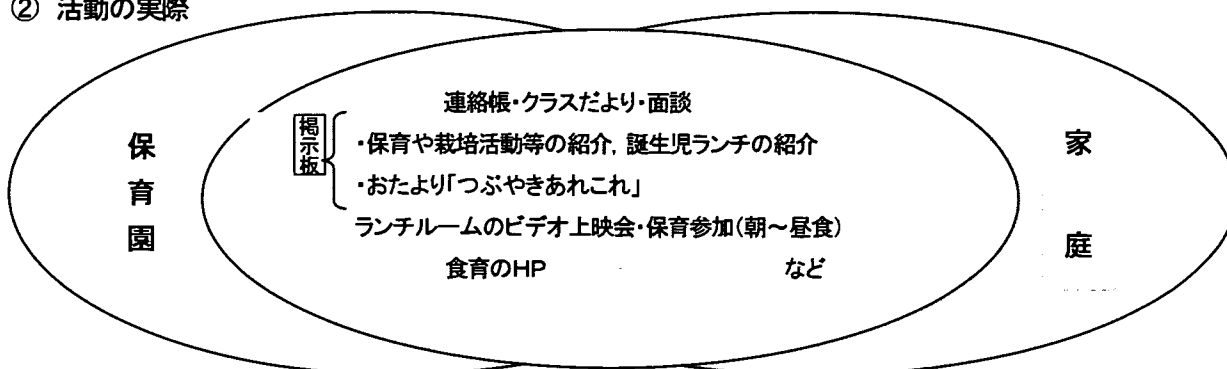


## 2) 在園児の家庭との連携

- ① ねらい
  - ・食育への関心を持ってもらう
- ② 活動の実際



### a) 幼児 誕生日ランチ

「食べ物を話題にする子」はめざす子どもの像の一つとしても挙げられており、親子でも食べ物を話題にしてもらおうと、会話が盛んな幼児を対象に『誕生日ランチ』というものを考えました。

#### ★ 『ほく・わたしだけの特別ランチ』

誕生日にワンプレートになっているランチ皿を使って食事をし、誕生日を祝います。(写真①)

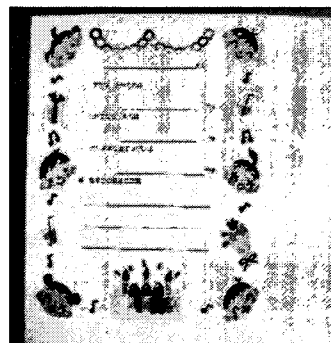
その時の写真を貼ったカードをその日に持ち帰り、家庭での様子を記入してもらうことにしました。(写真②)



(写真①)

#### 内容

- ・好きな食べ物
- ・苦手な食べ物
- ・大好きなお手伝い
- ・最近の食卓での話題



(写真②)

子どもたちは誕生日を心待ちにしている、そのカードが玄関に掲示されることをとても楽しみにしています。私達保育士も子どもの家庭での様子を垣間見ることができ、子どもや保護者とのコミュニケーションにもつながりました。

### 「誕生日おめでとう」カードから見るお家での様子

3才	ご飯を運ぶ・お茶碗洗い・野菜洗い・味見	46%
3才	洗濯物をたたむ	
4才	お皿を運ぶ・洗う	40%
	皮むき、卵割、納豆混ぜ、種取	50%
5才	皿洗い、ごみ捨て	30%
	買い物、配膳、野菜洗い、皮むき料理手伝い	35%
	(5才—新聞取り、靴洗い、洗濯物畳、床拭き)	

- \* 食事作りや準備に関わる子供が多いこと。また、3歳くらいまでは野菜洗いや、食器運びだ中心でしたが、次第にお茶碗洗いに始まり、卵を割ったり、納豆を混ぜたりに始まり料理作り、なかにはニンジンの皮むき、ピーマンのへたとり等に関わる姿が増えていました。
- \* 年齢が大きくなるとおかずをきったり、豆腐をきったりと包丁も使う姿が出てきていました。全体的に何かしらの手伝いをしている様子が伺え、年齢ごとに台所とのかかわりが増えていました。年齢ごとに見てみると、食育への関心あるクラスとそうでないクラスの傾向も感じました。

<保護者の感想>

- ・自分の誕生日を親子共々1年間心待ちにしていました。
- ・「今日は〇〇ちゃんの誕生日をやったよ〜！」と子どもとの話題が増えて嬉しいです。
- ・自分や友達の写真が掲示板に掲示されているとよく見ます。
- ・他の家の子がどんな話題を話してるのかを見ると、微笑ましいです。
- ・食べ物の好き嫌いの欄が自分の子どもと同じでちょっとほっとしています。 など

b) おたより「つぶやきあれこれ」

子どもの喧きを中心に、毎月色々な特集の記事を載せています。

中でも、職員と保護者のリレー方式で連載している「わたしの幼い頃の食卓の思い出」は好評です。おたより類はいくつかあるので、『つぶやきあれこれ』は、食育にどれだけの方が関心を持っているか？を見るという視点で、全園児配布ではなく、玄関に置き、読みたい人が取る形をとりました。初めは30部でスタートしましたが、徐々に読者が増え、今では50部程になっています。

(※園内は82世帯)



<保護者の感想>

- ・園児の会話が楽しかったです。
- ・食卓の思い出では、他の家がどうだったのか、興味深く読めました。
- ・自分で食べられるようになるまでの子どもの成長過程がわかり、育児にタイムリーで参考になりました。
- ・親の知らない日中の子どものことで、先生方がふと感じた子どもの様子を書いてくれて、先生方と親の距離をちじめるいい内容だと思いました。

など

c) ランチルームの様子をビデオ放映・調理さんの生の声をお届け

乳児から幼児までの食事風景をビデオに撮り、保育士や調理員さんが説明をするというビデオによる保育公開をしました。5:00〜と6:00〜の2回上映でしたが0歳〜5歳までの方が参加。父親の参加も数名有、中にはご夫婦での参加もありました。全体で42%の参加率でした。0歳は88%とダントツの参加率でした。

<保護者の感想>

- ・自分たちで準備や片づけが全部できることに感動。
- ・わが子も出来るようになるのか不安と期待が交差する。
- ・見ることでよりわかった。
- ・調理師さんの話がとても参考になった。直接聞けてよかった。
- ・時々上映会をやって欲しい など



