

令和2年度 すこやかメールマガジン 第710号【好き嫌い】 9月24日配信

みなさんこんにちは (^_^) /

2019年に行われたKAGOMEの「子どもの野菜に対する意識調査」によると、5割以上の子どもが「野菜好き」と回答し、更に年齢が上がるほど野菜を好きになる傾向にあることが分かりました。しかしその反面、野菜好きの子どもの7割以上に嫌いな野菜があることも分かりました。ちなみに、嫌いな野菜としては「なす」「生しいたけ」「ピーマン」などが上位に入っています。

食べ物の味は主に「味蕾（みらい：舌や軟口蓋にある器官）」で感じ取ります。しかし、この味蕾は色々な味に触れることで変化するもので、豊かな食事の経験が味蕾を育てるのだそうです。子どもの頃苦手だった食べ物でも、大人になってから食べられるようになったという方も多いのではないのでしょうか。また、楽しい食事の経験による心の変化も嫌いな食べ物の克服に効果があるようです。

子どもの好き嫌いでお悩みの方、慌てなくても時間と経験が解決してくれるかもしれませんよ。【S】

☆メルマガへのご感想、アドレス変更・配信停止はこちらへ(^_^)/

kosodatem@pref.iwate.jp

★=====★

【発行】岩手県立生涯学習推進センター

【HP】 <http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>

【Facebook】 <https://www.facebook.com/manabinetiwate/>

【Twitter】 <https://twitter.com/manabinetiwate>

★=====★

