

技術・家庭（家庭分野）ワークシート

災害時の食事について考えよう

年 組 番 氏名

- 1 災害時に食事の調理を行うとき、どのようなことが問題になるだろう。

- 2 災害時の食事の献立を立てる際の注意点（条件）を考えよう。

- 3 災害時にも調理可能な食事（調理例）を考えよう。また、その食事によって、おもにどのような栄養素を摂取することができるか考えよう。

※栄養素ではなく、食品群で答えてもかまいません。

調理例	摂取できる栄養素（食品群）