる。
- ・ 2は、注目点ごとに比較させる。
- ・ 3は、生活をチェックした結果を参考に、改善したいことを考えさせる。





**1 病気の起こり方** ▶教科書30～31ページ

年 組 番 名前

1.  **ふり返って** **いろいろな病気**  
**みよう** 知っている病気の名前をあげてみましょう。

( )	( )	( )
( )	( )	( )
( )	( )	( )
( )	( )	( )
( )	( )	( )

※友達があげた病気の名前を書き加えましょう。

2.  **調べて** **病気の起こり方**  
**みよう** 1であげたいろいろな病気は、どのようにして起こるでしょうか。自分の考えを書きましょう。学習した後で、病気の起こり方について、( )の中に言葉を入れてまとめましょう。

病気は、( ), ( ), ( ), 体の( )などが  
 かかわり合って起こります。

3.  **かつよう**  
 教科書31ページ右下の絵で、Nさんは、かぜをひきやすい状態にあります。病原体、環境、生活のしかた、ていこう力に着目して、かぜをひきやすい理由を説明してみましょう。自分の考えを書き、友達にわかるように説明してみましょう。

---



---



---

## 1 病気の起こり方

▶教科書30～31ページ

年 組 番 名前

1.  **ふり返って みよう** いろいろな病気  
知っている病気の名前をあげてみましょう。

( インフルエンザ )	( おたふくかぜ )	( はしか )
( プール熱 )	( 手足口病 )	( がん )
( むし歯 )	( 歯肉炎 )	( 熱中症 )
( 糖尿病 )	( 心臓病 )	( ぜん息 )
( アトピー性皮膚炎 )	( 脳卒中 )	( デング熱 )

※友達があげた病気の名前を書き加えましょう。

2.  **調べて みよう** 病気の起こり方  
1であげたいろいろな病気は、どのようにして起こるでしょうか。自分の考えを書きましょう。学習した後で、病気の起こり方について、( )の中に言葉を入れてまとめましょう。

- ・好ききらいやおかしの食べすぎで、栄養を考えた食事をとらなかったから。
  - ・手洗いやうがいをしていないで生活していたから。
  - ・よごれた空気のせいで、体が負けてしまったから。
- など

病気は、( 病原体 ), ( 環境 ), ( 生活のしかた ), 体の ( ていこう力 ) などがかわり合って起こります。

3.  **かつよう**  
教科書31ページ右下の絵で、Nさんは、かぜをひきやすい状態じょうたいにあります。病原体かんげんたい、環境、生活のしかた、ていこう力に着目して、かぜをひきやすい理由を説明してみましょう。自分の考えを書き、友達にわかるように説明してみましょう。

人混みの中で、せきをしている人が近くにいたりして、病原体を吸いこむ可能性が高い。

寒い環境の中にいる。すいみん不足でつかれている。そのため、ていこう力が下がっている。

## 取り扱い方

- ・1は、自分の経験を思い出して考えさせ、思い浮かばない児童には教科書p.30を参考にしよう声をかける。書いたものを発表させるときに、友達の挙げた病気を書き加えるように指示する。
- ・2は、まとめとして四つの視点を学んだ後に、( )に記入させる。
- ・3では、記入した後で、ペアやグループ内で説明し合う。

## 2 病原体と病気

▶教科書32～33ページ

年 組 番 名前

1.  **調べてみよう** 病原体がもとになって起こる病気の起こり方  
 インフルエンザや食中毒は、どのようにして起こるでしょうか。起こり方について、まとめましょう。

〔インフルエンザの起こり方〕

- ①くしゃみやせきで、( ) が ( ) 中に飛び散ったり、手に付いた病原体がドアノブなどに付いたりする。
- ②それが ( ) や口から、のど、気管、肺に入る。
- ③体の中で ( ) が数を増やすと、インフルエンザの症状が出る。

〔食中毒の起こり方〕

- ①食べ物、手、食器などに ( ) が付く。
- ②それが ( ) から胃、腸に入る。
- ③体の中で ( ) が数を増やすと、食中毒の症状が出る。

+

2.  **考えてみよう** 病原体がもとになって起こる病気の予防  
 次のことに注目して、病原体がもとになって起こる病気の予防するには、どうすればよいでしょうか。

病原体の発生源をなくす	病原体のうつる道筋を断ち切る	体のていこう力を高める

3.  **かつよう**  
 インフルエンザがはやっているので、予防接種を受けました。このほかに、毎日の生活でどんなことに気を付けようと思いますか。また、それが予防に役立つのはなぜですか。

.....

.....

.....

**2 病原体と病気** ▶教科書32～33ページ

年 組 番 名前

1. **病原体がもとになって起こる病気の起こり方**  
 インフルエンザや食中毒は、どのようにして起こるでしょうか。起こり方について、まとめましょう。

〔インフルエンザの起こり方〕

- ①くしゃみやせきで、( **病原体**またはインフルエンザウイルス) が ( **空気** ) 中に飛び散ったり、手に付いた病原体がドアノブなどに付いたりする。
- ②それが ( **鼻** ) や口から、のど、気管、肺に入る。
- ③体の中で ( **病原体**またはインフルエンザウイルス) が数を増やすと、インフルエンザの症状が出る。

〔食中毒の起こり方〕

- ①食べ物、手、食器などに ( **病原体** ) が付く。
- ②それが ( **口** ) から胃、腸に入る。
- ③体の中で ( **病原体** ) が数を増やすと、食中毒の症状が出る。

+ 2. **病原体がもとになって起こる病気の予防**  
 次のことに注目して、病原体がもとになって起こる病気の予防するには、どうすればよいでしょうか。

病原体の発生源をなくす	病原体のうつる道筋を断ち切る	体のていこう力を高める
薬品消毒 日光消毒 熱消毒	手洗い 換気 (空気中の病原体を減らす) 人ごみをさける	規則正しく、栄養のバランスのよい食事 適度な運動 早ね早起き、十分なすいみん 気持ちを明るく持つ 予防接種

3. **かつよう**  
 インフルエンザがはやっているのので、**予防接種**を受けました。このほかに、毎日の生活でどんなことに気を付けようと思いますか。また、それが**予防**に役立つのはなぜですか。

.....

.....

