

《海に親しむ》

1年 単元名 「海の生きものとなかよし」(3時間)

1. 単元のねらい

○生きものとふれ合ったり、世話をしたりする活動を通して、生きものへの関心と愛着を深め、それらの成長や命の尊さ、温かさに気付くとともに、生きものを大切にすることができる。

2. 単元の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
1時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">                     海の生きものに関心を持つ                 </div> 1. 海で生活している魚について話し合う。 ○知っている魚の名前、食べたことのある魚について友だちと話しあう。 ○給食や家で食べているちりめんじゃこについて話し合う。 2. ちりめんじゃこに小さな生きものが交ざっていることを知る。	※図鑑や、図工の「うみのなかのふしぎないきもの」を思い出してみる。
1時間 (本時2/4)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">                     チリメンモンスターをさがそう                 </div> 1. チリメンモンスター探すことのねらいを知る。 ○ちりめんじゃこに交ざっているイカやタコなどの小さな生きものを探すことで海の環境に興味を持つ。 2. いろいろな小さな生きものに親しむ。	
2時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     チリメンモンスターの観察カードを書こう                 </div>	

	1.チリメンモンスター探しの活動を通して気付いたことを観察カードに書く	
他教科等関連項目 図工「うみのなかのふしぎないきもの」 国語「たのしかったことをかこう」 道徳「うまれたてのいのち」「ハムスターのあかちゃん」		

### 3. 本時のねらい

- チリメンモンスターを種類別に選別することで、海の中にはたくさんの生きものがあることを知り、海に親しむ。

### 4. 本時の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
15分	<p>1. チリメンモンスターについて知る。 ○チリメンジャコは、何の魚であるかを知る。 ○いろいろな小さな生きものが交ざっていることを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;">チリメンモンスターをさがそう</div> <p>2. 活動の内容を知る。 ○チリメンジャコの中からいろいろな生きものを見つけ選別する。</p>	<p>☆前田さんから、チリメンモンスターについて話を聞く。 ☆準備物は、用意してくれる。 ※写真をよく見て形や色の違いに気付くように声をかける。</p>
20分	<p>1. いろいろな小さな海の生き物に親しむ。</p> <p>○写真に置いた生き物を小魚、エビ・カニ、タコイカのグループにわけ。《カード》 ○ボンドで貼る</p>	
10分	<p>1. 本時の学習をふりかえる。 ○海の生きものについて 海には、小さな魚の仲間、エビや貝、タコやイカなどの生きものがたくさんいることに気付く。</p>	

《海を知る》

2年 単元名 「海のいきものを知ろう」（7時間）

1、単元のねらい

- 給食でなじみのちりめんを海から捕るときと一緒に網にかかるカタクチイワシ以外の稚魚に目を向け、大阪湾にはたくさんの種類の生き物が生息していることに気づかせる。
- チリメンモンスターのなかから見つけ出した生き物が大きくなるとどんな色形をしていて、どんな生活をしているのか調べる。

2、単元の指導計画

配時	学習活動	外部連携 指導上の留意点
1時間	<p>海にはどんな生き物がいるのか知ろう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・海の生き物クイズから、海の生き物に興味を持たせる。</li> <li>・昨年のチリメンモンスターからどんな生き物がいたか振り返る。</li> <li>・見つけたい生き物を選び、ビンゴカードに記入する。</li> <li>・絵も描かせることで形や特徴をつかませる。</li> </ul>	昨年度のチリメンモンスターのパンフレット用意
1時間 (本時1 /7)	<p>チリメンモンスターの中からはいろいろな種類の生き物を見つけて、ビンゴをねらおう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ビンゴをねらうために、自分のかいた生き物を見付け出す。</li> <li>・ちりめんモンスターの図鑑を見ながら、生き物の形の特徴をみて探す。</li> <li>・見つけたチリメンモンスターをビンゴの用紙にはりつける。</li> </ul>	
5時間	<p>見つけたチリメンモンスターが海でどのように生きて大きくなっているのか調べよう。</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ みつげだした海の生き物について、図鑑などで調べ、わかったことをメモする。</li> <li>・ 国語の学習の「生きもののことを説明しよう」の時間を使って、「はじめ」「中」「終わり」の構成を考えて、文章に書く。</li> </ul>	
<p>他教科等関連事項</p> <p>生活科「みんないきている」(9月～10月)</p> <p>図工「たのしかったよ」</p> <p>国語「生きもののことをせつめいしよう」(11月)</p>		

