

家族にかさしい  
**ごはん**  
**Rice**  
**サイエンスセミナー**  
のご案内



主食である「ごはん」の文化について、  
理解を深め次世代への継承を薦めます。

- ❗ 「米」が「ごはん」になる不思議について、科学的な知識をお伝えします。
- ❗ 上手なおいしい「ごはん」の炊き方について、実験します。
- ❗ 「ごはん」が「おむすび」という料理にかわるための知識を得て、実習します。

カリキュラム

「お米」の話

- ① 日本の食文化としての「米」について説明します。
- ② お米がごはんになる科学変化について説明します。

炊飯／おむすび  
実験

- ① 色々な器材・材料を使用して炊飯実験をします。
- ② 炊けたご飯を使用しておむすびを作り、結果を検証します。
- ③ エネルギーの効率的な利用方法等を解説します。

解説

- ① おむすびの科学について解説します。
- ② エネルギー選択の重要性について解説します。
- ③ 家族の食卓を視点としたごはん作りで楽しむ考え方をご提案します。



所要時間  
約60分  
〜  
約120分

対象 PTAさま 20～40名

場所 家庭科教室

実施日時 ご相談

申込はこちら : [https://network.osakagas.co.jp/form/syokuiku\\_next/](https://network.osakagas.co.jp/form/syokuiku_next/)