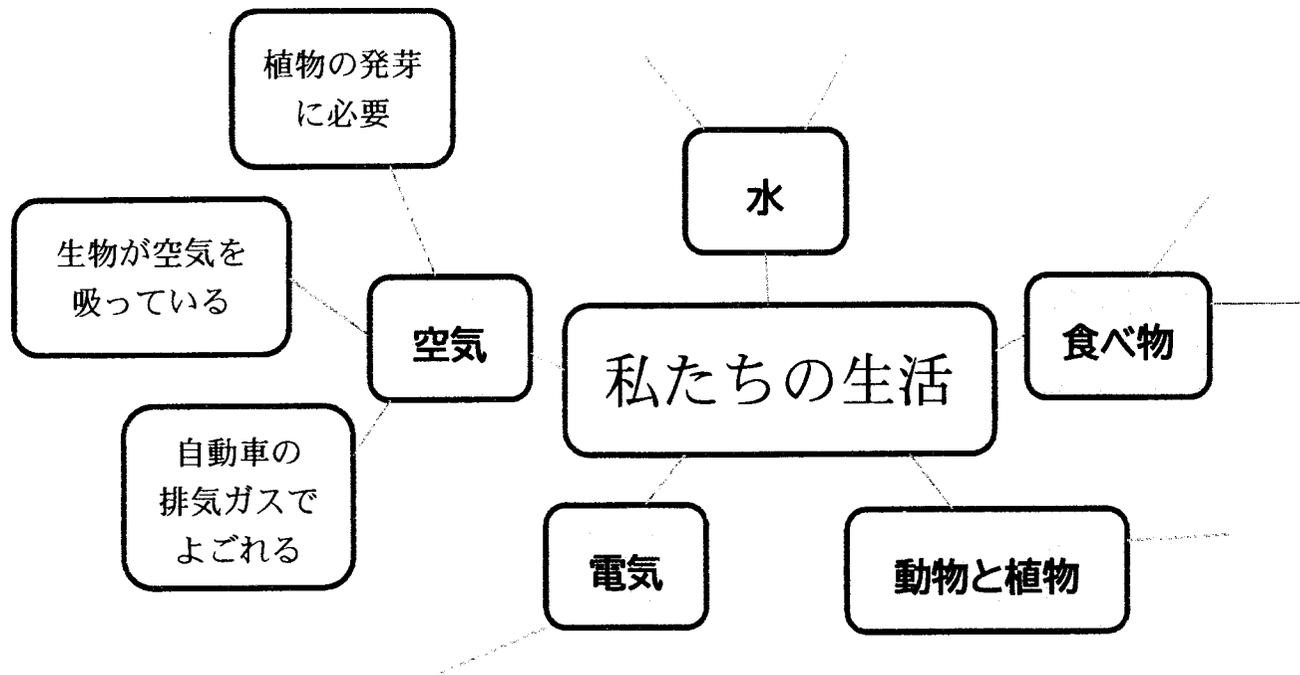
.....

**取り扱い方**

- ・ 1, 2は、教科書p.32, p.33の内容や掲示資料No.10を参考にして記入させる。
- ・ 3は、学習したことを基に、自分の生活と関連させて記入させる。

課題 私たちの生活がどのように環境と関わっているか考えよう。

☆教科書p 6～7の絵を見て、「空気」「水」「食べ物」「動物と植物」「電気」などの項目に関係するものを見つけて、線をつないで書き足していきましょう。



私たちの生活は、自然環境につながっていて、またこれから学習するみなさんの理科の学習につながっていることが多くあります。今日のこの時点で、興味関心のあるものやもっと深く知りたいことなどありますか？理科の学習について思っていることを自由に書いて下さい。

組	
名前	
	100

① 次の図は、母親のおなかの中で育つ人の子どものようすです。

① 母親のおなかの中にある、  
生まれる前の子どもがいるところを  
何といいますか。

( )

② 生まれる前の子どものことを  
何といいますか。

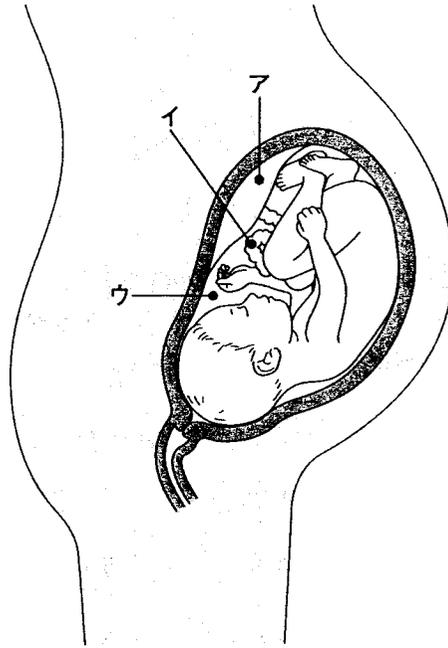
( )

③ 右の図のア～ウの部分の名前を、  
それぞれ書きなさい。

ア( )

イ( )

ウ( )



④ ア～ウについての説明は、それぞれどれですか。次の文の( )の中に  
あてはまる記号を書き入れなさい。

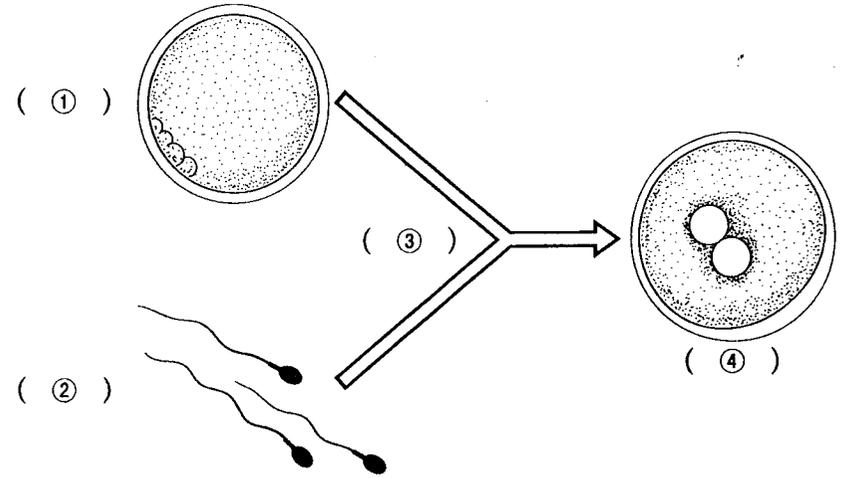
( ) 母親の体からきた養分などを、おなかの中の子どもに運んでいる。  
また、子どもがいなくなったものもここを通過して運ばれる。

( ) おなかの中の子どものまわりを満たしているもの。外から受ける  
しょうげきから守っている。

( ) 母親とおなかの中の子どもをつないで、子どもの成長を守るはたらきを  
している。養分などといらなくなったものをここでこうかんしている。

② 人のたんじょうについて、次の文の①～④の( )にあてはまる言葉を、  
下の[ ]の中から選びなさい。

女性の体内でつくられた( ① )と男性の体内でつくられた( ② )が結びつく  
ことを( ③ )という。( ③ )した( ① )のことを( ④ )といい、  
( ④ )から新しい生命が始まる。



受精 卵 受精卵 精子

①( )

②( )

③( )

④( )

③ 人の子どもが母親のおなかの中で成長するようすと、メダカたまごの成長の  
ようすとて、似ているところを説明しなさい。

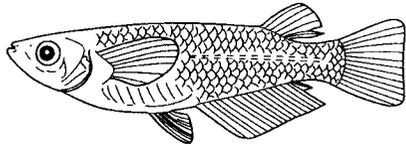
[ ]