3、本時のねらい・・・チリメンモンスターの中からいろいろな種類の生き物を見つけて、ビンゴをねらおう。

4、本時の指導計画

配時	学習活動	外部連携 指導上の留意点
5分	1、めあての確認 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自分が見付けたいチリメンモンスターを探して、たくさんビンゴをねらうことを確認する。</li> </ul>	
25分	2、活動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 手元にある図鑑の絵の特徴をよく見て、なんという生きものか探る。</li> <li>・ たくさんの種類の生き物を見つけてビンゴをねらう。</li> <li>・ 見分けがつかないときは、ゲストティーチャーの方に質問し教えていただく。</li> </ul>	ちりめんモンスター
15分	3、みつけ出したチリメンモンスターをビンゴの紙にボンドで貼り付ける。	

《海を知る》

3年 単元名 「海藻って？」(3時間)

1. 単元のねらい

- 海藻に興味を持つ。
- 海藻のはたらきを知り、海の環境を守ろうとする意識を高める。

2. 単元の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
1時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">海藻について知ろう(課題設定・情報収集の力)</div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 給食の海藻サラダを思い出す。 何色の海藻が入っていたか。</li> <li>2. 海藻の種類やはたらきについて知る。 ○海藻は3種類(緑藻、褐藻、紅藻) ○はたらき <ul style="list-style-type: none"> <li>・海にすむ魚などの生き物のすみか、えさ、卵をうむ場所、赤ちゃんが育つ場所になる。</li> <li>・海の水をきれいにする。</li> <li>・生き物にひつような酸素(さんそ)をつくる。</li> <li>・栄養あがる(人間の体にいい)</li> </ul> </li> <li>3. 海藻について感じたことを発表する。</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*ワカメ、コンブ、トサカノリ、フノリなどの色を思い出す。</li> <li>*パワーポイント「海藻って？」を見せる。</li> <li>*分かった事や思ったことを発表させる。</li> </ul>
2時間 (本時 1/3)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">海藻おしばを作ろう(表現・発信の力)</div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 海藻おしばの作り方を知る。</li> <li>2. 海藻おしばを作る。 色んな色を組み合わせ、海藻の形を生かして思い思</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*重ねすぎない。空気が入っている物は穴を開けて抜く。</li> <li>*海藻の色や形を上手く組み合わせるよう指</li> </ul>

	<p>いの作品を作る。</p> <p>3. 活動をふり返る。</p>	<p>導する。</p>
3 時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>海藻おしばを鑑賞しよう（表現。発信の力）</b></p> </div> <p>1. 友だちの作品を鑑賞する。 自分の作品で工夫したところを発表する。 友だちの作品でよいところを発表する。</p> <p>2. ふり返りをする。</p>	<p>*海藻の色や形をうまく使っているところに注目させる。</p>
<p>他教科等関連項目</p> <p>理科「植物の育ちとつくり」（6月） 植物の体は根、茎及び葉からできていることを理解する。</p> <p>理科「植物の一生」（10月） 種から発芽し、子葉が出て、葉が茂り、花が咲き、実ができた後に枯死するという植物の成長の順序や、体のつくりについての考えをもつことができる。</p> <p>図工「色・形いいかんじ!」（4月） 見つけた色や形で表し方を工夫する。できた色や形のよさを鑑賞する。</p>		

3. 本時のねらい

海藻にふれ、親しみ興味をもつ。  
海藻を使って表したいものを表現する。

4. 本時の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
5 分	<p>1. 海藻おしばの作り方について話を聞く。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>海藻おしばを作ろう</b></p> </div> <p>○海藻おしばの作り方を知る。</p>	<p>☆大阪湾沿岸域環境創造研究センターの方の話を聞く。</p>
3 5 分	<p>2. 海藻を組み合わせる海藻おしばを作る。</p> <p>○表したいものを考える。 ○海藻の色や形を生かして組み合わせ表現する。</p>	<p>*重ねすぎない。空気が入っている物はつまようじなどで穴を開け</p>

		て抜く。 *海藻の色や形を上手く組み合わせるよう指導する。
5分	3. 活動をふり返る。 ○活動をふり返り、海藻について感じたことや活動についての感想を発表する。	*これからも海を知る活動を継続していくことを確認する。

《海に親しむ》

4年 単元名 「海苔すき体験をしよう」(4時間)