「絶品！」

「子ども達に人気の『煮干の甘辛煮』です。おひとつどうぞ」と味噌汁のだしをとった後の煮干を胡麻油で炒め **みりん+しょう油**で煮付けたものを試食してもらいました。「ほんとだ、おいしい!」「本当に捨てる場所が無いんだね」と関心しきりでした。親子で笑顔いっぱいの上映会。心も弾んでその場を惜しむように解散していきました。

③ 評価・反省

「保護者向けアンケート」から

今年度は昨年度の反省をもとに、「食べ物を話題にしてもらおう」というねらいを中心に、働きかけをしてきました。保護者から

- ・“子どもと食べ物の話題をする機会が増えると共に、保育園での出来事を親子で話す機会も増えた”
- ・“子どものお手伝いが増えたり、自分のことを自分でするようになった”との声も多くなり効果を感じました。

アンケートで“他の家庭がどのような食事をしているのか聞きたい”との関心が大きく「ママのおすすめメニュー」など情報交換しやすい記事を書けるなど保護者の意見を参考に紙面作りをしていきたいと思う。

ビデオ放映の感想からも感じられるように、クラス単位ではなく全員対象に発信、交流を続けていくことも大事と感じました。

「ランチ風景のビデオ上映会」

ランチ体験、保育参加の数値は確実に上がりました。しかし参加できない人も多いためランチの様子をビデオに撮り、夕方2回の上映会を実施。これは大好評でした。

「一見は百聞にしかず、よくわかった!」「自分の子もこんな風にできるようになっていくのだろうか?」の言葉の中から、育ちの先が見えるということは、安心ゆとりにつながると思われる。

ビデオにとどまらず「調理員さんの話」に感動。

廃棄処分となりがちな食材をちょっとしたアイデアや工夫で1品追加。それが子供たちに人気であることやその味を実際に口にすることなどの体験は紙面の何倍も伝わったことと評価しています。おいしく食べてもらう為のわずかな工夫や努力が時には一人ひとりになされていることを聞き知ると保護者からの感謝の言葉や視線を感じました。

## 「食と健康を考える」

子供の苦手No. 2 にピーマンやきのご類。子供たちに受け入れられるためにどんな工夫をしていくか？便秘で腹痛を訴えたり、大泣き、顔面蒼白、病院にいつて整腸剤を出してもらうなどのケースが目につくようになりました。お昼寝からなかなか目覚められない等 健康な身体づくりのための食や生活リズム等はますます、保育士、栄養士、調理師、看護師、家庭とみんなで具体的に実践し、検討を積み重ねて成長を促せる確実な連携を模索していきたい。

臭覚の衰えや命への鈍感化、食料の安全など大人が子供を守るためにも伝えたいことは沢山ありますが、乳幼児期にどんな方法があるのか、実践を通してながら保護者ととも先を見通した育ちを理解しあい、時間がないと嘆く保護者と響きあえるような！取り組みを探していきたいと思います。

### 3) 子育て支援(地域の子育て家庭)にむけて

#### ① ねらい

親のニーズにあった内容を充実させ、保育園栄養士を身近な存在として感じてもらえるような支援を行う。

#### ② 活動の実際、実施の記録

まず家庭ではどのようなことで育児につまずいているのかを、保育園保護者の事例を挙げながら探りました。離乳食に関する事柄が多く出されました。

内容は・母乳に頼り、離乳がすすまない、・授乳の仕方・分量がわからない、・咀嚼が育ってない、・手づかみ食べの遅れ等です。

これをふまえ、川崎市栄養士研究会メンバー5名で『子育て支援センター』に出向き、年2回の離乳食講座を行いました。

#### ★第1回目

##### 『あら簡単！炊飯器で離乳食』

日時:9月13日(木) 14:00~15:30

参加人数:20組

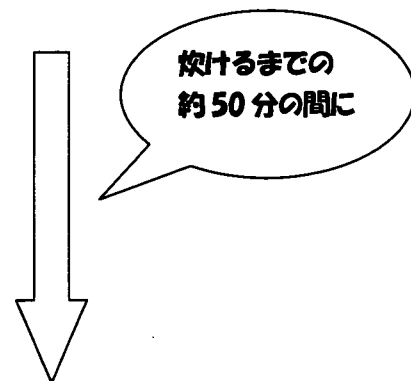
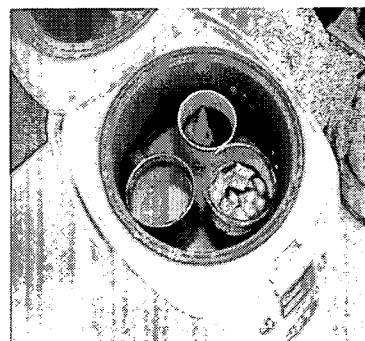
ねらい:離乳食初期・中期の大切なポイントを知らせる。

電気釜で作れる簡単離乳食を紹介する。

内容:

◎米を洗い、水をはった炊飯器に・おかゆ・野菜スープ・野菜のマッシュを同時に作れるよう分量・切り方等を実演し、家庭でも準備しやすい容器に入れて炊飯器にセットする。

- i) 簡単なダシ汁の取り方・麩や白身魚のくず煮の作り方の実演
- ii) 等身大のQP人形を用いての授乳の時の抱き方・食事の時の抱き方・スプーンでの食べさせ方のポイント・優しい言葉かけの大切さを実演。
- iii) 栄養士1名に対して親4~5名の数グループに分かれた相談会
- iv) ホームフリージング方法として、便利な小分けのフリージング方法を紹介



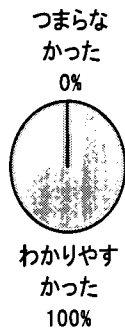
炊きあがり！！  
つぶし加減を説明しながら  
初期・中期にわけ展示しました。