生命のつながり(3)  
メダカのたんじょう

組	
名前	

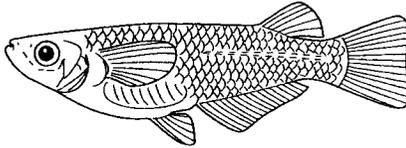
① 水そうでかっているメダカの体を観察しました。次の文は、それぞれおすとめすのどちらを表していますか。

① せびれに切れこみがあり、しりびれは②よりもはばが広い。



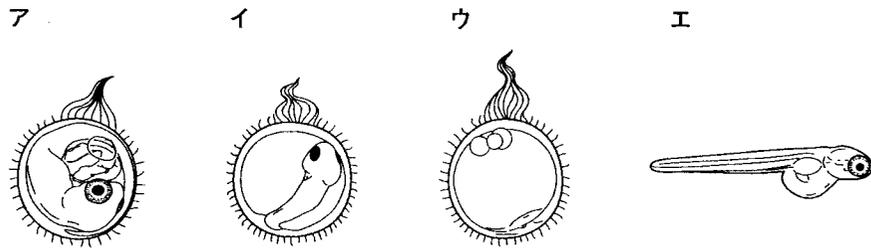
( )

② せびれに切れこみがない。



( )

② メダカのたまごを観察しました。



① たまごと精子が結びつくと、たまごの中で変化が始まります。たまごと精子が結びつくことを何といいますか。( )

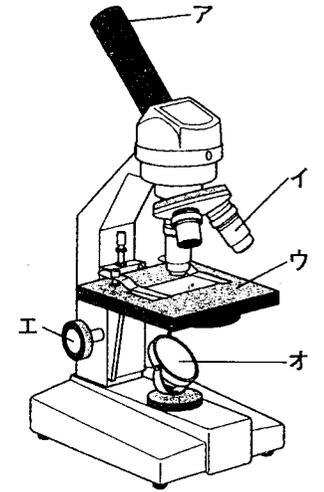
② たまごの中が変化する順に、ア～エをならべかえなさい。( ) → ( ) → ( ) → ( )

③ ふ化したあの子メダカは、しばらくの間、何を使って成長しますか。[ ]

③ けんび鏡の使い方について、次の問いに答えなさい。

① 右の図のア～オの部分の名前をそれぞれ書きなさい。

- ア( )
- イ( )
- ウ( )
- エ( )
- オ( )



② 次の文は、けんび鏡の使い方を説明したものです。( )の中にあてはまる右の図のア～オの部分の記号で書き入れなさい。

- 1 対物レンズをいちばん低い倍率にして、( )をのぞきながら( )を動かして明るくする。
- 2 スライドガラスを( )の上に置く。
- 3 横から見ながら( )を回して、( )とスライドガラスの間をせまくする。
- 4 接眼レンズをのぞきながら( )を回して、( )とスライドガラスの間を広げていき、ピントを合わせる。

③ けんび鏡は、目をいためないために、どのようなところで使いますか。

[ ]

④ 池や川など自然の中にいるメダカは、えさをやらなくても生きています。その理由を書きなさい。

[ ]

☆理科室では、実験をすることがあります。きまりを守って安全に実験しましょう。

**【実験の準備をするとき】**

- ①器具はトレーなどに入れて、落とさないようにしっかりと持って、静かに運ぶ。
- ②机の上には、実験に必要なものと教科書やノートを整理して置く。
- ③火を使うときは、ぬらしたぞうきんや燃えがら入れなどを用意する。
- ④火を使うときは、燃えやすいものはしまう。
- ⑤薬品を使うときは、保護メガネをかける。
- ⑥薬品を使うときは、薬品を区別できるようになっているかを確認する。

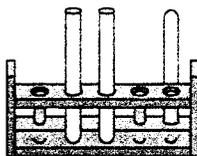
**【実験をするとき】**

- ⑦実験は立って行う。いすを使わないときは、机の下にしまう。
- ⑧実験しやすいように、器具は机のはしに置く。
- ⑨周りの友達とぶつからないように、できるだけ場所を広くとって実験する。
- ⑩水などを熱するときは、保護メガネをつける。
- ⑪液体を熱しているときは、十分に気をつけながら顔を近づけ、その様子をよく観察する。
- ⑫火を使うときは、かん気をする。
- ⑬薬品は手でふれたり口に入れたりしない。
- ⑭薬品の量は先生の指示通りにする。
- ⑮においを調べるときは、薬品が顔につかないように気をつけながら鼻を近づけてかぐ。



**【実験が終わったら】**

- ⑯ガラス器具などは洗って、かわかす。
- ⑰使ったものは元の場所にしまう。
- ⑱手を洗う。
- ⑲熱したものや使った器具は、冷めるまでさわらない。
- ⑳薬品は、先生の指示にしたがって、決められたところに集める。



**課題** 教科書 P208(6年) P176(5年)を見ながら、左のきまりの中で、間違っている文章をみつけてください。また、なぜそれではいけないのかを考えて説明してみよう。

間違っている文章【     】  
〈間違っている理由〉

間違っている文章【     】  
〈間違っている理由〉

間違っている文章【     】  
〈間違っている理由〉

間違っている文章【     】  
〈間違っている理由〉

☆理科室では、実験をすることがあります。きまりを守って安全に実験しましょう。

【実験の準備をするとき】

- ①器具はトレーなどに入れて、落とさないようにしっかりと持って、静かに運ぶ。
- ②机の上には、実験に必要なものと教科書やノートを整理して置く。
- ③火を使うときは、ぬらしたぞうきんや燃えがら入れなどを用意する。
- ④火を使うときは、燃えやすいものはしまう。
- ⑤薬品を使うときは、保護メガネをかける。
- ⑥薬品を使うときは、薬品を区別できるようになっているかを確認する。

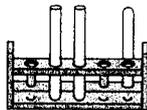
【実験をするとき】

- ⑦実験は立って行う。いすを使わないときは、机の下にしまう。
- ⑧実験しやすいように、器具は机のはしに置く。
- ⑨周りの友達とぶつからないように、できるだけ場所を広くとって実験する。
- ⑩水などを熱するときは、保護メガネをつける。
- ⑪液体を熱しているときは、十分に気をつけながら顔を近づけ、その様子をよく観察する。
- ⑫火を使うときは、かん気をする。
- ⑬薬品は手でふれたり口に入れたりしない。
- ⑭薬品の量は先生の指示通りにする。
- ⑮においを調べるときは、薬品が顔につかないように気をつけながら鼻を近づけてかく。



【実験が終わったら】

- ⑯ガラス器具などは洗って、かわかす。
- ⑰使ったものは元の場所にしまう。
- ⑱手を洗う。
- ⑲熱したものや使った器具は、冷めるまでさわらない。
- ⑳薬品は、先生の指示にしたがって、決められたところに集める。



