

「コミュニケーションしながら楽しく食べることが大切」

好き嫌いのメカニズムも紹介

島村さんが講演「味覚」をテーマに

静岡ガス(株)、富士宮市健康づくり食生活推進協議会・ななくさ会、富士宮市フードバレー推進協議会共同による食育講演会が28日、富士宮市役所で開かれ、日本福祉大学健康科学研究所客員研究員の島村光治さんから「味覚」について学んだ。

島村さんは16歳で酸っぱい物を甘く感じさせ「ミラクルフルーツ」のことを知り、自身で育てるなど味覚についての研究に取り組み続

けており、苦味で毒を感じ取るなど、人が生きるために必要な感覚であることを語った。

さらに、好き嫌いのメカニズムも紹介。嫌いな食べ物、見た目などの「第一印象」、食べているときに嫌な思いつきがあるなどの

「雰囲気」、何らかの原因で食べて吐いたことがあるなどの「経験」の3つによるものが多く、島村さんは「コミュニケーションしながら楽しく食べることの大切さを裏付けるもの。しかって食べさせれば、その場は食べてもやがて嫌いな食べ物になる。子供のころの味覚の形



講演する島村さん



ギムネマの葉の味を体験する参加者

成が重要で、きちんとした味覚が形成されないと、奇食に走る可能性もある」と説明した。

講演中、ギムネマの葉やミラクルフルーツのタブレットを試食。ギムネマを食べて砂糖やチョコの甘さを感じなくなった参加者は、「おいしくない」と感想を漏らし、島村さんは「味覚障害があることはつらいということ」が分かったはず。科学的な実験で、子供たちが食に興味を持つ方法にも目を向けてほしい」と訴えていた。