



塩川食育通信



②

5月給食の目標 食事のマナーを身につけましょう

献立のねらい 5月9日～12日「よい歯の日食育週間」
「みんなでカミング」かむことを意識しましょう

5月11日(木)

しおこんぶづけ

アスパラ

のにくまき

ダイズソース



むぎごはん



はたまねぎの
みそしる



見て、食べて、味わって
学んでみて 学校給食!

喜多方市特産アスパラを
肉で巻きました。
特製ソースで
味わってたべましょう



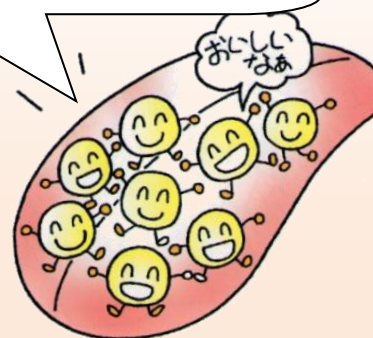
給食クイズ

1 個のみらい

*人間の口には、食べ物の味を感じる部分
(器官)があります。その感じる部分の
名前を味蕾(みらい)といいます。
食べ物の味を味蕾に感じさせるために
ある事をする必要があります。
そのある事とは何でしょうか?

- ① おいしいと言いながら食べる
- ② よくかんで食べる
- ③ 鼻をつまんで食べる

人間の口の中には、1万個
のみらいがあるんだよ。



よくかんで食べない習慣は、どんな悪いことを引き起こすのでしょうか。

- ① 歯並びが悪くなる
 - ② おなか(胃腸)に悪い
 - ③ 太りやすい
 - ④ 食べ物の味がはっきりわからない
 - ⑤ だ液の量が少なくなる
- というような 悪いことを引き起こします。

よくかまないと… 今日は、④についてお話します。

食べ物の味は、舌にある約1万個の味蕾によって、甘い・酸っぱい・塩からい・苦い・うまみの5種類を感じます。味蕾(みらい)は、舌だけじゃなく、舌以外の口の中(上あご、喉の奥など)にもあります。そのみらいで、味を感じ脳へ伝達するためには、食べ物をドロドロにするくらいまでかむことが大切です。