課題 教科書P208(6年) P176(5年)を見ながら、左のきまりの中で、間違っている文章をみつてください。また、なぜそれではいけないのかを考えて説明してみよう。

間違っている文章【 ② 】 ※例です。この通りではなくてもかまいません。

(例)机の上には、実験に必要なものだけを置きましょう。特に火を使うときには、燃えやすいものを置いては危険です。

間違っている文章【 ⑧ 】

(間違っている理由)

(例)器具は、倒したり落としたりしないように、机の中央に操作しやすい配置で置くようにしましょう。

間違っている文章【 ⑪ 】

(間違っている理由)

(例)液体がはねたり、やけどしたりすることが考えられるので、決して顔を近づけてはいけません。

間違っている文章【 ⑮ 】

(間違っている理由)

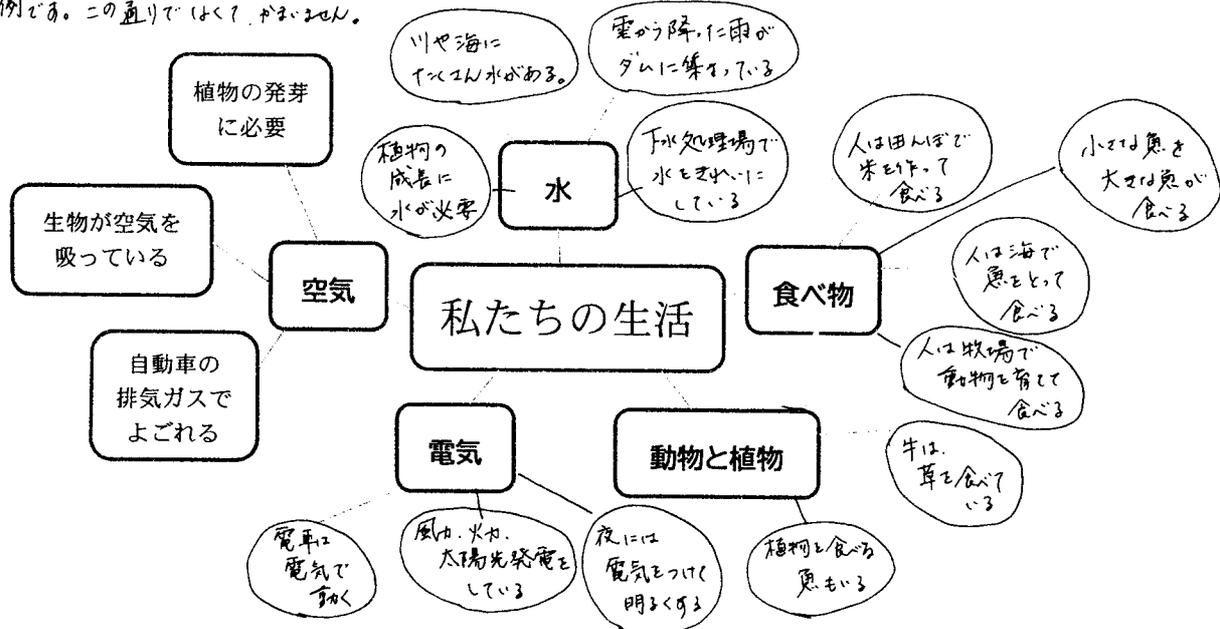
(例)しげきの強いにおいがすることもあるので、直接かかずに手であおいでかくようにしましょう。

※ 6月 1日提出予定

課題 私たちの生活がどのように環境と関わっているか考えよう。

☆教科書p6~7の絵を見て、「空気」「水」「食べ物」「動物と植物」「電気」などの項目に関係するものを見つけて、線をつないで書き足していきましょう。

※例です。この通りではなくてもかまいません。

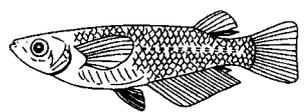


私たちの生活は、自然環境につながっていて、またこれから学習するみなさんの理科の学習につながることが多くあります。今日のこの時点で、興味関心のあるものやもっと深く知りたいことなどありますか？理科の学習について思っていることを自由に書いて下さい。

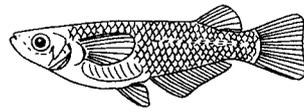
6月1日 提出予定

① 水そうでかっているメダカの体を観察しました。次の文は、それぞれおすとめすのどちらを表していますか。

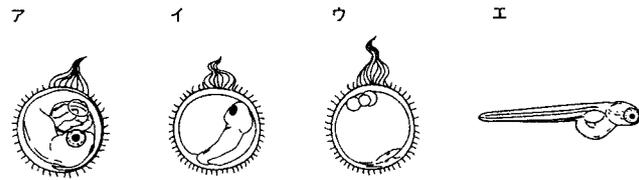
① せびれに切れこみがあり、しりびれは②よりもはばが広い。 (おす)



② せびれに切れこみが無い。 (めす)



② メダカのみを観察しました。



① たまごで精子が結びつくとき、たまごの中で変化が始まります。たまごで精子が結びつくことを何といいますか。 (受精)

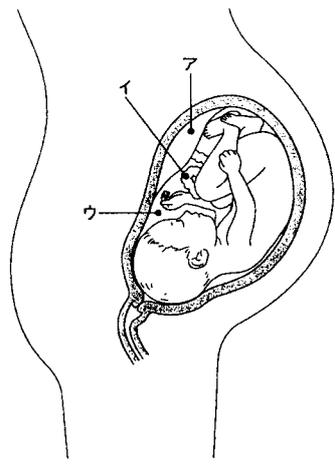
② たまごの中が変化する順に、ア～エをならべかえなさい。 (ウ) → (イ) → (ア) → (エ)

③ ふ化したあの子メダカは、しばらくの間、何を使って成長しますか。 [ふくらんだほらの中にある養分]

① 次の図は、母親のおなかの中で育つ人の子どものようすです。

① 母親のおなかの中にある、生まれる前の子どもがいるところを何といいますか。 (子宮)

② 生まれる前の子どものことを何といいますか。 (胎児)



③ 右の図のア～ウの部分の名前を、それぞれ書きなさい。  
 ア(たいばん)  
 イ(へそのお)  
 ウ(羊水)

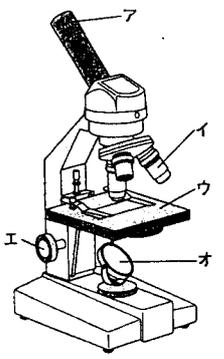
④ ア～ウについての説明は、それぞれどれですか。次の文の( )の中にあてはまる記号を書き入れなさい。

- (イ) 母親の体からきた養分などを、おなかの中の子どもに運んでいる。また、子どもがいなくなったものもここを通過して運ばれる。
- (ウ) おなかの中の子どものまわりを満たしているもの。外から受けるしよげきから守っている。
- (ア) 母親とおなかの中の子どもをつないで、子どもの成長を守るはたらきをしている。養分などいなくなったものをここでこうかしている。

