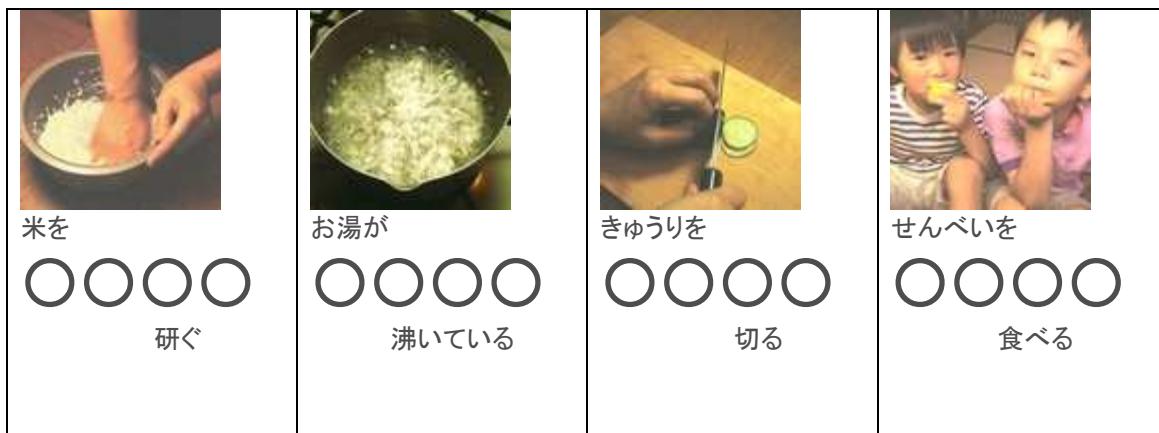


食べる、運動する、寝る、は、身体と心のための基本！！

今回も「食感」がテーマですが、少し違った形で皆さんに試していただきましょう。

1、写真の状況をどう表現するか考えてください。

あなたならどんな言葉が浮かびますか？ ○○○○の中に記入してください。



参考:ざくざく、しゃかしゃか

ぐらぐら

とんとん

ぱりぱり

いろんな発想でOK

2、次に、言葉から出発してみましょう。

以下の言葉から、あなたはどんな食べ物を、また料理の仕方を連想しますか？

ふくら	こふきいも、ごはん
しゃきしゃき	れたす、だいこん、野菜
ねとねと	納豆、長芋、おくら
さくさく	クッキー、りんご
ことこと	煮物、シチュー
ぱらぱら	塩、ふりかけ、パスタ
ふんわり	盛りつけ、パン
あつあつ	ごはん、ラーメン
ほっこり	ふかしいも
すっきり	酢の物、レモン、お茶

いろんな発想でOK