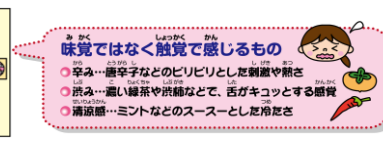




小川町学校給食センター

「味覚の秋」がやって来た！
五感で味わい、食事を楽しみましょう



味覚は、舌の表面などにある「味蕾」という器官で感じます。味蕾は子どもうちに発達し、成長とともに少しずつ減少していくとされています。そのため、子どもは大人よりも味に敏感です。また、すっぱいもの（酸味）や苦いもの（苦味）が苦手な子どもは、苦味は「酸味＝腐ったもの」「苦味＝毒」と本能的に感じて避けるようになっていくためです。味の経験を描くことで食べられるようになりますが、苦手なものを無理に食べるのは逆効果です。調理法を工夫する、一口だけ食べ比べてみるなど、無理のない範囲で、いろいろな味を経験してみよう。