

たべもの教室

大網白里市健康増進課
11月22日・市内保育所



市内保育園において、食べもの教室を行いました。

エプロンシアターで、味覚についての説明を行いました。いろいろな食べものを食べてどんな味がするのか、エプロンシアターのたっくんに食べてもらうお話です。酸っぱい、甘い、しょっぱい、苦いの4種類の味のほか、おみそ汁に入っている味（うまみ）について紹介しました。そしゃくの大切さも伝えました。

その他、3つの色の栄養について紹介し、自分の描いたお弁当の絵を使って、栄養バランスがとれているかをチェックしました。