

今月は 「五感 （視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚）で食べよう！」

五感を意識して食べると、さらにおいしさを楽しめるようになります。  
料理をつくることは、五感を総動員する作業です。  
小さい頃から料理体験をすることは、いろいろな神経の発達に役立ちます。

\* 説明文を読み、( ) に当てはまる身体部分と、  
該当する五感( 視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚 ) を記入しましょう。



食べ物のつや、色、形、盛りつけを ( 目 ) で味わう。  
食器、照明、花なども楽しむ。  
→ 該当する五感は ( )



料理の音「煮る、焼く、揚げる、切る」やサクサク、パリパリと歯ごたえのある音が ( 耳 ) から入ってくると、おいしさを楽しめる。楽しい会話や笑い声、音楽も楽しむ。  
→ 該当する五感は ( )



台所や食卓でのおいしそうな匂いは ( 鼻 ) から感じ食欲を増進させる。  
新鮮な果物の香りは鮮度を判断できる。  
→ 該当する五感は ( )



甘い、辛い、酸っぱい、苦い、しょっぱい、の五味や様々なうまみを ( 舌 ) で味わう。  
その他、渋い、甘酸っぱいなど、どうおいしいかがわかる。  
→ 該当する五感は ( )