



ひ ひ ひさま かお だ じかん はや ひさま かく じかん おそ
日に日に、お日様が顔を出す時間が早くなってきて、お日様が隠れる時間が遅くな
ってきましたね。気温も高くなってきて、夏がすぐそこまで来ているみたい。

だいごう
第7号のテーマは「^{ごかん あじ}五感で味わう」です。第6号で登場した「^{あじ はなし}味レンジャー」のお話
の続きだよ！「^{ごかん}五感」ってなんのことだろう？さあ、みんなで調べてみよう！

? ^{あじ}どんな味がするか ^{そうぞう}想像しよう ?

チョコレート、^{うめぼ}梅干し、^{しる}みそ汁… ^{あじ}どんな味がするかな？ ^{そうぞう}想像してみよう。



どうだろう、^{あじ そうぞう}味を想像できたかな？ チョコレートは、「^{あま}甘」くて、少し「^{にが}苦い」。
^{うめぼ}梅干しは「^す酸」っぱくて、「^{しお}塩」からい。^{しる}みそ汁は… ちょっと「^{むずか}難しい」かな？ ^{しる}みそ汁
は、みそのしょっぱい「^{しお}塩」味と、^{あじ}にぼしやかつお節、^{ぶし}昆布の「^{あじ}おいしい味「^{うまみ}うまみ」
が組み合わせさせた味がするね。

(^{ぶし}にぼしやかつお節、^{こんぶ}昆布の
おいしい味がしみ出した汁の
ことを「^{だし}だし」と呼ぶよ)。



君は、第6号で登場した、5人の「味レンジャー」たちを覚えているかな？

食べ物の味は、「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作り出しているんだね。

食育戦隊★味レンジャー

スイートピンク



あまみ
甘味

すっぱイエロー



さんみ
酸味

うまみレッド



み
うま味

ソルティブルー



えんみ
塩味

ビターグリーン



にがみ
苦味

前のページで味を想像したチョコレート、梅干し、みそ汁の味を、味レンジャーで表すと、こうなるぞ。

チョコレート



スイート
ピンク & ビター
グリーン

梅干し



ソルティ
ブルー & すっぱ
イエロー

みそ汁

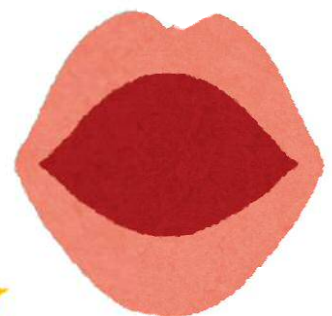


うまみ
レッド & ソルティ
ブルー

味レンジャーは、一人では行動しないんだ。必ず二人以上で行動するよ。つまり、いつもみんなが食べている食べ物の味は、いくつかの味が組み合わせられてきている、ということだね。

味レンジャーの組み合わせは、食べ物によって全て違う。さっそく今日の給食の時間は、味レンジャーの組み合わせを考えながら、給食を食べてみよう！

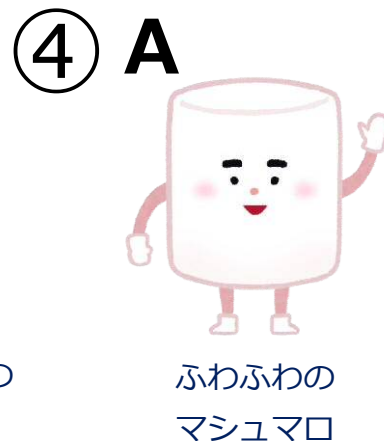
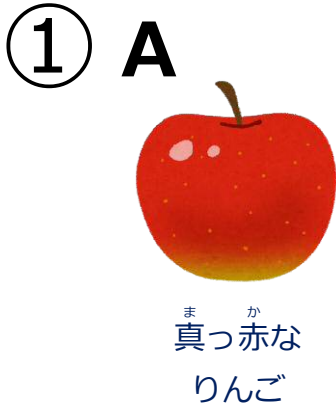
味レンジャーのなわばりは、みんなの口の中だ。口を大きく開けると、味レンジャーに会えるかも？



あーん

? どっちが おいしそう? ?

AとBのどちらを「おいしそう!」と感じるかな? ピン! ときたほうを答えてね。



ほとんどの人は、全部「A」のほうがおいしそう!と感じたんじゃないかな?

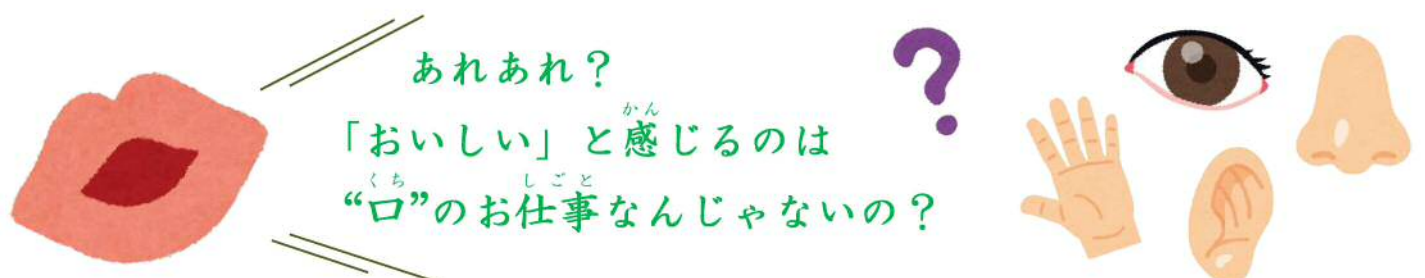
では、どうしてそう感じたんだろう?

①は、君の“目”で見て、どちらの色がおいしそうか比べっこしたね。

②は、君の“耳”で聞く音で、どちらがおいしそうか比べっこしたね。

③は、君の“鼻”でかぐにおいで、どちらがおいしそうか比べっこしたね。

④は、君の“手”でさわる感じで、どちらがおいしそうか比べっこしたね。



しん
新
キャラ
とうじょう
登場!

チーム GOKAN

食べ物を食べて「おいしい!」と感じる時、君が使っているのは「口」の力だけではないぞ。「口」の中の味レンジャーのほかに、「おいしい!」と感じるときには、君のからだの色々なところを使っているんだ。

それが、「チーム GOKAN (ごかん)」だ! 早速メンバーを紹介するね!



み たらう
見太郎



き たらう
聞い太郎



た たらう
食べ太郎



かい たらう
かい太郎



さわっ たらう
さわっ太郎

「チーム GOKAN (ごかん)」は、見太郎 (目・視覚)、聞い太郎 (耳・ちょう覚)、食べ太郎 (口と舌・味覚)、かい太郎 (鼻・きゅう覚)、さわっ太郎 (手・しよっ覚) の5人がメンバーだ (この5つを「五感」というよ)。

前のページのクイズで気が付いたと思うけれど、私たちは、食べ物を食べる時、目で見て、耳で音を聞いて、口と舌で味わって、鼻でにおいをかいで、手でさわって、食べ物の「おいしさ」を感じているよ。チームGOKANを意識して食事してみよう。新しい発見があるかもしれないね!



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