⑤ けんび鏡の使い方について、次の問いに答えなさい。

① 右の図のア～オの部分の名前をそれぞれ書きなさい。

- ア(接眼レンズ)
- イ(対物レンズ)
- ウ(ステージ)
- エ(調節ねじ)
- オ(反し鏡)



② 次の文は、けんび鏡の使い方を説明したものです。( )の中にあてはまる右の図のア～オの部分の記号を書き入れなさい。

- 対物レンズをいちばん低い倍率にして、(ア)をのぞきながら(オ)を動かして明るくする。
- スライドガラスを(ウ)の上に置く。
- 横から見ながら(エ)を回して、(イ)とスライドガラスの間をせまくする。
- 接眼レンズをのぞきながら(エ)を回して、(イ)とスライドガラスの間を広げていき、ピントを合わせる。

③ けんび鏡は、目をいためないために、どのようなところで使いますか。

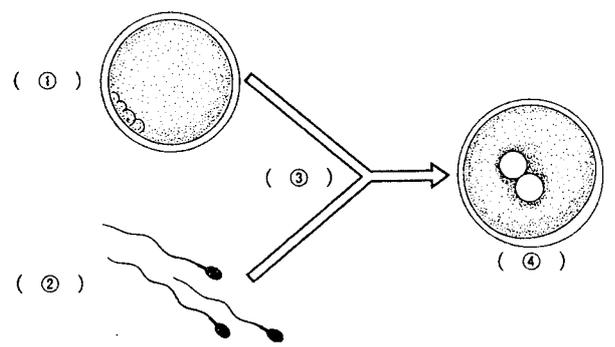
[直し日光があたらない明るいところ]

④ 池や川など自然の中にいるメダカは、えさをやらなくても生きています。その理由を書きなさい。

[池や川の中には、小さな生物がいて、メダカの食べ物になっているから うらもあります →]

② 人のたんじょうについて、次の文の①～④の( )にあてはまる言葉を、下の( )の中から選びなさい。

女性の体内でつくられた(①)と男性の体内でつくられた(②)が結びつくことを(③)という。(③)した(①)のことを(④)といい、(④)から新しい生命が始まる。



受精 卵 受精卵 精子

- ①(卵)
- ②(精子)
- ③(受精)
- ④(受精卵)

③ 人の子どもが母親のおなかの中で成長するようすと、メダカのみ成長のようすとで、似ているところを説明しなさい。

[受精卵から成長し、少しずつ変化して、親と似た子がついにはいってたんじょうする。]

# まどさんからの手紙〜じゅもたちへ

名前

まどさんからの手紙は、あなたに何を伝えているだろう。

①「りっぱな おとな」(十六ページ六行目)とは、どんな人だと思いますか。

②小学生は、どうして「たった 一かいきりのすばらしい『よき』『すごい』」(十七ページ八〜十行目)なのでしょう。

③まどさんからの手紙を読んで、がんばりたいな、挑戦してみたいな、楽しみたいなと思うことはありますか。その気持ちを、だれかへの手紙に書いてみましょう。

(

)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



じゃあね！

自分のよいところを知ることが、なぜ大切なのだろう。

今まで係を決めることが、小春が手を挙げるのができなかったのはどうして？



- 私の代わりに生き物係を、小春ちゃんにたのめればと思って。
- だれが見ていなくても、いつも掲示板をきれいにはっている。
- そうじのときだって、すみの方まできちんとはっている。
- 任された仕事を、いつもきちんと最後までする人だな、すごいなって思ったの。

小春は、どんな思いで手を挙げたのかな。



☆長所をのぼすことは、なぜ大切なのでしょう。

Blank writing area with horizontal dashed lines.

考えるヒント

長所に気が付くと、とんないことがあるかな？

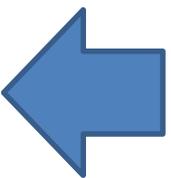
# 自分を信じて〜鈴木明子

【名前】

くじけそうになったとき、自分を支えてくれるものは、何だろう。

《あなたの生き方のヒントになること》

くじけそうになったとき、明子さんを支えたものは、何だと思いますか。



☆何かに挑戦し、くじけそうになったとき、自分を支えてくれるものは何ですか。

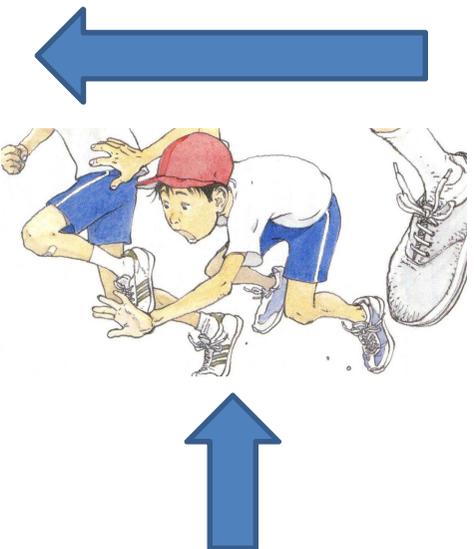


# なれなかったリレーの選手

名前

後悔しないために、日ごろから大切にしなければいけないのは、どんなことだろう。

「ぼく」は、どうしてゲームがやめられなかったのでしょうか。



- 朝からねむくて、体がだるかった。
- ぼんやりと歩いていたら、赤信号に変わったことに気づかず、横断歩道にふみ出してしまった。
- ↓ 昨日のゲームのせいだ。
- 準備運動をしっかりとやろうと思っても、力が入らない。
- 思うように走れない。
- ↓ 「君らしくない走りだったね。」

自分で自分が許せなかった「ぼく」は、どんなことを考えていたのでしょうか。



☆あなたが、自分の生活で見直したいのは、どんなことですか。

Blank writing area with horizontal dashed lines for text.

考えるイベント

いつも注意されていることをいかな...

# アルファベット練習シート・小文字 (1)

Date /

●それぞれの文字を、なぞり書きしよう。

Handwriting practice sheet for lowercase letters (a-z) on a set of three horizontal lines (top, middle-dotted, bottom). Each letter is shown with numbered arrows indicating stroke order.

