

豊かな味覚形成は乳幼児期から

甘味
エネルギー源

旨味
たんぱく質

塩味
ミネラル

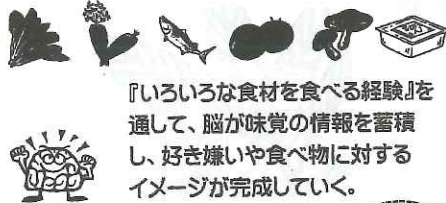
人間が本能的に「好む」味覚

酸味
腐敗物
未熟な果物

苦味
毒

人間が本能的に「避ける」味覚

子どもが今まで食べていたものを、
口から吐き出したり、食べなくなった
りしたときは、微妙な味の違いがわ
かりつつあるとき。成長のしるし♡
(2〜3歳)

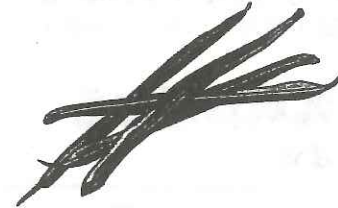
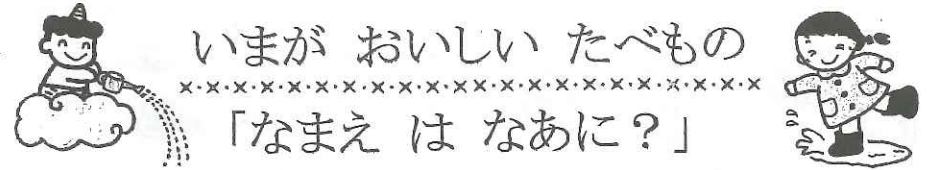


『いろいろな食材を食べる経験』を通して、脳が味覚の情報を蓄積し、好き嫌いや食べ物に対するイメージが完成していく。

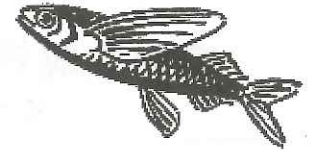
乳幼児に濃い甘味・旨味・塩味
に慣れさせることは、正常な味
覚と健全な脳の発達を損なう
可能性があります！

味覚は 10 歳頃までに完成します。薄味を大切に、食材本来の味をたくさん体験させて、子どもの味覚と脳を発達させましょう！

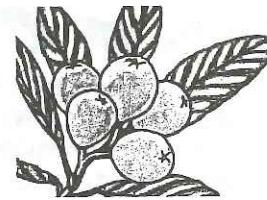
未来の元気を創造する
一富士フーズ株式会社



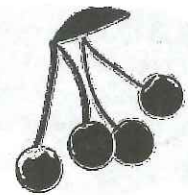
いちねんに さんかい とれる ちいきも
あるよ。ひらべったいのや むらさきいろ
や きいろの ものも あるよ。



いまから なつに かけて おいしい
さかなだよ。むなびれを ひろげて
かいめんを、とのさまばったの
ように とぶよ。



うぶげの ある かわを むくと あまい
おれんじいろの みが あるよ。がぶりと
たべると なかに おおきな たねが
はいっているよ。



なまのものは いましか たべられない
よ。しゅうかくして 2から3にちが
いちばん おいしいので はやめに
たべよう。