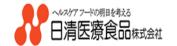


· • · 🐚 · • 🦈 · • · 📝



グルメの旅 8月

茨城県



五感で味わいましょう!

五感を刺激することは、脳に伝わる情報量を増やして脳の発達を促します。子どもたちが生活の中で五感をフルに使うのが、「食」の体験です。

食べることはもちろん、調理を手伝うことで 食材に触れ、五感を刺激する体験は、好奇心 旺盛な子どもたちにとっても楽しい体験です。

- ●視覚…食事は見た目で食欲が増すこともあります。 赤・黄・緑・白などを意識しましょう。
- ●聴覚…食材を煮たり、焼いたり、切る音を一緒に 楽しんでみましょう。
- ●**触覚**…食材を触らせて、どんな感触なのかを言葉にしてみましょう。食材への興味が増します。
- ●嗅覚…おいしそうな匂いをかぐと唾液が分泌され、 食欲が増します。
- ●味覚…甘味・塩味・酸味・苦味・旨味などの違いを 知ることによって、味覚が敏感になります



みぞれラーメン

茨城県水戸市ご当地メニュー 夏の暑い時期にぴったりの冷麺 で、大根おろしには胃液や唾液 の分泌を促し整腸作用や消化吸収 を助けてくれる効果があります

そぼろ納豆

納豆王国茨城県の 郷土料理。 納豆嫌いでも 食べられる 癖のない味です。

去年好評でした、「グルメの旅 沖縄県」の メニューも再登場しますのでお楽しみに!



夜まで遊ぼう会

7月14日に夜まで遊ぼう会がありました。 年長さんと先生で夕食のメニューを考えてくれて、 カレーライスとアイスに決まり!自分たちで野菜や お肉を買って、調理室まで届けにきてくれました。

クラスごとにアイスのトッピングも考えた結果、 チョコチップ・生クリーム・りんごの3種類に。* アイスのおかわりも並んでくれて、楽しい夕食の 時間となりました。

