

～おうちでいただきますの日～

毎月19日は「食育の日」、第1日曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

おいしく！おかわり！いきいき！そだつ！ 10月号

幼児期の味覚の育て方

大人でも、初めて経験する味や歯応えに抵抗があるのは自然なことです。味覚は経験によって幅を広げるものです。幼児期のうちに、さまざまな味に触れるきっかけ作りをすることが大切です。農業体験に参加して、とれたての野菜を味わってみたり、親子で食材の仕込みや調理をする機会をもってもよいですね。味見の手伝いをお願いするというのも、身近なきっかけになります。

