

## 【4-1】

- ・ 「食育体験学習ではどんなことをしたの？」と聞くと、だし汁の種類や、どんなだったなど細かく話してくれました。自分で学んできたことをクイズ形式にして教えてくれました。問題を考えたりと、食に対して関心が高まったように感じました。
- ・ 貴重な体験学習をありがとうございました。だし汁の試飲の話をうれしそうに話しておりました。アトピー体質の為、幼い頃から白砂糖が体に合わず、甜菜糖やはちみつ、素材の甘みを感じられるように心がけてきました。家でも、野菜を育て料理をする等、食事を大切に考えたいと改めて思いました。いつもおいしい給食をありがとうございます。「〇〇が出たんだよ」「〇〇が大好きなんだ～」「〇〇たくさん食べたんだ」等、いつも嬉しそうに話しています。おいしい給食を食べられる子どもたちは、とても幸せです。
- ・ 親の仕事や習い事などで、忙しい日の夕食では、食を楽しむという事が難しいので、このような食育体験学習はとてもありがたい限りです。普段は、子供の好みの味付けで料理してしまいがちですが、うま味の味を使った料理にも挑戦したいと思いました。
- ・ 何日か前から、この体験学習を楽しみにしていて、帰ってきてすぐに「チョコレート食べたよ」と、はじめ何？と思いましたが、よく聞いたら、甘みを感じるようでした。子供の書いたプリントで五感を意識して味を感じる事ができたようで、いい体験だと思いました。
- ・ 普段、何気なく食事をしていると思うが、今回の食育体験学習を通して、バランスの良い食事など、家庭で話す機会を作っていきたいと思います。
- ・ ステキな体験をさせていただきありがとうございました！「五味五感」知っていたはずなのに、子供から聞かされながら忘れていたと思いました。家に帰って食事の時に、子供から「五味五感」ってな～んだ？と質問が出て、改めて家族みんなで食事をしながら、これは塩味だね！などと楽しく食事ができました。これからも、食事などに興味を持って、楽しく正しく知識をつけていってほしいと思いました。家族みんなで、次の食育の授業を楽しみにしています！！
- ・ 前日から、「明日は五味五感の体験学習なんだ」と楽しみにしている様子でした。家に帰ってからも、クイズ形式にして体験学習で学んだ事を教えてくれました。その日の夕食でも、普段は、パクパクとおかずと一緒に食べてしまうお米も、「お米の味を感じてみよう！！」と言ってたくさん噛んで食べていました。「お米って甘いんだね」と新たな発見もできたようです。学校で、このような活動をしていただいて、食への興味などが高まる良い経験ができて、私も嬉しく思います。
- ・ 帰宅後、今日の食育体験学習の内容をたくさん話してくれました。普段、何気なく食べていましたが、「五味」や「五感」を教えてもらい、「食」に関しての意識が少し変わったように思います。家では、どうしても同じようなメニューになりがちなので、給食で様々な地域のメニューなど紹介してもらえ、新しい味に出会えることに感謝しています。今後も、美味しい給食をよろしく願います。（魚

が苦手なのですが、21日の鮭は味付けが良かったようで、完食したようです。参考にさせていただきます。

- まだうま味がわからないようですが、日本食で一番重要なもので、その味にフォーカスして考える良い機会だったと思います。面白い取り組みだと思いました。
- 好きな物しか食べない、食べた事のない物は食べないではなく、食べたことのない物でも新鮮だったり味付けだったり、美味しく食べる事ができる！！まず、一口食べてみてほしいです。美味しいものがいっぱいあるから。
- 学校で教えてもらったことを、うれしそうに話をしてくれました。家では、小さいうちから野菜が嫌いにならないよう、離乳食のうちからたくさん作って野菜が大好きです。それと同じように、勉強して知ることでも食にも興味がわくと思うので、今回このような体験をさせていただき、食育につながったと感じます。ありがとうございました。
- 兄弟の中で一番好き嫌いがなく、一番良く食べる子です。色々な食べ物に興味があり、見た目でも嫌がらずにとりあえず口にするといい事を、心がけてこんな味の食べ物があるんだよと教えてあげたりしています。味付けでは、すっぱいのが少し苦手かなあと思います。今回、食育体験でまた、食べる事に興味をもったと思います。
- もともと食べることが大好きなので、今回の食育体験はとても楽しかったようです。真っ先に教えてくれました。食べ物の大切さを改めて知ることができたと思います。また、日本独特の旨味を使った料理（和食）を作ってあげたいと思います。そして、料理の出来上がる過程も一緒に体験させてあげたいと思います。
- 家ではかつお節のみのだしで、お雑煮やうどんの汁を作っています。昆布は入れないので、いつものだし汁との違いを感じたようです。昆布がないのが、本人は良いらしいです。
- 今回の五味五感の体験学習を通して、私たちの体は食べ物でできていて、食べたもので健康がつけられているということを知ることができたと思います。飽食の時代で、おなかがへればなんでもすぐに食べられるため、だし汁の味だけを味わう事を家ではしないため、よい体験になったと思います。
- 食べる事がもともと好きな子ですが、今回、教科書の上だけで学ぶのではなく、体感を通して色々知る事ができたようで、とても楽しかった様子でした。こういう授業、用意など大変かなと思いますが、子供にとってとても身に付く学びだと思います。ありがとうございました。
- 何日も前から、とても楽しみにしていました。帰ってきて、たくさん話をしてくれました。普段、何気なく食べている食事でもこの料理は、この味が感じられるな・・・とか“五味五感”を感じながら、食べてくれるようになってくれると嬉しいです。（作っている側からすると・・・）試飲させていただいただし汁は、とてもおいしかったと言っておりました。このような学びの場をさせていただき、ありがとうございました。食について関心が高まったように思いました。
- 家では苦手な食べ物は、見た目やにおいて拒否反応をし、食べなくなります。ただ、一口食べると意外とおいしいと言って食べる時もあるので、見た目などで判断せず、まずは舌で味を感じて、色々な食材を知ってほしいです。

