



港区立中之町幼稚園 12月 園だより

教
育
目
標

- げんきな子
- かんがえる子
- なかよくする子
- かんばる子



令和5年11月28日
港区立中之町幼稚園
園長 大橋 美都子

味覚を育てる

園長 大橋 美都子

年末のころの寒さになったかと思えば20度を超える暖かさになったり、とジェットコースターのよう
に気温が上がり下がりしていますが、確実に冬の到来を感じるこの頃です。

寒くなってくると家族でお鍋を囲んで…ということが増えてくる季節ですが、お子さんは食に関し
て興味はありますか？ 私たちはものを食べると、舌の表面にある「味蕾（みらい）」という器官で味
がキャッチされ、味覚神経を介して脳に信号が送られ、「甘い」「酸っぱい」などを知覚します。この
味蕾は12歳をピークに減少し、大人になると半減してしまいます。そして味蕾は鍛えないと衰えてし
まい、使い物にならなくなってしまうのだそうです。さらに味蕾がキャッチできるのは、自然の味
だけだと言われています。刺激物や化学的につくられたものが口に入ると、味蕾は本能的に閉じてし
まうのだそうです。だからこそ、乳幼児期の食生活は、自然の食材、薄味が大切だと言われているの
ですね。また、味蕾が味をキャッチするたびに送られる信号は脳の刺激となり、本来備わっている「見
る」「聞く」「嗅ぐ」「触る」「味わう」といった諸感覚が開花していきます。感覚が開花してくると、
周囲を観察したり、相手の様子を見て感じたり、想像したり、と気付く力が育っていきます。舌で味
わう体験が子どもの様々な感性を育む上で重要な要素の一つであることは確実だと思います。フラン
スで「12歳までに基本の味をきちんと体験していない子どもは、成長してから問題行動を起こしやすい
」という研究結果が発表されたこともあるようです。

年末年始は、ご家族や知人と食を共にする機会も多くなることでしょう。まずは同じものを食べて
同じ時間を共有することが味覚を育む上で大切です。そして、様々な自然食材をバランスよく体験さ
せることを意識し、子どもたちの味覚を育てていきましょう。

今、11月30日の作品展に向けて、幼稚園全体が中之町ミュージアムに変身中です。無限の才能の
ある、小さな芸術家たちの様々な作品を展示しております。芸術家たちののびのびとした作品を楽し
みながら、また、製作過程を想像しながら鑑賞していただくと幸いです。



運動会后、他学年との自然な関わりが
増えました。



チェーンネットに上って空を
見るときれいで気持ちいいです。



ホールが「わんぱくだん」のおはなしの世界に
なりました！宇宙組が6つのグループに分かれ
力を合わせて製作しました。

