

しよくもつ
「食物アレルギー」
しら
について調べてみよう

しよくもつ 「食物アレルギー」をテーマに選んだみなさん、
えら
このフォーマットにそって、考えたり調べたりして
かんが しら
自由研究を完成させてください。
じゆうけんきゆう かんせい

がっこう ていしゆつ さくひん ひつよう
学校へ提出する作品に、このページは必要ありません

しよくいく じかん きほん
「食育の時間+(プラス)」のサイトで基本をチェックしよう！

しよくいく じかん
「食育の時間+(プラス)」サイトは… <https://www.chantotaberu.jp/>
みぎ きゆーあーる
右のQRコードからもアクセスできます。



けんぎゅう 研究テーマ

ねん	くみ	ばん	なまえ
----	----	----	-----

じゅうけんぎゅう 自由研究のタイトル

● このテーマを自由研究にえらんだ理由

● この自由研究で、自分が知りたいこと

● 自由研究でどんなことを調べるか、なにを使って調べるか

調べたこと

「食物アレルギー」とはなにか

- 食物アレルギーでは、どんな“症状”が出るか（体にどんな変化が起こるのか）

- どのようなことをすると、食物アレルギーの症状が出るのか、人によって症状のちがいはあるのか

- 重いアレルギー症状がいくつも起こるとどうなるのか

調べたこと

「食物アレルギー」は、なぜおきるのか？

- 人間の体の仕組みと、食物アレルギーの症状を起こすときの仕組み

え
絵

調べたこと

「食物アレルギー」は、なぜおきるのか？

● 食物アレルギーを引き起こすことのある、注意が必要な食べ物

①

⑤

②

⑥

③

⑦

④

上の7つの食べ物は、こう呼ばれています。

とく 特	てい 定		ざい 材	りょう 料		ひん 品	もく 目
----------------	----------------	--	----------------	-----------------	--	----------------	----------------

● 上の7つの食べ物が入っていることは、どうしたらわかるか

調べたこと

「食物アレルギー」で、気をつけること

- 食物アレルギーの人が気をつけなくてはならないこと

①

②

- 自分が食物アレルギーでなくても、食物アレルギーがある人と一緒にごはんを食べるときにアレルギーを引き起こすことがある食べ物がでてきたら気をつけること

- ① 給食の時間

- ② 友達と一緒におかしを食べるとき

調べたこと
「食物アレルギー」を引き起こすことがある食べ物をさがす

● 調査したこと

家の中で、食物アレルギーを引き起こすことがある食べ物が入っている食品をチェックした。どんなふうにかかっているか、食品の表示を集めた。

調べたこと
「食物アレルギー」を引き起こすことがある食べ物をさがす

● 調査したこと

食物アレルギーを引き起こすことがある食べ物が、たくさんはいつている食品ランキング

第1位 (7つ含まれている)

第2位 (6つ含まれている)

第3位 (5つ含まれている)

第4位 (4つ含まれている)

第5位 (3つ含まれている)

調べたこと

「食物アレルギー」を引き起こすことがある食べ物が入っているメニュー

● お店で食物アレルギーの食品表示をチェックした

メニュー	食物アレルギーを引き起こすことがある食べ物

調べたこと

「食物アレルギー」対応食の作り方①

- 食物アレルギーを引き起こすことがある食べ物を使わない「食物アレルギー」対応食の作り方を調べ、実際に作ってみた記録

メニュー名

材料

作り方

しら
調べたこと

しよくもつ たいおうしよく つく かた
「食物アレルギー」対応食の作り方②

かんそう
感想

しゃしん
写真



まとめ

自由研究の結果、わかったこと／ほかの人につたえたいこと

- 調べてみて、1番おどろいたこと

- もっと知りたい、調べてみたいと感じたこと

- 感想

まとめ

じゆうけんきゅう
自由研究でさんこうにしたもの

- ^{はなし} ^き ^い ^か ^{もの} ^い ^{みせ} ^{きょうりよく} ^{ひと}
話を聞きに行ったり、買い物に行ったお店、協力してくれた人、さんこうにした
^{ほん}
本やサイト