Row 1: a, b, c, d

Row 2: e, f, g, h

Row 3: i, j, k, l

Row 4: m, n, o, p

Row 5: q, r, s, t

Row 6: u, v, w, x

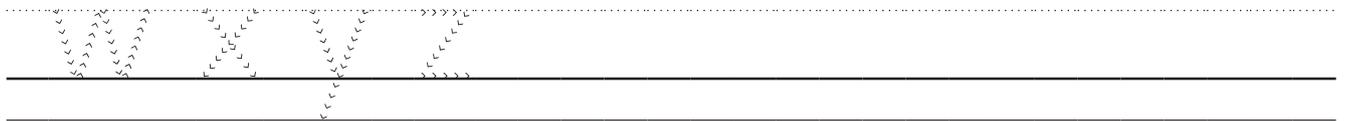
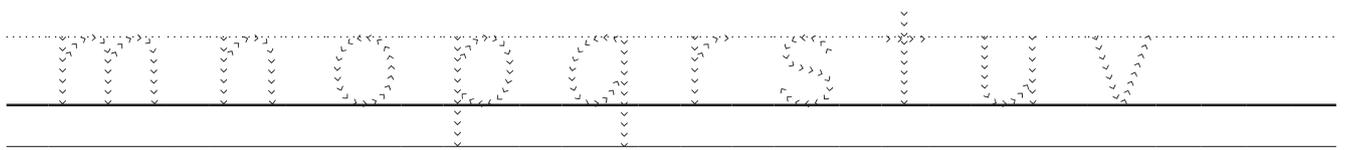
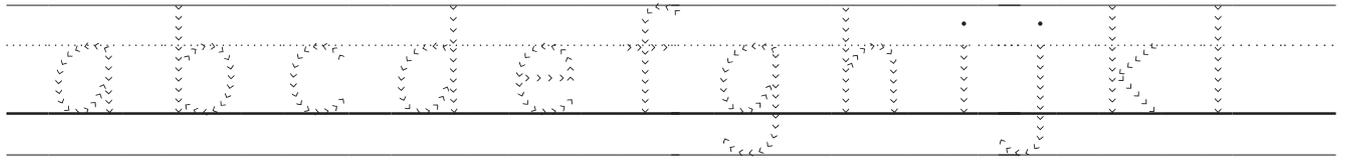
Row 7: y, z

Class \_\_\_\_\_ Number \_\_\_\_\_ Name \_\_\_\_\_

# アルファベット練習シート ▶ 小文字 (2)

Date /

●それぞれの文字を、なぞり書きしよう。



●上の文字を参考に、アルファベットを書こう。

Blank handwriting practice line with a dotted midline and solid top and bottom lines.

Blank handwriting practice line with a dotted midline and solid top and bottom lines.

Blank handwriting practice line with a dotted midline and solid top and bottom lines.

Blank handwriting practice line with a dotted midline and solid top and bottom lines.

Class

Number

Name

# アルファベット練習シート・大文字 (1)

Date /

●それぞれの文字を、なぞり書きしよう。

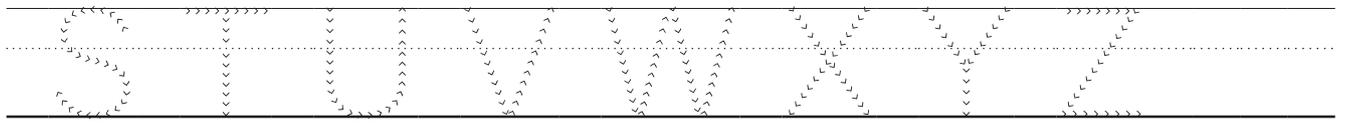
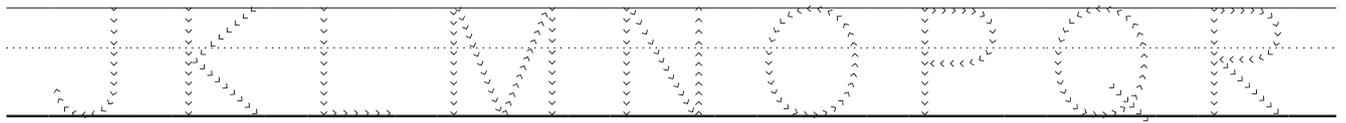
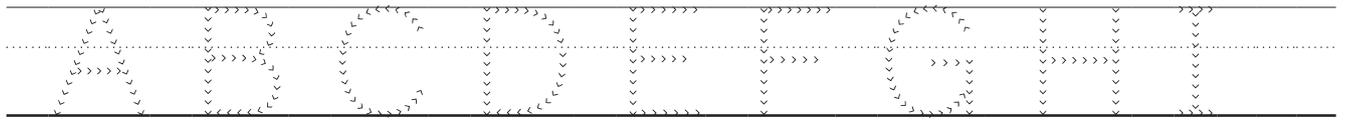
Handwriting practice sheet for uppercase letters A through Z. Each letter is shown on a set of three horizontal lines (top, middle, bottom) with numbered arrows indicating the stroke order and direction. The letters are arranged in rows: Row 1 (A, B, C, D), Row 2 (E, F, G, H), Row 3 (I, J, K, L), Row 4 (M, N, O, P), Row 5 (Q, R, S, T), Row 6 (U, V, W, X), Row 7 (Y, Z).

Class \_\_\_\_\_ Number \_\_\_\_\_ Name \_\_\_\_\_

# アルファベット練習シート ▶ 大文字 (2)

Date /

●それぞれの文字を、なぞり書きしよう。



●上の文字を参考に、アルファベットを書こう。

Blank handwriting practice lines (top, middle-dotted, bottom) for independent practice.

Blank handwriting practice lines (top, middle-dotted, bottom) for independent practice.

Blank handwriting practice lines (top, middle-dotted, bottom) for independent practice.

Blank handwriting practice lines (top, middle-dotted, bottom) for independent practice.

Class

Number

Name

# 家庭科 「朝食から健康な一日の生活を」 振り返りプリント

名前 ( )

- 取り組み方**
- ①まずは教科書を見ずに取り組む。
  - ②わからない問題があった場合は、教科書を見て、もう一度取り組む。
  - ③答え合わせを行う。間違えてしまった問題は正しい答えを赤で書く。

問題1 朝食について ( ) に当てはまる言葉を書きましょう。

- ①朝食は、( ) を上げて、( ) や ( ) が活発に働くようにしたり、腸の働きをよくして、( ) のリズムをつくったりするために、欠かすことができない。
- ②栄養の ( ) がとれた朝食にするには、食品を組み合わせる必要がある。

問題2 栄養素のおもな働きによる、食品のグループ分けを表しています。( ) に当てはまる言葉を下の  の中から選びましょう。

おもにエネルギーのもとになる食品		おもに体をつくるもとになる食品		おもに体の調子を整えるもとになる食品
( ) を多く含む食品	( ) を多く含む食品	( ) を多く含む食品	( ) を多く含む食品	( ) や ( ) を多く含む食品
・( ) ・( ) ・( )	・( ) ・( )	・( ) ・( ) ・( ) ・( )	・( ) ・( )	・( )

・牛乳	・その他の野菜	・豆	・卵	・種実類	・魚	・たんぱく質
・乳製品	・ビタミン	・脂質	・いも	・パン	・肉	・米
・無機質 (2回使います)		・油脂類	・炭水化物		・色のこい野菜	