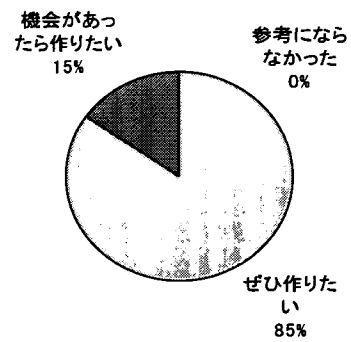
わあー！！  
おいしそう！！

### アンケート結果

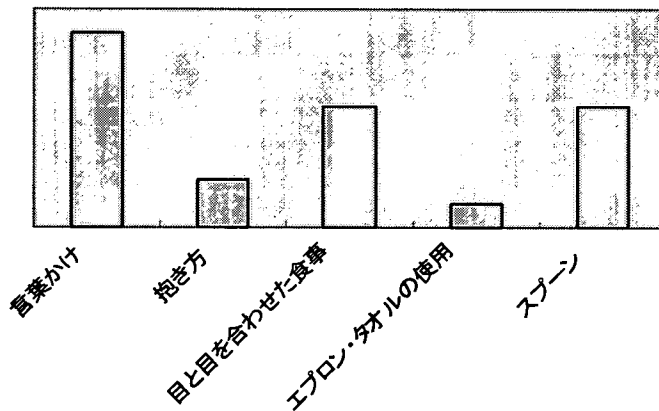
デモンストレーションを見ていかがでしたか？



お家でも作ってみたいと思いましたか？



キューピー人形を用いての食べさせ方で参考になったものはどれですか？(複数回答可)



・イスに座らせた方が良いのかと思っていましたが、だっこの方でも良いとのこと、その方が子どもも安心して食べるのではないかと思いますので、やってみたいと思います。  
・食べてもらいたいことばかり考えていて、良いアドバイスをいただきました。

- ★その他 ご意見、ご感想など 何でもお書きください。
- ・離乳食づくりで迷うことが多いので、とても参考になりました。
  - ・相談ができてよかったです。
  - ・試食出来ればもっといいと思います。
  - ・色々相談出来て良かったです。ありがとうございました。
  - ・具体的でわかりやすかったです。ありがとうございました。
  - ・全体を通してお話のみならず、実演があつてよかった。

## ★第2回目

『とりわけ一緒ごはん』

日時:11月15日(木)

参加人数:28組

ねらい:取り分け一緒ごはん(後期・完了期)の作り方を知らせる。

(離乳食時期は、まず赤ちゃんに食べさせてから、大人は後でゆっくり食事をするケースが多く見られる。そこで家族の食事から取り分けられるようになるこの時期に、家族で食卓を囲み、一緒に食べる大切さを伝える。)

後期・完了期の食べさせる時の言葉かけ・手づかみ食べ・手遊び歌などを知らせる。

内容:

- i) 保育園の献立の中から魚の変わり焼き ほうれん草のキッシュの調理実演  
これらが、オーブンで焼けるのを待つ間に
- ii) アレルギーを考慮した卵の与え方を説明
- iii) “親子で楽しい食事時間を作り出す”ねらいから身近な野菜が主役で手や指の発達を促す手遊び歌の紹介と歌いながら手の振りを知らせました。

トマトはトントントン  
キャベツはキャキャキャ  
きゅうりはキュキュキュ  
大根はコンコンコン

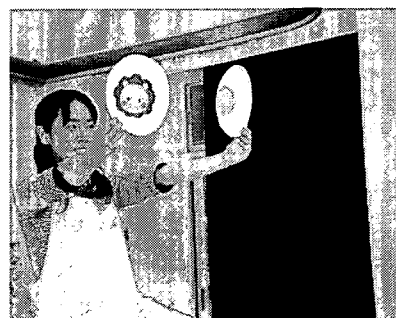
動く動物絵皿の紹介は、

トバナナが1本ありました  
そこへお猿がやってきて  
おいしいバナナを食べました  
パクン  
モグモグモグモグ食べちゃった  
食べちゃった食べちゃった食べちゃった

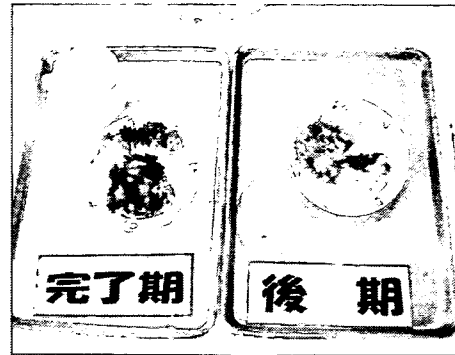
絵皿は、家で親が切り貼りして作れるまでに準備して希望者にお土産として配りました。

- iv) 「9か月～椅子に座らせてあげましょう！」と題し、キューピー人形を使い、食事中の関わり方を実演しました。

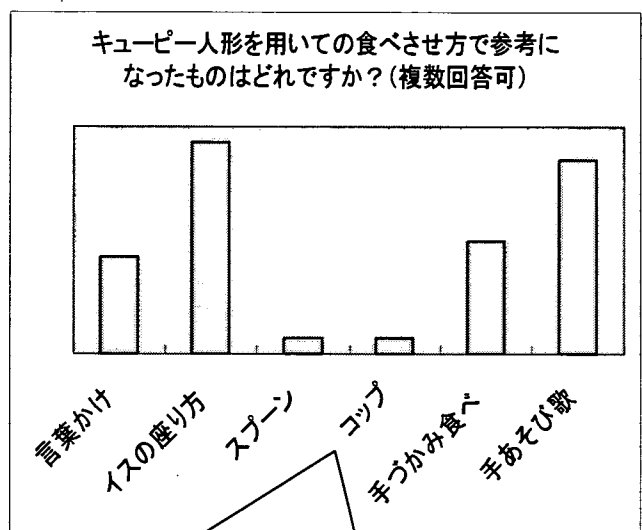
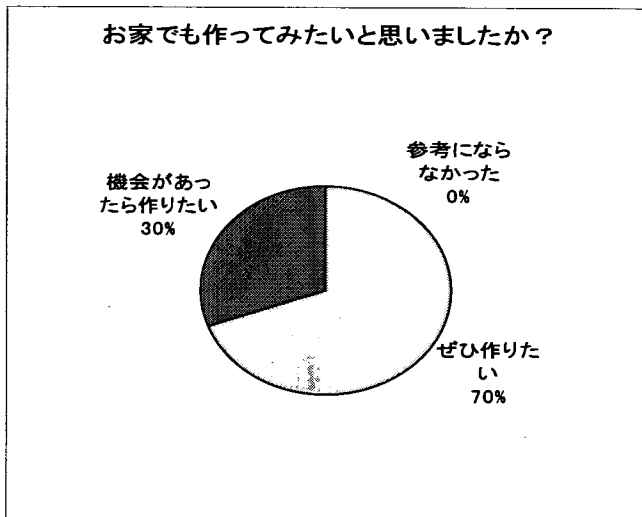
- ・椅子に座る時のポイント  
(床にしっかり足がついていることなど)
- ・環境設定  
(レジャーシートをひく等)
- ・手づかみ食べの大切さ
- ・楽しく食べるための言葉かけ
- ・コップで飲む練習
- ・挨拶 など