1. 単元のねらい

- ・大阪湾の海苔の養殖について学ぶ
- ・海苔すきを体験し、食べることで海を身近に感じ、すばらしさを知る

2. 単元の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
2時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">海苔の養殖について知ろう (課題設定の力)</div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 昨年とりくんだ海藻おしばの様子を見る               <ul style="list-style-type: none"> <li>・3種類の海藻があること (緑藻・紅藻・褐藻)</li> <li>・海藻の色々な色をつかって絵はがきを作ったこと</li> <li>・海藻のはたらきを知ったこと</li> </ul> </li> <li>2. 大阪湾の海苔の養殖について知る               <ul style="list-style-type: none"> <li>・瀬戸内海や九州などで多く養殖されている</li> <li>・大阪湾で養殖されているのは西鳥取の海だけ</li> </ul> </li> <li>3. 海苔すきの方法について知る</li> <li>4. 海苔すきの枠を作る</li> </ol>	<p>*昨年度行った「海藻おしば」の様子をスライドで見せる</p> <p>*発泡スチロールと電熱線の準備</p> <p>*火傷をしないように気をつける</p> <p>☆(株)シニヤ岩井さん</p>
2時間 (本時 3・4/ 4)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">海苔すき体験をしよう (課題追求の力)</div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 採れたての海苔を観察する</li> <li>2. 海苔すき体験をする               <ul style="list-style-type: none"> <li>・海苔すきの説明を聞く</li> <li>・自分の作った枠に海苔を流し込む</li> <li>・できた海苔をかわかす</li> </ul> </li> <li>3. のりの製造過程を見学する</li> <li>4. 西鳥取の海を観察する</li> </ol>	<p>☆西鳥取漁協</p>



	・海苔を育てた海の様子を観察する	
時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">           海苔すき体験で知ったことを3年生に伝えよう             (表現・発信の力)         </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 海苔すき体験をしたことをふりかえる           <ul style="list-style-type: none"> <li>・西鳥取の海の様子 (海辺のごみ)</li> <li>・漁協の人の思い</li> <li>・自然のよさ</li> <li>・郷土の産業</li> </ul> </li> <li>2. のりすき新聞を作る           <ul style="list-style-type: none"> <li>・体験、活動したことや漁協の人の思いなどを3年生へ伝える</li> </ul> </li> <li>3. 海苔すき体験でつくった海苔を作る</li> </ol>	*海苔すき体験時の写真
他教科等関連項目 社会科：下水のゆくえ (5月) 社会科：大阪府の郷土 (1月) 理科：水のすがたとゆくえ (3月)		

### 3. 本時のねらい

海苔すき体験を通して大阪湾の海苔の養殖について知り、海を身近に感じる。

### 4. 本時の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
5分	1. 採れたての海苔を観察する ○海苔すきの枠に入れる前の様子を知る。	☆ 西鳥取漁協 ※海苔すきの手順を しっかり聴く。
40分	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">           海苔すき体験をしよう (課題設定の力)         </div>	※海苔は、枠の中に 薄く流すようにする。 ※海苔の乾燥方法を

	<p>2. 海苔すき体験をする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○海苔すきの方法を知る。</li> <li>○海苔すきを体験する。</li> <li>○すいた海苔を干す。</li> </ul>	<p>観る。</p>
10分	<p>3. 活動をふりかえる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○活動をふり返り、海藻について感じたことや活動についての感想を発表する。</li> <li>○乾燥させた海苔を試食した感想を発表する。</li> </ul>	<p>※体験を通して考えたことを3年生に伝える新聞づくりをすることを知らせる。</p>

※海苔すき体験は、本校家庭科室で実施したため、のりの製造過程及び海の観察は実施しなかった。



	4. 今日の活動をふりかえる。	
1 時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">           今後の取り組みについて考えよう             (表現・発信の力、社会参画の力)         </div> 1. アマモの成長した様子を観察する。 2. 気づいたことを交流する。 3. 今後自分たちにできることを考え、交流する。	
他教科等関連項目 社会科「水産業のさかんな地域」(9月)  総合「環境問題について調べよう」(10月～11月) <ul style="list-style-type: none"> <li>・現在、課題となっている環境問題について知る。</li> <li>・自分の選択した環境問題について調べ、自分たちにできることを考える。</li> <li>・調べたことをまとめ、発表する。</li> </ul>		