問題3 調理について、( ) の中に○か×を書いて答えなさい。

- ①いそがしい朝の食事は、前もって計画し、準備を整えて、手早く調理する。 ( )
- ②調理中は、使った用具の片付けは、安全面と衛生面を考えて行わない方がよい。 ( )
- ③野菜は強火でいためると水分がでてしまうため、弱火のほうがよい。 ( )
- ④野菜をいためる順番は、火の通りにくいからいためていく。 ( )
- ⑤フライパンを片付けるときは、油をふき取ってから洗う。

問題4 「野菜いための野菜の切り方は、大きさや厚さをそろえるとよい」とされています。その理由を書きましょう。

答え

家庭科 「朝食から健康な一日の生活を」 振り返りプリント

名前 ( )

取り組み方

- ①まずは教科書を見ずに取り組む。
- ②わからない問題があった場合は、教科書を見て、もう一度取り組む。
- ③答え合わせを行う。間違えてしまった問題は正しい答えを赤で書く。

問題1 朝食について ( ) に当てはまる言葉を書きましょう。

- ①朝食は、(体温)を上げて、(脳)や(体)が活発に働くようにしたり、腸の働きをよくして、(はいせつ)のリズムをつくったりするために、欠かすことができない。
- ②栄養の(バランス)がとれた朝食にするには、食品を組み合わせる必要がある。

問題2 栄養素のおもな働きによる、食品のグループ分けを表しています。( ) に当てはまる言葉を下の [ ] の中から選びましょう。

おもにエネルギーのもとになる食品		おもに体をつくるもとになる食品		おもに体の調子を整えるもとになる食品
(炭水化物)を多く含む食品	(脂質)を多く含む食品	(たんぱく質)を多く含む食品	(無機質)を多く含む食品	(ビタミン)や(無機質)を多く含む食品
<ul style="list-style-type: none"> <li>・(米)</li> <li>・(パン)</li> <li>・(いも)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(油脂類)</li> <li>・(種実類)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(魚)</li> <li>・(肉)</li> <li>・(卵)</li> <li>・(豆)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(牛乳)</li> <li>・(乳製品)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(色のこい野菜)</li> <li>・(その他の野菜)</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・乳製品</li> <li>・無機質 (2回使います)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・その他の野菜</li> <li>・ビタミン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豆</li> <li>・脂質</li> <li>・油脂類</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・卵</li> <li>・いも</li> <li>・炭水化物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・種実類</li> <li>・パン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・魚</li> <li>・肉</li> <li>・色のこい野菜</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・たんぱく質</li> <li>・米</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------

問題3 調理について、( ) の中に○か×を書いて答えなさい。

- ①いそがしい朝の食事は、前もって計画し、準備を整えて、手早く調理する。 (○)
- ②調理中は、使った用具の片付けは、安全面と衛生面を考えて行わない方がよい。 (×)
- ③野菜は強火でいためると水分がでてしまうため、弱火のほうがよい。 (×)
- ④野菜をいためる順番は、火の通りにくいからいためていく。 (○)
- ⑤フライパンを片付けるときは、油をふき取ってから洗う。 (○)

問題4 「野菜いための野菜の切り方は、大きさや厚さをそろえるとよい」とされています。その理由を書きましょう。

<p>大きさや厚さをそろえることで、火の通り方が均一になるから。</p>
--------------------------------------

# 家庭科「私の仕事と生活時間」

名前（ ）

☆教科書P62～63、家庭科ノート下P2をよく読みながら学習を進めます。

## 1 家庭の仕事をしていますか

家庭科の学習を始めたころ、家族と一緒にしてみたい、一人でできるようになりたいと考えていた仕事を書きましょう。

## 2 時間の使い方を工夫しよう

（ ）を計画的に使うと、家庭の仕事をしたり、家族と共に過ごしたりする時間を増やせます。また、食事の時刻や回数、寝る時刻、起きる時刻などの（ ）も振り返りましょう。規則正しい生活リズムは、元気に（ ）したり、（ ）したりするためにも大切です。

P62 資料「生活リズムと食事のかかわり」から、どんなことがわかりますか？詳しく書きましょう。

自分の生活時間の使い方を振り返って、教科書P63「活動2」の「学校に行く日」と「休日」の表に書きましょう。その表を見て、直したいところや、工夫できることを吹き出しに書きましょう。

## 3 工夫して家庭の仕事を続けよう

自分のかかわる家庭の仕事を決めて実践してみよう。効率のよい時間の使い方や仕事の進め方について発見しよう。

【取り組み方】

- ①家庭科ノート下P2「私の仕事と生活時間」のページを活用する。
- ②家庭の仕事実行表に3つ仕事を記入し、実践と振り返りを行う。
- ③実践が終わったら、長く続ける工夫、気付いたことや感想、家族からを記入する。
- ④最後に「振り返ろう」を記入する。（生活時間の使い方の工夫という視点で書く）

**6年組【 】**

教科	臨時休業中の課題	内容	確認
国語	<ul style="list-style-type: none"> <li>・漢字ドリル</li> <li>・漢字練習ノート</li> <li>・漢字ミニテスト練習</li> <li>・学習プリント（11枚） →教科書を見ながら進める</li> </ul> <p>※漢字練習は、「とめ・はね・はらい・おれ」を意識して丁寧に取り組みましょう!!</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・漢字ドリル④④まで取り組む。</li> <li>・漢字練習ノートに、新出漢字「卵～巖」を練習する。（見本参照）</li> <li>・漢字練習ノートにミニテストの練習をする。 →漢字ドリル27、33、39の①～⑩</li> <li>・学習プリント（11枚）に取り組む。 「漢字の形と音・意味」、「話し言葉と書き言葉」、「文の組み立て」には別紙答えが付いているので、丸付けも忘れずにする。</li> </ul>	
算数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習プリント（20枚） →教科書を見ながら進める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「角柱・円柱（5年の学習内容）」「対称」「文字と式」のプリントに取り組む。（自分で丸付けもする）</li> </ul>	
社会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習プリント（18枚） →教科書を見ながら進める</li> <li>・ミニ新聞</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「休校期間中の社会の学習の進め方について」をよく読み、学習プリントに取り組む。</li> <li>・学習したことをもとに、ミニ新聞作りに取り組む。</li> </ul>	
理科	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5・6年 共通課題プリント「理科室のきまり」</li> <li>・復習プリント「メダカのたんじょう」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5・6年 共通課題「理科室のきまり」に取り組む。（自分で丸付けもする）</li> <li>・復習プリント「メダカのたんじょう」に取り組む。（自分で丸付けもする）</li> </ul>	
英語	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アルファベット練習シート（2枚）</li> <li>・英単語練習プリント（1枚）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・英語プリントでアルファベットや英単語の練習に取り組む。</li> </ul>	
体育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力強化カード</li> <li>・なわとびカード →これまでのカードを活用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・柔軟、腹筋、背筋、伸脚、スクワットに毎日取り組む。</li> <li>・なわとびカードにある技の練習に取り組む。</li> </ul>	
保健	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「病気の予防」プリント（4枚） →教科書を見ながら進める。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「1病気の起こり方」「2病原体と病気」「3生活のしかたと病気①」「4生活のしかたと病気②」のプリントに取り組む。（自分で丸付けもする）</li> </ul>	
家庭	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「私の仕事と生活時間」プリント →教科書を見ながら進める</li> <li>・「朝食から健康な一日の生活を」ふり返りプリント</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「私の仕事と生活時間」「朝食から健康な一日の生活を」のそれぞれのプリントに取り組む。 「朝食から健康な一日の生活を」のプリントは、自分で丸付けもする。</li> </ul>	
道徳	<ul style="list-style-type: none"> <li>・道徳プリント（4枚） →教科書を見ながら進める。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・道徳の教科書を読み、それぞれのプリントに取り組む。</li> </ul>	