- v) 小グループに分かれ相談会
- vi) 後期・完了期の1食の分量の展示を行いました。
- vii) 家庭にいる母親は、日中、家事・離乳食作り・食事の介助・授乳と忙しく、自分の食事、特に昼食が二の次になってしまう姿が多くある事から「ママもしっかり食べよう！」と訴え、親向けレシピの紹介をしました。



アンケート結果



・イスの座り方で足を床につける事、背中を安定させる事をさっそく実行します。  
 ・イスの座り方、すぐに立ってしまうのであらかじめいたけど、続けようと思った。  
 ・気にした事がなかったので、今日から座り方を変えたいと思います。

★その他 ご意見、ご感想など 何でもお書きください。

- ・食事の時に言葉かけをするようにしたいです。
- ・これから何回かやって欲しい。離乳食だけでなく、幼児食向けやおやつについてもあったら嬉しい。
- ・子どもが動いてしまい、落ち着いて見れなかった。
- ・前回も参加させていただき、参考になりました。今回も大変有意義な時間となりました。
- ・子どもがチョロチョロして集中できなかった。残念です。ちゃんと聞きたかったのに・・・。
- ・お皿がとても真剣に見ていたので、家でもやりたいと思います。
- ・冷凍のパンを是非やってみたいです。
- ・子どもを見てもらい助かりました。
- ・ピザトーストを冷凍できるのはとても参考になりました。

③ 評価・反省

調理実演や食べさせ方の実演は、活字や言葉で内容を説明するより、実際に目で見て把握できる為、作ってみようと思ってもらえたのではないかと思います。

また1時間30分の講座の中に ・離乳食の調理実演 ・QP人形を用いて具体的な食べさせ方の実

演・相談会・離乳食のディスプレイと、場面の变化がある事で、飽きさせない流れを作ることができ、集中して聞いてもらう事ができました。第2回目に行った手遊び歌・動く動物絵皿の実演は、赤ちゃんが興味深く見る姿や、親は歌を覚えようとする姿が見られ、お土産にしたところ大好評でした。

相談会は、栄養士1人での対応では時間もかかり、相談にのっている間、他のお母さんたちを待たせるようになってしまいます。今回は複数の栄養士がいたことで、少人数のグループに分かれることができ、じっくりと一人ひとりの親の不安や悩みを聞いて、相談に応じることができました。また、食事のことだけでなく、発達についても実践を通して学んだことで、以前より良いアドバイスができるようになりました。そして「今度は保育園に来てください。同じ年齢のお友達が食べているところが見れますよ。」と保育園のことをアピールすることができ、次の週に保育園に遊びに来てくれるなど次につながることができました。

2回の離乳食講座や相談会を通して、親に届く解りやすい言葉と内容で「そういう事なの・・・これなら出来る・・・始められる・・・」と親自身のイメージが広がり、より実行しやすい言葉かけが大切であると実感しました。

今までも保育園の園庭解放などを利用して、栄養士のイベントを行ってきましたが、1回で終わってしまい、その後の姿を追えていないのが現状です。今後は単発で終わるのではなく、今回のように継続して支援していける内容にしたいと思います。そのためにも「ここに来れば情報を得られる、悩みを聞いてもらえる」と感じてもらえ、何回も足を運んでもらえる支援を行っていきたいです。

#### 4. 今年度1年間の全体の振り返り

今年度は、自園の計画書作り(最終目標)に向け、4班の実践部隊を作り全職員がその班に所属し話し合い、計画・実践・評価・考察等の繰り返しを行ってきました。会議も1ヶ月1回班打ち合わせ・4班のリーダー打ち合わせ等、常に縦横の調整を行い、全職員一体の取り組みとなり高まってきました。

今回の「食育」の取り組みは、環境面から入り込み、“ランチルーム”を中心とした実践です。計画書は、これまでの実践をまとめ年齢発達の姿を抑え、「食と健康」・「食と人間関係」・「食と文化」・「命の育ちと食」・「料理と食」に分け、自園の保育計画書を完成させることが出来ました。

実践内容では、子ども達の“主体的な姿”をめざす中、保育者から多くのアイデア、工夫が出されました。環境面や保育士の連携も整いゆとりも見られる中、子ども達の体験の積み重ねが大きく変化してきたのです。年長児の姿から、まさしく私たちの、めざす子ども“主体的な姿が”見られてきたのです。大人側の驚きや感動もひとしおでした、誉めることが多くなりました。誉められ「自信」をつける子ども達の成長がなによりの楽しみでもあります。

「食育」ランチルームの実践は、保育の5領域との関連がよく見えた、わかり易い内容であることを学び、大きな収穫となりました。

今後は、保育指針改訂版をもとに、今までの保育の積み重ねを大切に、一人ひとりの育ちの保障を考えた保育が展開されていけるよう、また、その内容が継続、連続され月案、週案が保育の中に生かされているかなども含め、確認見直しを丁寧に行い進めていきたいと考えています。



## V. 雑誌「保育の友」による食育実践の記録・報告

4つのモデル園での本食育プログラムを、全国社会福祉協議会出版部の全国の保育所に向けた専門誌である雑誌「保育の友」（購買部数 40,000部）平成18年5月号～平成20年5月号の計24回にコーナー「食育のアイデア」としてカラー2ページで紹介した。全体の構成を4つのモデル園で検討し、担当の順序を決定し、各回の掲載の内容については各園がプログラムを開発する中でその特徴を報告できるものとした。

その結果、モデル園にとっては掲載記事としてまとめるために、職員間で活動のねらいや内容、その評価・反省をするための会議がもたれ、活動をふりかえり、次への再計画を行う必然性が生じ、プログラム開発の原動力となった。二年目ということもあり、内容的には、各年齢クラスの活動だけでなく、家庭との連携や地域との連携に重点が置かれていたものとなった。

各園では掲載された記事を保護者に向けて玄関などにコーナーを設置していた。保護者からは掲示されている内容を見ながら親子で話をする姿がみられ、「保育の友を購入したい」「保育園の考えや取り組みがいっそうわかった」「記事を読んで、先生たちが食育に取り組んでいる姿がわかり、いい保育園にいるなとうれしく思った。家庭でも子どもとの食事を楽しむことができるようにしたい」との声があった。保護者が保育所での食育の活動を改めて再確認し、食への関心を高めることにつながっていた。

