



外に出ればぽかぽかと暖かく、草木やお花、鳥や虫などの動物たちも元気をだしてきました。寒い冬が終わり、待ちに待った春がやってきたよ！

第6号のテーマは「味のひみつ」です。食べ物を食べると、色々な「味」がしますね。どうして味がするのか考えたことはあるかな？「味のひみつ」を大調査だ！

? どうして味を感じるの?

あめ玉をなめると甘い。おうちの人がかんでいるコーヒーを少しもらって飲んでみると苦い。梅干しを食べるとすっぱい。

食べ物を食べると、私たちは「味」を感じるね。味は、みんなの舌にある「味らい」という、すごく小さな部分で感じているよ。ほら、味見をするとき、舌でぺろっとなめるでしょう？

「味らい」はお花のつぼみのような形をしているんだ。

「味らい」の先っぽに食べ物の

味成分がくっつくと、脳に

ピピピッ！とすごい速さ

で信号が伝わって、味を

感じるよ。

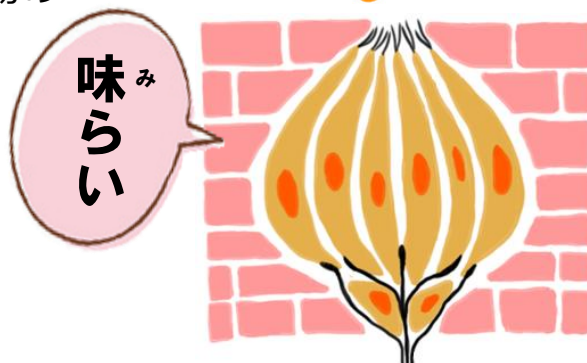
あじせいぶん
味成分

味
み
らい

あじせいぶん
味成分が

舌にある「味らい」に
ぴたっとくっつくと

味を感じるよ！



5人の味レンジャーを紹介するぞ！

「味」を感じるしくみがわかったかな？ 食べ物には、その食べ物の味があるよね。例えば、白いごはんはごはんの味がするし、いちごはいちごの味がする。カレーはカレーの味がするし、ハンバーグはハンバーグの味がするね。

どれも全然違う味のように感じるけれど、実は、食べ物の味って、「5つの味」を組み合わせてできているんだよ。5人の「味レンジャー」を紹介するね！

食育戦隊★味レンジャー



スイートピンク

あまみ
(甘味)

エネルギー源
のサインよ！



ソルティブルー

えんみ
(塩味)

ミネラル源の
サインさ！



すっぱイエロー

さんみ
(酸味)

くさっている
ことのサインだもんね！



ビターグリーン

にがみ
(苦味)

どく
毒のサインだ！
き
気をつけろ！



うまみレッド

み
(うま味)

たんぱく源の
サインだぜ！



あまみ えんみ さんみ にがみ み
「甘味」「塩味」「酸味」「苦味」「うま味」
の5人の味レンジャーがチームを組んで、
食べ物の味を作り出しているんだ。
5人の味レンジャーたちのことを
「5基本味」というよ。

いま、食べ物は何でもお店に売っているし、何を食べてもおいしくて安全だよ。けど、今からずっと昔、山に入って狩りをしたり、海や川で漁をして食べ物を手に入れていたころは、そうではなかったんだ。

毒のある食べ物を食べて命を落としたり、くさった食べ物を食べて病気になったりすることもあったんだよ。「5基本味 (5人の味レンジャー)」は、命を守るためにも大切なサインだったんだ。



味のそっくりさんクイズ

食べ物の味は、5人の味レンジャーの組み合わせでできている。

食べ物が持つ味レンジャーの組み合わせを工夫すると、おもしろいことに、全く違う食べ物そっくりの味がするように感じることもあるよ。

「○○と□□を一緒に食べると、△△そっくりの味がする！」を、君も体験してみよう。本当にそっくりの味がするのかな？

イラストの食べ物を組み合わせて食べると、何の味がするか考えてみてね！

①  +  = ?
ぎゅうにゅう + むぎちゃ

②  +  = ?
ようかん + バター

③  +  = ?
きゅうり + はちみつ

④  +  = ?
バニラアイス + しょうゆ

⑤  +  = ?
プリン + しょうゆ

⑥  +  のり
みかん +  = ?
しょうゆ

→ 気になる答えは次のページだ！



味のそっくりさんクイズ

答えあわせ



クイズの答えだよ。本当かなあ？と思った君は、おうちに帰って試してみよう。

- ①  コーヒー
牛乳
- ②  スイート
ポテト
- ③  メロン
- ④  みたらし
だんご
- ⑤  うに
- ⑥  いくら

全然違う食べ物を組み合わせているのに、ふしぎだね。試しに、目をつぶって食べてみて。きっとそっくりさんの味にだまされちゃうよ。



私たちは口だけでなく、目で見て、耳で音を聞いて、鼻でにおいをかいで、手でさわって、食べ物を味わっているんだ。だから、目をつぶって食べると、見た目からわからないから、そっくりさんの味にだまされちゃうんだね(第7号で詳しく紹介するよ)。

他の食べ物も、目をつぶったり、鼻をつまんで食べてみよう。味の感じ方が変わるかもしれないよ！みんなで実験だ！

まってるよ！



みんなからのおたよりをまってるよ！

〒950-0933 新潟市中央区清五郎 401 番地
 新潟市食育・花育センター
 食育係 こども食育新聞担当