

お湯の温度や時間を変えて、湯むきのしやすさを比較しよう

期間目安	1日	費用目安	低
研究タイプ	調理実験	対象学年	中学生（1人〜グループOK）

1. この研究のねらい

ミニトマトの皮をきれいにむく「湯むき」で、お湯の温度や浸ける時間を変え、皮のむけやすさを比較します。

2. 仮説を立てよう

実験・調査の前に、自分なりの予想を立てておきましょう。例えば：

- 温度が高いほど早くむけるのではないか
- 時間が長すぎると実が煮えてしまうのではないか

ポイント：予想が外れても問題ありません。「なぜ予想と違ったのか」を考えることが自由研究の面白いところです。

3. 準備するもの

- ミニトマト
- 鍋
- お湯
- 温度計
- タイマー
- 氷水
- 記録シート

4. 手順

- お湯の温度を変えて（例：80度／90度／100度）用意する
- それぞれに同じ個数のトマトを決まった時間浸ける
- 氷水にとって皮のむけやすさを比較する
- 結果を記録する

5. 記録シートの例

温度	浸けた時間	むけやすさ	実の状態

※このフォーマットを1回分として、記録のたびに行を増やしていきましょう。

6. 進めるうえでの注意点

- 熱湯を扱うので保護者と一緒に行う
- やけどに十分注意する

7. まとめ方・考察のポイント

- 最適な温度・時間の組み合わせを考察する

8. レポートの構成例

- 表紙：研究テーマ、氏名、学年、日付
- 研究の目的・きっかけ：なぜこのテーマを選んだか、何を知りたいか
- 仮説：実験・調査前に立てた予想
- 準備したもの・方法：使った道具・材料、実験や調査の手順

- 5. **結果**：記録表、写真、グラフなど
- 6. **考察**：結果からわかったこと、仮説との比較、理由の推測
- 7. **まとめ・感想**：研究を通して学んだこと、次にやってみたいこと
- 8. **参考にした資料**：本やウェブサイトなど（あれば）