また、他の保育所からの問い合わせもあり、試行錯誤しながら、保育と連動した食育プログラムを開発している過程を示すことにもつながった。

モデル園での毎月の掲載記事と研究者によるコメントの作成が、研究班とモデル園との連携を深める役割も果たしていた。

雑誌「保育の友」への食育の実践報告（14～24回）

回	号	担当	テーマ
第14回	平成19年6月号	相模原市文京保育園	次年度にむけた食育計画の見直し
第15回	平成19年7月号	川崎市戸手保育園	幼児クラスの食育実践
第16回	平成19年8月号	川崎市上作延保育園	1・2歳児の会食会
第17回	平成19年9月号	相模原市上矢部保育園	家庭と共に食育活動
第18回	平成19年10月号	相模原市文京保育園	アレルギー児への対応
第19回	平成19年11月号	川崎市戸手保育園	保護者のランチルーム体験
第20回	平成19年12月号	川崎市上作延保育園	食べ物への興味・関心をひろげる
第21回	平成19年1月号	相模原市上矢部保育園	食べる力を育む地域子育て支援
第22回	平成19年2月号	相模原市文京保育園	家庭と考える朝食の大切さ
第23回	平成19年3月号	川崎市戸手保育園 相模原市文京保育園	子どもと保護者と職員が学びあったこと “食育”は家庭と保育園を結ぶかけ橋
第24回 (最終回)	平成19年4月号	酒井 治子	子どもの「食を営む力」を培うために必要な計画を





# 1、2歳児の会食会 川崎市立上作延保育園

日常と非日常のバランスのとれた食事を通して、楽しさを味わう  
 わが園では「おいしく食べる」を食育目標にかかげ、発達過程に応じた食べ方や食具の持ち方、姿勢など、人ひとりに合わせていよいよ空いた空間で食事と子どもたちも少しづつ心地よい空間で食事とすることができるよう食卓の配置にも配慮してきました。  
 日頃から「大切にしていることは「信頼できる保育者との関係を基に、養も着いた雰囲気の中で食べる」こと。でも、日々の生活でのメリハリも必要だと考え、子どもたちの習得している顔をもっと引き出したいと、乳児の会食を企画しました。



## 活動の概要

### 活動の目的

「アトリエはくぐり持ち(草紙)だよ」  
 「かきんのお口でいはい食するよ元氣モリリ」など、保育士のおしぐりを楽しくながら意識的に食して、2歳児がずいぶん成長した子どもたちですが、まだまだ野菜全般が苦手だったり、保育士以外のあまみ身近でない調理の職目に心を配らず、泣き出してしまったりする姿もありました。  
 そこで、「誰であっても、みんなを一緒に食したり、食事の問題を共有することにより、人とかかわりを広げられるように、食卓の場を設けることにしました。子どもたちの本心をカレライスの眼立の目であれば、友だちや身近なおとなとかかわりながら、食べる楽しさを味わうことができるのでは、ないかと考えました。

### いもと煮る食卓に気づく

12月のある日、華やかさや雰囲気を感じられるために職員がサンタクロースに変身し、いつもは別のクラスを食事をしている1歳、2歳児が2歳のクラスが集まり初めて、一緒にカレライスです。テーブルには、クッキーや日頃使う紙ナプキンと花紙には、スナックを飾りました。普段とは違う雰囲気に気づき、びっくりして指をさす1歳児、先に座らなくて

上手に待っている2歳児、クッキーやナプキンなどに手を出さず、着も着いて座っている1歳児の姿には、保育士の方がびっくりしてしまいました。

調理の職員が目の前でもそっくりなカレーを見て「大きなお鍋だね」とおもしろい顔を出します。そして「おかわりください」の風となっていました。お友だちがおかわりをし、おしそうに食べている姿をみて、野菜が苦手な子どもも全部食べてしまう嬉しい出来事もありました。

自分のテーブルにクラス以外の友だちや担任以外の保育者が来るはじめても、すんなりと受け入れられたことは、日頃の信頼できる保育士との人間関係が土台となっていると実感しました。

その後も2歳児の「またなりたいた」の声をきかずに3月にはひなまつりパーティーも実現しました。

会食会翌日の活動を体験者に写真入りで紹介すると、「楽しかった」と親子の会話を生か



れました。またおみやげとして持ち帰ったクッキーやナプキン、夕食のときにも使ったという報告を保護者からいただき、保育所の活動が家庭の食卓での話題を広げることにつながっているように感じました。

## 次年度にもつながった友だちと一緒に食いたい気持ち

新年度に進級したクラスでも、多くの友だちが顔見知りだったり、保育士もなじみがあったりするせいもあって、食卓で話しかけたり、お話を聞いたりしています。3歳児クラスは、4歳と、新しい幼児アトリエに移り、「みんなで食卓を楽しくすること」と記憶されているのか、5月のことも目の会食では、「おにいさんたちと一緒に食いたい」という要望も出て、子どもの成長を頼もしく感じました。



## 活動のまとめ

「乳児でも無理なく楽しく食べるための雰囲気づくりは、その準備は、と、担任だけではなく調理の職員も用務員もアイデアを出し合う協力体制を整え、計画実践していきました。

クラス担任保育士との信頼関係を基に、着ち着いた雰囲気のなかで食べる日常と共に今回のような非日常の「お楽しみ」を継続することで、人とかかわりが広がり、愛情や信頼感が育んでいるという手ごたえを感じます。日常の安定した食事があるからこそ、いもとは遊んだり、華やかな雰囲気の中で、わくわくとした期待感をもたせながら、大勢で食える非日常の食事が生かされています。

1、2歳児の楽しい経験を通して、相手に受け入れられる気持ちや信頼感を育てて人とかかわりが広がり、さらに「みんなで一緒に食卓をおいしいね」という満足感が育っていくことを感じています。乳児はどうしても食卓を食卓に焦点がいきがちですが、基本的な生活習慣の自立に向けた意欲の芽生えを、保育士が育て、自分以外の他者への気づきや育ちように一人ひとりに合わせて援助していきたく思います。

## 人びとが楽し、暮らしやすくなる食文化の社会

者があつたため認識することが必要ではないでしょうか。  
 保育所の食卓を通して、人びとが働き、暮らしてきた食文化に出会うなかで、子どもが食生活に必要な基本的な習慣・態度を身につけて、自分たちなりに心地よい食生活をつくり出す力を育てていきたいと思います。そして、きっと、その子どもたちが次世代の食文化をつくり出していくことでしょう。  
 そのために、保育者が自分の生活文化にも目を向け、季節の楽しみ、旬を愛用し、そうした自然の恵みから食卓を仕立てていくこと、また、それらすべての過程で、人とかかわりや大切にとらえ、食文化を豊かなものにしていきたいと思います。

