



食育 だしの飲み比べ

食育活動としてたけ組、きく組の子どもたちが「だしの飲み比べ」を行いました。まず初めに味覚には「甘味」「酸味」「苦味」「塩味」「旨味」の5つあるということを教えてもらいました。その後、その中の「旨味」の素であるだしに使うかつお節・にぼし・昆布・干しいたけ・和風だしの観察をしてから、実際に煮出しただしの飲み比べをしました。飲んでみると「いい匂いだね」「魚のにおいがする!」「面白い味がする…」と素直な反応を見せてくれた子どもたちです。同じ味でもおいしいと感じる子、苦手と感じる子とそれぞれ好みがあることも新たに発見できる特別な体験となりました。お家でもぜひ、だしについてお話ししてみてください。