### 3. 本時のねらい

- アマモを植える活動を通して、自分たちも保全活動に取り組むという意識をもつ。
- 身近な海の実情を知り、課題意識をもつ。

### 4. 本時の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
15分	1. 岩井さんからアマモについての説明を聞く。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">             アマモの種を西鳥取の海に植えよう               (課題追求の力)           </div> 2. アマモの植え方の説明を聞く。	☆(株)ミクニ岩井さんからアマモの植え方を聞く。
50分	3. アマモを植える。	*植える際にアマモの種をよく観察するよう声かけをする。

20分	4. 海岸の様子を観察する。 5. ごみ拾いを行う。	* ごみがあることに気づき、ごみ拾いをしていいように袋を用意する。
5分	6. 今日の活動をふりかえる。	

《海を知る・海を利用する》

5年 単元名 「自分たちでワカメを育てて収穫しよう」(7時間)

1. 単元のねらい

- 海藻と人とのかかわりを知り、海の資源について考える。
- ワカメを種付けし収穫する活動を通して、海の問題について考える。
- ワカメという水産資源の収穫を通して、海的重要性を感じる。

2. 単元の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
1時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">海藻と海草について知ろう (課題設定の力)</div> 1. 海藻と海草について、その違いや種類、生態を知る。 2. 海藻の海での役割や人とのかかわりについて知る。 3. ワカメの種付けについて知る。 4. 西鳥取の海について考える。 ○前回の写真などを見ながら、自分たちにできることを考える。	* 前回のアマモ種植えの時の海岸の様子を想起させるようにする。
2時間 (本時 2・3/ 7)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">ワカメの種付けをしよう (社会参画の力)</div> 1. ワカメの種付けの方法を知る。 ○太いロープにワカメの種のついた糸をまきつける。 2. ワカメの種をつける。 3. 海と海岸の様子を知る。 ○前回とは違う海岸へ行き、様子を観察する。 ○どの海岸にもゴミがあることに気づく。	☆(株)シニヤ岩井さんと西鳥取漁協の方からワカメの種の付け方を聞く。 * ゴミがあることに気づき、ゴミ拾いをしてもいいように袋を用意する。

	4. 今日の活動をふりかえる。	
1 時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">ワカメの利用法とワカメ漁の現状を知ろう</p> <p style="text-align: right;">(課題</p> <p style="text-align: center;">設定の力)</p> </div> <p>1. ワカメの利用法を想起する。 ○食べ方（ゆでる・みそ汁などに入れる、酢の物、など）</p> <p>2. ワカメのよい点を知る。 ○栄養素などの面からも考える。</p> <p>3. ワカメの不漁などのニュースを知り、疑問をもつ。 ○2019年の不漁問題についてのニュース映像を見る。 ○なぜワカメが採りにくくなることがあるのか、考える。</p> <p>4. ワカメ収穫についての流れを知る。</p>	<p>*できるだけ子どもたちから挙げさせる。</p> <p>*よい点のたくさんあるワカメの不漁に対する危機感をもてるようにする。</p>
2 時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">ワカメの収穫をしよう（社会参画の力）</p> </div> <p>1. ワカメの成育の流れや収穫の方法を知る。</p> <p>2. ワカメの収穫を行う。</p> <p>3. 海岸のごみ拾いを行う。</p>	<p>☆(株)シニヤ岩井さんと西鳥取漁協の方からワカメの収穫方法を聞く。</p> <p>*ワカメの様子についてよく観察させる。</p> <p>*ごみ拾いをしてもいいように袋を用意する。</p>

	4. 今日の活動をふりかえる。	
1 時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ワカメを食べてみよう（表現・発信の力）</div> <p>1. ワカメのゆで方について知る。</p> <p>2. ワカメをゆでて色の変化を確かめる。 ○グループに分かれて一人一回は自分でゆでる。</p> <p>3. ワカメを食べる。</p> <p>4. ワカメ収穫や試食を通して感じたこと、考えたことをまとめる。 ○種付け・事前学習のこともふくめて考えを書く。</p> <p>5. 感想・考えを発表・交流する。</p>	<p>* 調理上の注意点を おさえておく。</p> <p>* 全員が体験できる ように留意する。</p> <p>* アレルギーに注意 する。</p> <p>* これまでの学習を 想起できるように 声かけをする。</p>
<p>他教科等関連項目</p> <p>家庭科「おいしい楽しい調理の力（調理実習・ゆでる）」（5月） 「食べて元気！ご飯とみそ汁（栄養素のはたらき）」（2月）</p> <p>社会科「水産業のさかんな地域」（9月）</p> <p>総合「環境問題について調べよう」（10月～11月）</p>		