保育所は毎日食卓をする場。だからこそ、仲間や身近なおとなとの安定した人間関係のなかで、一緒に食べる楽しさを味わってほしいのです。  
 しかし、この園の事例のように、たまには日常から少し離れ、変化のある食卓の場も提供したいもの。1、2歳児に見事に、パーティーといういつもと違う食卓の雰囲気、好奇心を刺激、楽しんだこと、そして、ある園長先生から、園でいつもと違う食卓を考えたとき、保育者から提案された食卓がパーティーやパベキューだったこと、伝えたい食卓のイメージが保育者によって違うことをお話ししていただきました。  
 日常的な食卓にも、非日常のハレの食卓にも、人びとが築いてきた食文化が背景にあることを、保育

(酒井治子)

# 家庭と共に食育活動を推進 相模原市立上矢部保育園

食育コーナーが園と家庭の架け橋に

当園では「保護者と一緒には、子どもの食べる力を育みたい」と、食育に関する情報や保育園での取り組みを共有するために、「食育コーナー」（通称、モバココーナー）を設置し、写真や実物を展示して、保護者にわかりやすく、有効な情報を発信するよう努めています。日々の機嫌だいたい送迎時に、保護者にじっくり見取ってもらい、何をどう工夫すればよいか、保護者にも興味を持ってもらえるか職員全員で検討しました。

# 実践の食育アイデア

監修 酒井浩子  
監修 東京薬師学院大学准教授  
第17回

## 食育コーナー（通称、モバココーナー）の取り組み

### リニューアル前

●コーナーの内容  
・給食のサンプル展示  
・食育図書の貸し出し  
・給食しよどの配布  
・保育士おすすめの家庭メニューの掲示  
・試食会等の行事のようすや感想の掲示  
コーナーをリニューアルするたびに各クラスの掲示板にモバココーナーに寄せてくださるご告知が来たり、園長よりご指導や保護者一人ひとりにも声をかけましたが、反響はあまりありませんでした。

### 問題点

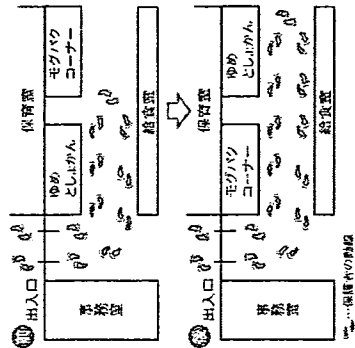
- ・保育園側からの発信が多く、保護者の声を積極的に聞けていない。
- ・モバココーナーを通らなくても、全クラスで遊べてしまう。
- ・設置場所は彩光が入りにくく、暑いイメージがある。
- ・設置場所として保護者のとおりが多い保育室前の廊下を考えたが、職員トイレ、子ども用トイレがあり、設置環境が良くない。

### リニューアル後

#### 【配置の改善】

まずはモバココーナーの設置場所を再度検討して、子どもと保護者が利用することの

#### 保護者の動線を検討する



多い「ゆめとじかん」(貸し出し本コーナー)との入れ替えを行うことになりました。出入口に近づくと、今よりコーナーが明るくなり、気軽に立ち寄りやすく、人が集まる場所になることをめざしました。

#### 【内容の改善】

##### 保護者からの発信

- ・給食の実物展示・材料表示・給食時の子どもたちのようすの記録を掲示
- ・給食しよどをボードに写真付きで掲
- ・雑誌「保育の友」の食育のコーナーのページを置いて原
- ・食べ物に関する豆知識、栄養士ののらいたをわかりやすく解説した手づくりポスターの原

### 保護者からの発信

家庭から募集した「食育コーナー」の写真展示  
家庭からの質問コーナーを設ける

またコーナーの内容を更新したお知らせ、送迎時の保護者が見やすい場所に掲示することで、関心を持ってもらい、子どもの食に関する情報や食環境整備についてのニーズをたえていきたいと思えます。

### 調理実習

主食品業、調達の配膳の位置をモバココーナーで呼びかけたり、子どもに食事中に援助したところ、配膳の位置にも慣れてくると、保護者も積極的に食育のコーナーも身についてきました。

食育コーナーは、家庭での食育のようすや家庭の食生活の紹介など、ほかの家庭の食育のアイデアを交換していきます。子どもたちもモバココーナーを見て友達の様子を知ることによって、「〇〇ちゃんをたのしむんだ」とお話をうけて、家庭でお手伝するようになり、食に関心が向かうかかわらうとするようになりました。

保護者からも家庭での調理体験を積極的に話してくれたり、写真にして持参するなどの発信が来、食を通して子育ての喜びを共有する機会もなっています。

職員もモバココーナーをはじめとして他のクラスの取り組みを詳しく知ることによって、定期的な保育の計画の目安となりました。さらに

保育教材にも食育につながる物を取り入れるなど、職員の意識も変わってきました。



### 活動のまとめ

昨年度の食育実践の研修をする際に、保護者との連携を目的としたモバココーナーの講師が大変なご協力に感謝しています。保育所の活動を園外や園外へ伝えるだけでは、その効果を把握できなかったからです。「もともと効果的に進めることができないか」「保護者にとって身近な家庭での食育のヒントになることはないか」と、実践振り返るなかで、情報発信の内容や設置の方法の改善に取り組みできました。

モバココーナーにひとりでも多くの保護者が立ち寄ることができるように、保護者はどこから園舎に入るとどの出入口を使うのか、どこを通るのかなど、保護者の動線を把握することの重要性も気づくことができました。

今後も食育を通して子どもたちの絆を支えていくために職員全員が連携体制を固めながら、園全体で食育を進めていきたいと思います。

# 保育者が家庭から食育への「食育」の橋渡しを

この園では子どもの「食育の力」を伸ばすために、保護者や家族にも力をいれ、「食育モバココーナー」を構築したり、家庭からのQ&Aを受け、「モバココーナー」の掲示板を活用して、家庭から保護者への情報発信に取り組んでいます。保育所内での保護者の動線を確保する試みは、活動をより効果的なものへと変えていこうとしています。その結果、「家庭から保護者へ、子どもが自分自身で食育の楽しさを伝える機会が十分に得られている」と評価した保護者がこの1年間で着しく増えています。

