

| | | 家庭 | | | |
|----|---|-----|-------------------|-----|-------------------|
| | | | <ビデオ>食 | | |
| | | | 包丁とまな板の使い方 | | |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 包丁の使い方 | 115 | 包丁の使い方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 包丁の使い方(左きき) | 115 | 包丁の使い方(左きき) |
| 家庭 | 食 | ビデオ | まな板の使い方 | 114 | まな板の使い方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 包丁の洗いか | 114 | 包丁の洗いか |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 包丁の運び方 | 114 | 包丁の運び方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 包丁の置き方 | 115 | 包丁の置き方 |
| | | | いろいろな調理用具の使い方 | | |
| 家庭 | 食 | ビデオ | ガスこんろの使い方 | 117 | ガスこんろの使い方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 計量スプーンの使い方 | 116 | 計量スプーンの使い方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 計量カップの使い方 | 116 | 計量カップの使い方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | はかりの使い方 | 116 | はかりの使い方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | IHクッキングヒーターに使えるい物 | 117 | IHクッキングヒーターに使えるい物 |
| | | | じゃがいもの皮のむき方と切り方 | | |
| 家庭 | 食 | ビデオ | じゃがいもの皮のむき方と切り方 | 117 | じゃがいもの皮のむき方と切り方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | じゃがいもの皮のむき方(左きき) | 117 | じゃがいもの皮のむき方(左きき) |
| | | | いろいろな材料と切り方・洗いか | | |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 輪切り | 114 | 輪切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 半月切り | 114 | 半月切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | いちよう切り | 114 | いちよう切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | たんざく切り | 114 | たんざく切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | せん切り | 114 | せん切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | さいの目切り | 114 | さいの目切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | うす切り | 114 | うす切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 小口切り | 114 | 小口切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | ななめ切り | 114 | ななめ切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | くし形切り | 114 | くし形切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | ささがき | 114 | ささがき |
| 家庭 | 食 | ビデオ | らん切り | 114 | らん切り |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 野菜の洗いか | 116 | 野菜の洗いか |
| | | | だしのとり方 | | |
| 家庭 | 食 | ビデオ | かつおぶしだし | 34 | かつお節だしのとり方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | こんぶだし | 34 | こんぶだしのとり方 |
| 家庭 | 食 | ビデオ | 煮干しだし | 34 | 煮干しだしのとり方 |
| | | | <ビデオ>衣 | | |
| | | | 手ぬいの仕方 | | |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 針に糸を通す | 20 | 針に糸を通す |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 玉結び | 20 | 玉結び |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 玉どめ | 20 | 玉どめ |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 針先で作る玉結び | 20 | 針先で作る玉結び |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | すくい玉どめ | 20 | すくい玉どめ |
| | | | いろいろなぬい方 | | |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | なみぬい | 23 | なみぬい |

| | | | | | |
|----|----|-------|-----------------------|-----------------|---------------------------|
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 本返しぬい | 23 | 本返しぬい |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 半返しぬい | 23 | 半返しぬい |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | かがりぬい | 23 | かがりぬい |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | なみぬい(左きき) | 23 | なみぬい(左きき) |
| | | | ボタン付け | | |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 2つ穴ボタン | 22 | 2つ穴ボタン付け |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 4つ穴ボタン | 22 | 4つ穴ボタン付け |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 足付きボタン | 22 | 足付きボタン付け |
| | | | ミシンの使い方 | | |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 準備する | 55 | ミシンの準備する |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 空ぬいをする | 55 | 空ぬいをする |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | ミシン針の付け方 | 56 | ミシン針の付け方 |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 下糸を巻く | 56 | 下糸を巻く |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 下糸を入れる | 56 | 下糸を入れる |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 上糸をかける | 57 | 上糸をかける |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 下糸を引き出す | 57 | 下糸を引き出す |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | ぬう | 56 | ぬう |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | ぬい始めとぬい終わりの始末の仕方 | 56 | ぬい始めとぬい終わりの始末の仕方 |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 上糸調節装置 | 56 | 上糸調節装置 |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 送り調節器 | 56 | 送り調節器 |
| | | | 製作の仕方 | | |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | しつけのかけ方 | 18-26,82-89 | しつけのかけ方 |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | しるしの付け方(型紙を作る) | 18-26,82-89,120 | しるしの付け方(型紙を作る) |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | しるしの付け方(しるしを付ける) | 18-26,82-89,120 | しるしの付け方(しるしを付ける) |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | しるしの付け方(うすい型紙の場合) | 18-26,82-89,121 | しるしの付け方(うすい型紙の場合) |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 布のたち方(右きき) | 18-26,82-89,121 | 布のたち方(右きき) |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | まち針の打ち方 | 18-26,82-89,120 | まち針の打ち方 |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | まち針の打ち方(三つ折りの部分) | 18-26,82-89,120 | まち針の打ち方(三つ折りの部分) |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | アイロンのかけ方 | 120 | アイロンのかけ方 |
| 家庭 | 衣 | ビデオ | 布のたち方(左きき) | 18-26,82-89,121 | 布のたち方(左きき) |
| | | | コンテンツ | | |
| 家庭 | 食 | コンテンツ | 体内での栄養素のおもな働き | 28 | 体内での栄養素のおもな働き 関連を確かめる |
| 家庭 | 食 | コンテンツ | 米と水の量り方 | 31 | 米と水の量り方 数値シミュレーション |
| 家庭 | 食 | コンテンツ | 米の浸水時間と吸水量 | 31 | 米の浸水時間と吸水量 グラフを読み取る |
| 家庭 | 食 | コンテンツ | 実、みそを入れる順序 | 32 | 実、みそを入れる順序 食材の分類 |
| 家庭 | 食 | コンテンツ | 配ぜん | 32 | 配ぜん シミュレーション |
| 家庭 | 消費 | コンテンツ | ほしい物の必要性 | 38 | ほしい物の必要性 条件分岐 |
| 家庭 | 住 | コンテンツ | 道具箱の整理・整とん | 46 | 道具箱の整理・整とん シミュレーション |
| 家庭 | 食 | コンテンツ | 栄養素のおもな働きによる食品のグループ分け | 126 | 栄養素のおもな働きによる食品のグループ分け |
| 家庭 | 衣 | コンテンツ | 衣服や帽子やくつの選び方 | 91 | 衣服や帽子やくつの選び方 シミュレーション |
| 家庭 | 衣 | コンテンツ | トートバッグの大きさの考え方 | 86 | トートバッグの大きさの考え方 シミュレーション |
| 家庭 | 衣 | コンテンツ | クッションカバーの大きさの考え方 | 88 | クッションカバーの大きさの考え方 シミュレーション |