・ 晩ごはんを食べているときに、「このだしは、昆布・かつお節・煮干しが入っているんだね。」と言ったり、今までは静かに食べていることが多かったので、会話が増えました。この料理には、何が入っていて、どんな感じなのかを考える機会が増え、楽しく食事ができるようになった気がします。

・ 五味五感を意識して食べるという事を、大人の私たちには薄れてきているので、とても貴重な授業をありがとうございました。改めて子どもに伝えていきたいと話を聞き思いました。自宅では、やはり子どもの嗜好を優先してしまう傾向にあります。自宅以外では、好きな物、嫌いな物でも出されたものはきちんと食べることが我が家のルールです。食べ物にあふれているからこそ、多くの食べ物を味わい、五味五感を使って食べられるという幸せも感じ、成長して行ってほしいです。

#### 【4-2】

・ 学校で食べたチョコレートが、格別においしかったと話していました。普段とは違った授業が出来て、楽しかったそうです。

・ 最近、食への関心が出てきたと感じております。以前は、見た目で食べない事もありましたが、新しい食べ物を食べてみたいようで、色々なものにチャレンジしています。食は細いほうですが、なるべく色々なものを口にするよう家での食事を工夫したいと思います。

・ 家では、自分好みの食事が多いです。(ごはん、肉、好きな野菜(トマト・きゅうり)) 食べながら、携帯を見ていることが多く、なかなかやめられません。家庭菜園で、野菜を作っています。収穫した時、自分では食べてくれるようになりましたが、他の野菜は残しがちです。

・ 帰って来て、色々話してくれました。素敵な学習だと思いました。ありがとうございます。家でも生野菜は、あまり食べません。でもいろいろ食べてみましょう！となんでも一回は口にしてくれるのはえらいと思います。きれいな物は、なるべくほかの物に混ぜたりして、食べてもらっています。お米より、おかず派です。

・ 普段、チョコレートを食べる時は、ミルクが含まれているチョコを食べていて、カカオが多いチョコを食べたのはほぼ初めてで、苦かったと言っていたのが印象に残っています。毎日の食事でも苦い物を食べる機会はないので、新鮮だったようです。

・ 家ではすぐ調味料を足したが、濃いはっきりとしたものを好んでいます。だしを味わったり、食感を感じるなど、大切だと教えても家ではなかなか素直に聞き入れないので、学習として行ってもらえるのはありがたいです。

・ 「今日ね、お塩とお砂糖を味見したりしたんだよ！！」と聞かせてもらいました。日頃から、食事をする中で深く考えずに食事をしている事もあるかと思いますが、このような機会があると改めて食べ物大切さも学べると思います。私自身、社員として飲食店の店長の仕事をしておりますが、常に「見て美味しい」「食べて美味しい」を心がけています。

・ 「五感って何かわかる？」「五味は知っている？」と帰宅してすぐに、クイズを出してくれました。教えていただいたことをうれしそうに話してくれました。また、家の出し汁は何を使っているかという話から、味見をすると「学校で飲んだ出し汁はもっと色が濃くておいしかったよ！」と言っていたので、息子のOKが出る出し汁作りを頑張ります。

- とても良い試みだと思います。頭では理解していても、苦手な物は、残したい、食べたくない気持ちが勝ってしまいがち。好きな物は、たくさん食べたいと繰り返し用意してしまっています。無意識に偏食になっていたことに、気づかされました。学校で体験したことで、少しでも意識改革につながればいいなと思います。
- 味には沢山の種類があり、楽しいと思ったようです。まだ、子どもには食べた事のない、辛味、しぶ味といった大人の味を体験させた事があまりないので、食の楽しみの広さを教えていきたいなと思います。