【食育に関する情報が世間には溢れているからこ



# アレルギー一児への対応

相模原市立文京保育園

一人ひとりの食に合わせた環境づくり

年々、生活環境が大きく変わりアレルギー一児の子どもの増加傾向にあります。そこで当園でも完全除去食や代替食を提供しています。

今回は、アナフィラキシーショックのある子どもへの受け入れから、日常の対応や職員の間接的な対応をご紹介します。

# 実践 食のアイディア

監修 酒井治子  
東京家政大学准教授

第18回

## 急性アレルギー反応のアナフィラキシーショックを示すH君

4歳で入園したH君は、入所直後に魚に対してアナフィラキシーショックの症状を示すことが判明し、食物アレルギー対応メニューにそって保育を進めることになりました。医師の診断書も提出してもらい、園長副園長担任調理員保護者と話し合いをもち、魚を完全除去した食事やおやつを提供することになりました。魚類が調味料やお菓子の材料に含有しているのが食品の内容が不明な食品はメーカーに問い合わせ、万全を期して取り組みました。

### 保護者の対応

毎月事前に、調理指示書とクラス用献立表にアレルギーとなる食材をマークで添ってチェックする。受け入れ時の健康状態を毎日必ず伝える。緊急時の保護者の連絡先を明確にする。

### 調理士の取り組み

調理前に除去食品への対応を示した調理指示書を複数人確認する。調理は他児とは別に原則に取りかかり、アレルギーとなる食材を近づけない。

専用の調理器具個人用トングを使用し、決まった配膳台に置く。

### 園での対応

食事は基本的に事務室でとり、他の子どもの食事がすみ片づけが終わるまでは事務室で待つ。専用の台拭きを使用し配膳下膳も職員が行う。保護者がチェックした献立表を、調理員も保育士もお互い声に出して確認し、誤食のないように注意し合う。他の子どもたちと一緒に食べられる献立のときは調理員と声をかけ合う。万が一の事態に備え、ショックを示したときの対応や、園医や保護者への連絡先、方法を示した緊急カードを事務室に備える。

### 安全を第一に楽しんで食べる工夫を

H君は「おしやまします」と元気よく事務室に来て、その日の出来事や家のことなどおしやまりを楽しみながら食事をしています。H君は食べられる食品が限られているだけに、食べたい気持ちが強く、おかわりの川餅をすると嬉しそうに食べています。アレルギーのないおやつのときにはランクルームでみんなと同じおやつを一緒に食べ、おしやまを共感できるようにしています。H君もそれを楽しみに毎日献立表を見ています。

あるとき、口のかゆみ、腫れという症状が表れました。歯磨きや手洗いの場所を共同にしていることが原因と考え、場所を共同にする、食前の手洗いや食後の歯磨きまでを事務室で行うことになりました。また、万全を期し、H君が保育室に戻ってくるまでに洗面台の掃除をしたり、午睡の場所は洗面台から離れた所にするという改善策を講じました。

### 当番活動も友だちと一緒に

5歳児の当番活動でランクルームの準備があります。H君もけんまきトド食品分類表の視覚や献立の放送に意欲的に取り組みますがアレルギーとの接触を避けるため、給食を運ぶ前に切りあげています。子どもたちは声をかけあい、一緒にランクルームに向かいます。H君も仲の良い友だちに「一緒に食べよう」と誘われて、まずが「一緒に食べられななんだ、苦しいんだ」と言っています。



母親は小さいときからアレルギーについてきちんと話しており、H君も理解しているから、友だちに伝えることができるのだと思います。

### 対応と工夫

食物アレルギー対応メニューに出る進めたので、保育士、調理員が同じ気持ちで進めようという必要がありました。食に同じく配慮を要する子どもも他の子どもと同じようにお話を楽しく食べる経験もさせてあげたいという思いから話し合いを重ねました。

一回でも多く友だちと一緒に食べる機会をつくるために、毎月の給食会議で話し合い、だし汁を煮えたり、同じ食材でもアレルギーの含まれない製品に変えるなどの工夫をしました。あるとき、おにぎりクラスで川魚を使ったおにぎりに、手洗いや箸の消毒が足りず、おにぎりに魚が添加物として入っていた。一緒に食べることにできなくなりました。早めの確認が必要と反省し、次のクッキー作りに生かしてみんなと一緒に食べることをできました。

一人ひとりの生活環境に合わせた対応をして子どもたちの成長を見守り、「おいしく楽しく食べる」経験につなげていきたいと思えます。

## 特別な配慮が必要な子どもも、食を楽しみ合おう子ども

8月に厚生労働省運用指導「児童福祉施設等からのアレルギー対応」が発表され、第5回の「アレルギー対応」では「食の安全」として、次のような内容が示されています。「子どもが生活と遊びの中で、意欲を持って食に関わる体験を積み重ね、食への関心を高め、食事を楽しく味わう子どもにも成長していくことを期待するものである」となっています。本園のアナフィラキシーショックのある子どもも、特別な配慮が必要な子どもでもあればこそ、ぜひ大切なポイントではないでしょうか。アレルギーのないおやつと一緒に食べ、一緒に食べる楽しさを体験し、その

食事は基本的に事務室でとり、他の子どもの食事がすみ片づけが終わるまでは事務室で待つ。専用の台拭きを使用し配膳下膳も職員が行う。保護者がチェックした献立表を、調理員も保育士もお互い声に出して確認し、誤食のないように注意し合う。他の子どもと一緒に食べられる献立のときは調理員と声をかけ合う。万が一の事態に備え、ショックを示したときの対応や、園医や保護者への連絡先、方法を示した緊急カードを事務室に備える。





# 食べ物への興味・関心をひろげる

川崎市立上作延保育園

保育士、栄養士、看護師が協働して

当園の食育自覚、「健康なからだをつくる」「食べ物に対して興味・関心をもつ」を達成するために、保育士だけでなく看護師・栄養士が専門性を生かしながら、子どもたちとのかかわる機会を設けてきました。さまざまな食材の栄養素やその働きを知り、また子どもたちの姿や保育園の活動を通じて、保護者に「食べること」について考えてもらえればと取り組みました。