### 3. 本時のねらい

○ワカメという水産資源の収穫を通して、海の重要性を感じる。

### 4. 本時の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
10分	<p>1. 岩井さんからワカメの成育の流れについての話を聞く。</p> <p>2. 岩井さんからワカメの収穫方法の説明を聞く。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ワカメの収穫をしよう（社会参画の力）</div>	☆（株）ミクニ岩井さんからワカメの成育の流れと収穫方法を聞く。
40分	3. ワカメを観察する。	<p>* ワカメの様子についてよく観察させる。</p> <p>* 観察して気づいた</p>



	4. ワカメの収穫をする。	<p>ことを共有できるよう声かけをする。</p> <p>☆西鳥取漁協のみなさんにも切り方を教えて頂く。</p> <p>*切る際にワカメの様子を見るよう声かけをする。</p>
10分	5. 岩井さんからワカメの利用法や保存について説明を聞く。	
30分	6. 海岸のごみ拾いを行う。	<p>*ごみ拾いをしてもいいように袋を用意する。</p> <p>*前回行ったごみの仕分けの学習を想起し、ごみの種類に注目するよう声かけをする。</p>

※時間の都合で、ゴミ拾いはできませんでした。

※臨時休業の都合で、調理実習はできませんでした。

《海を知る・海を利用する》

6年 単元名 「大阪湾を守るために自分たちができることを考えよう」(4時間)

1. 単元のねらい

○アマモの種を選別し、5年生の活動につなげる。

○これまで自分たちがおこなってきた活動をふりかえり、これから海の環境を守っていくために何ができるかを考える。

2. 単元の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
1時間	<div style="border: 1px solid black; width: fit-content; margin: 0 auto; padding: 2px;">                     これまでの活動をふりかえり                 </div> <p>1. アマモの役割をふりかえる</p> <p>2. これまでの活動をふりかえる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・アマモとの出会い</li> <li>・アマモの役割を知る</li> <li>・アマモを育てる</li> <li>・海苔すき体験</li> <li>・アマモを海に植える</li> <li>・海の生き物観察</li> <li>・海岸でのごみ拾い</li> <li>・G20での発表</li> </ul> <p>3. 本時の活動とねらいを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・5年生の活動で利用するアマモの種を選別する。</li> </ul>	<p>*これまで学んだことや活動を写真や動画でふりかえる</p>
1時間	<p>本時</p> <div style="border: 1px solid black; width: fit-content; margin: 0 auto; padding: 2px;">                     アマモの種を選別する                 </div>	<p>☆講師 岩井さん</p>

2時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">         白ハナナ ムギヅキフ マレキモニ トニ       </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 前時の活動をふりかえる</li> <li>2. 今現在起こっている海の環境問題について考える           <ul style="list-style-type: none"> <li>・海洋汚染</li> <li>・プラゴミ問題（マイクロプラスチック）</li> <li>・地球温暖化</li> </ul> </li> <li>3. 自分たちが海の環境を守るためにできることを出し合う           <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちの思いや願いを、5年生に伝える</li> <li>・自分たちの取り組みを、多くの人に伝える</li> <li>・自分たちが活動した海岸をきれいにする</li> </ul> </li> </ol>	<p>*個人で考えたあと、グループでホワイトボードにまとめて発表する</p> <p>*環境に対する自分の考えや願いを入れるようにする</p>
8時間	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">         白ハナナ ムギモニナ マレキモニ トニ       </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自分が環境学習を通して学んだこと、5年生に学んで欲しいことなどをメッセージカードに書く</li> <li>2. 海岸のゴミを拾いに行こう</li> <li>3. 「海洋教育実践報告会」に向けて自分たちの取り組んだことをわかりやすくまとめて発表する</li> </ol>	<p>*「関西大学6ストロース」さんの資料を活用して、海洋ゴミについて学ぶ</p> <p>*四つ切り画用紙にまとめる</p>

3. 本時のねらい…5年生の活動で利用するアマモの種を選別する。

4. 本時の指導計画

配時	学習活動	☆外部連携 *指導上の留意点
10分	1. 「めあて」の確認をする <ul style="list-style-type: none"> <li>・なぜアマモの種子の選別をするのか</li> <li>・アマモの役割</li> </ul>	
25分	2. アマモの種子選別をする	<p>*種を傷つけないように、丁寧に取る。</p> <p>*自分たちが取った種を5年生が活動でつかうことをイメージさせる。</p> <p>道具：おわん</p>

		ピンセット
10分	3. 振り返り	