※答えがついているものは、必ず答え合わせをしましょう。

※6年生は課題が多いので、5/31（日）までに終わるように計画的に進めましょう！

[付録] 4線ノート

単語や文を自由に練習しよう。

名前( )

5回ずつ練習しよう。

犬

dog

牛

cow

羊

sheep

馬

horse

ねこ

cat

ぶた

pig

くま

bear

バス

bus

車

car

本

book

[付録] 4線ノート

単語や文を自由に練習しよう。

5回ずつ練習しよう。

バット

bat

カップ

cup

机

desk

ブラジル

Brazil

韓国

Korea

スペイン

Spain

ケニア

Kenya

ドイツ

Germany

アメリカ

America

カナダ

Canada

## 3 生活のしかたと病気①

▶教科書36～37ページ

年 組 番 名前

1.  **チェックしよう** せいかつしゅうかん **日ごろの生活習慣**  
自分の日ごろの生活習慣で、当てはまるものに○をつけましょう。また、○をつけた生活を続けていると、健康にどんなよいことがあると思うか、( )に書いてみましょう。

- 早ね早起きをしている。  
( つかれにくい、いらいらしない。 など )
- ほとんど毎日、外遊びや運動をしている。  
( 太らない、体力がつく。 など )
- 毎日、朝食を食べている。  
( 元気に活動ができる。 など )
- 栄養のバランスのとれた食事をしている。  
( ていこう力が高くなる、よく発育する。 など )
- とうぶん 糖分や、しぼう しぼう、塩分をとりすぎないようにしている。  
( せいかつしゅうかんびょう 生活習慣病になりにくい。 など )

+

2.  **調べてみよう** しんぞうびょう のうそつちゅう **心臓病や脳卒中の起こり方**  
しんぞうびょう のうそつちゅう 心臓病や脳卒中は、どのように起こるでしょうか。まとめてみましょう。

とうぶん 糖分やしぼう、( えんぶん 塩分 ) のとりすぎや運動 ( ふそく 不足 )、たばこや ( さけ 酒 ) の飲みすぎ、ストレスなどで、血管に ( しぼう しぼう ) がたまり、血管がせまく、( かたく かたく )、もろくなる。そして、血管の流れが悪くなったり、つまったりすると ( しんぞうびょう 心臓病 ) が引き起こされ、血管がつまったり破れたりすると ( のうそつちゅう 脳卒中 ) が引き起こされる。

3.  **かつよう**  
自分の生活習慣を見直してみましょう。

- ①健康によい生活習慣として、あなたはこれからどのようなことを実行していきたいですか。

早ね早起きをする。 など

- ②それは、どんな工夫をしたら実行できますか。

見るテレビを決めて、そのほかは見ない。10時半までにねる。

ねる前に目覚まし時計をセットする。ゲームは9時まででやめる。 など

### 取り扱い方

- ・ 1は、自分の考えを記入させ、その後発表させて意識付けを図る。
- ・ 2は、教科書p.37を参考にして記入させる。
- ・ 3は、教科書p.36の「チェックしよう」を参考に、自分の生活で見直したいことを考えさせる。友達の発表を聞くことで、意欲を高めさせたり、考えに修正を加えさせたりする。

### 3 生活のしかたと病気①

▶教科書36～37ページ

年 組 番 名前

1.  **チェックしよう** **日ごろの生活習慣**  
 自分の日ごろの生活習慣で、当てはまるものに○をつけましょう。また、○をつけた生活を続けていると、健康にどんなよいことがあると思うか、( )に書いてみましょう。

- 早ね早起きをしている。  
( )
- ほとんど毎日、外遊びや運動をしている。  
( )
- 毎日、朝食を食べている。  
( )
- 栄養のバランスのとれた食事をしている。  
( )
- 糖分や、しぼう、塩分をとりすぎないようにしている。  
( )

2.  **調べてみよう** **心臓病や脳卒中の起こり方**  
 心臓病や脳卒中は、どのように起こるでしょうか。まとめてみましょう。

糖分やしぼう、( )のとりすぎや運動( )、たばこや( )の飲みすぎ、ストレスなどで、血管に( )がたまり、血管がせまく、( )、もろくなる。そして、血管の流れが悪くなったり、つまったりすると( )が引き起こされ、血管がつまったり破れたりすると( )が引き起こされる。

3.  **かつよう** **自分の生活習慣を見直してみましょう。**

①健康によい生活習慣として、あなたはこれからどのようなことを実行していきたいですか。

.....

②それは、どんな工夫をしたら実行できますか。

.....

.....

## 4 生活のしかたと病気②

▶教科書38～39ページ

年 組 番 名前

1.  **むし歯の起こり方**  
 むし歯は、どのようにして起こるのでしょうか。まとめましょう。

- ①口の中の（ ）が、砂糖をねばねばした物質に変える。  
 ②ねばねばした物質が歯にくっつき、その中で細菌が増えて（ ）になる。  
 ③歯こうの中の細菌が砂糖を（ ）に変え、それが歯をとかす。

2.  **生活のしかたと口の中の状態**  
 教科書39ページの図で、Bさんのほうがむし歯になりやすいのはなぜでしょう。生活のしかたと口の中の状態について考えましょう。

	Aさん	Bさん
食事やおやつのは後？		
おやつに食べているものは？		
おやつを食べている時間は？		
歯がとけやすい状態の時間の長さは？		

3.  **かつよう**  
 自分の生活で、できていることに○をつけましょう。そして、むし歯や歯周病を防ぐためには、どこを改善すればよいか、考えてみましょう。

- |                                             |                                                        |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 食後には、歯みがきやうがいをする。  | <input type="checkbox"/> おやつには、砂糖の多いお菓子や飲み物などをあまりとらない。 |
| <input type="checkbox"/> ねる前には、歯をみがく。       | <input type="checkbox"/> かみごたえのあるものをよく食べる。             |
| <input type="checkbox"/> 時間をかけて、ていねいに歯をみがく。 | <input type="checkbox"/> よくかんで食べる。                     |
| <input type="checkbox"/> おやつをだらだらと食べない。     |                                                        |
| <input type="checkbox"/> 小魚や牛乳など、カルシウムをとる。  |                                                        |