

## 家庭科カルテ

年 組 番 \_\_\_\_\_

◎ どんなことをどのくらい自分でしているのか、  
あてはまるところに○をつけてみましょう。

	ことがら	まかせて	まあまあ	たまたま	していない
1	ガスをつけてお湯をわかす				
2	包丁で野菜や果物を切る				
3	包丁で野菜や果物の皮をむく				
4	フライパンで料理を作る				
5	なべで野菜や肉などを煮る				
6	缶切りでかんづめをあける				
7	きゅうすで日本茶をいれる				
8	お米をとぐ				
9	電子レンジを使う				
10	針を使って手ぬいをする				
11	ミシンを使ってぬう				
12	上ばきを自分で洗う				
13	洗たく物をたたんでしまう				
14	ごみを地域のきまりどおりに分けて捨てる				
15	1人で物を選んで買物をする				

◆どんな料理を作った  
ことがありますか

◆家庭科でしてみたいのは  
どんなことですか

--	--

◆先生に伝えておきたいことを書きましょう

--