# 実践 食のアイデア

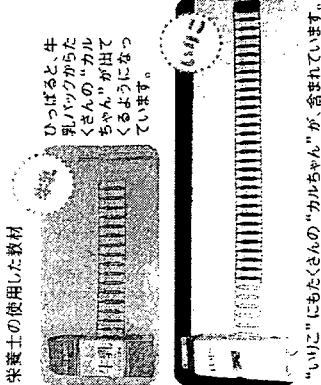
医師 酒井治子  
東京家政学院大学准教授

第20回

## 昨年の反応を踏まえて

6月のある日、4歳児クラスではおやつ時間の前に栄養士から「カルちゃん」(カルシウムの話を聞きました。昨年の3歳児クラスの際にも栄養士からカルちゃんの話は聞いたのですが、反応はよかったものの、子どもたちの発言や行動、活動には結びつきませんでした。

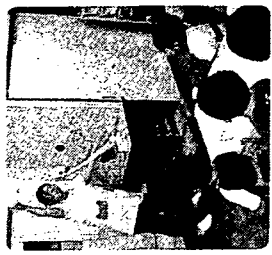
そこで、昨年の反応を踏まえ今回は栄養士の話だけで終わらせず、子どものなかに取り入れた活動を行い、そのつど子どもたちの反応を栄養士と確認しながら取り組んでみようとして話し合いました。



栄養士が使用した教材

“いりこ”にもたくさんカルちゃん”が含まれています。

## 子どものおやつ



こんなに“カルちゃん”が入っているよ、という話を子どもたちも真剣に聞いています。

当日子どもたちに、栄養士の先生が「カルちゃん」の話をしてくれると伝えると、「きりん(3歳児クラス)のときにも聞いたよね」と覚えていました。

話を聞いた後のおやつ時間、いつもはお菓子を先に食べてしまうのですが、今回は先に牛乳を飲む子どもが多くなりました。

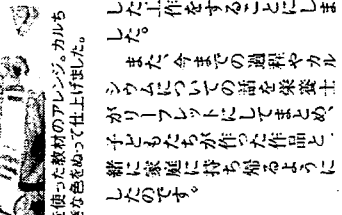
後日は食やおやつのときに、保育士が「カルちゃん」の話をすると子どもたちも牛乳を飲む「カルちゃん、入ってるね」というようになりました。牛乳を飲んで「骨が弱くなるな」と担任に手を出してくるので、「骨が弱くなるな」などとお話しています。

また、しやもを食ながら「先生、魚の骨にカルちゃんあるよ」とあるよ「骨が弱くなるな」「そうだね、骨が弱くなるよ」というやり取りを繰り返してました。

## 子どもたちの興味をつなげていく

ある日のこと子どもが自分の前に置かれた給食をみながら「先生！今日はカルちゃんどこに入っているの？」と保育士になさねるので「どこに入っているの？」と給食の先生に聞いてもらおうとすぐに給食室に向かに行きました。そして「ひじきに入っているぞ！」と報告してくれました。

このようなやりとりから子どもが気持ちを表現し持続させる機会をもて、栄養士と相談し教材として使った物を子どもが作りやすいうようにアレンジした工作をすることにしました。



また、今までの週程やカルちゃんについての話を栄養士がリーフレットにしてまとめ、子どもたちが作った作品と一緒に家庭に持ち帰るようにしました。

・家庭での「食」への関心  
・カルちゃんの商品をみながら保育園で聞いた話をしていました。  
・牛乳を飲むたびにカルちゃんの話をしてくれます。  
・骨が弱くなるからと親も牛乳を飲むよにいわれます。  
こうした保護者の感想は、保育士から

看護師・栄養士にも伝えています。このような保育園での取り組みを保護者に伝えていくことで、保育園の活動や子どもの姿から、保護者が食への関心を高めることにつながっていくと考えています。

## 活動のまとめ

今回の活動から子どもたちはカルちゃんだけでなくさまざまな食材に興味関心をもてるようになってきたことがわかりました。今までは見るだけで触ることができず、な力になるなど活動も一つひとつ進めていっています。食への関心はからだを育てる働きがあり、からだを強くし、健康に過ごすことにつながります。子どもたちが興味をもつことをきっかけに、子どもたちも積極的に参加し、食への関心をもち、食を自分で作る、ということも食育です。さまざまな専門職がいる保育園では子どもを軸に保育士、看護師、栄養士が協働しながらそれぞれの専門分野から子どもたちに働きかけ、さらに家庭を巻き込んでいくことが大切だと思います。

食への関心から、食の仕組がよりよくなる、自分の健康を自分で作る、ということも食育です。さまざまな専門職がいる保育園では子どもを軸に保育士、看護師、栄養士が協働しながらそれぞれの専門分野から子どもたちに働きかけ、さらに家庭を巻き込んでいくことが大切だと思います。

## 子どもが意欲をもつ食の体験を積み重ねられる環境を

ことを重視しています。この園のように、栄養士や看護師が責任を持って、週立って専門性の高いアプローチをすることができ、その内容を全職員が共有し、園の保育として一貫して展開していくことが必要です。

現在、保育園所保育指針の改定作業が進んでいますが、食を軸にして子どもの育ちを支えるために、保育園という園のチームワークの中で、保育の一端として食に関与する計画・実践・評価として取り組んでいくことが期待されています。ある園の園長先生から、政府に力をいれたことで園の運営がとれ、運動会までが実行しやすくなったという話を伺いました。食育に注目することが、保育全体の質を向上するうえでの引き金になっていくことを願っています。(酒井治子)

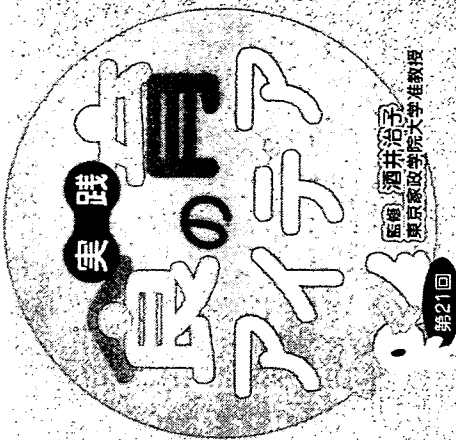
皆さんの園の子どもたちは、朝起きて、日中を園で過ごし、帰園して夜寝るまでの間、食欲という生理的な欲求を基礎にしたとしても、子どもも自分の食欲をもった食生活を送るべきです。そのためには、「こんな子どもに育ってほしい。そのためのかわり方はないか?」と、保育の現場、園士や家庭と、保護者の意向を共有することが大切です。

本事例では、栄養士や看護師の食育や健康に関する活動から、子どもが疑問に思ったことをもとめて、園に働きかけたり、園に出かけて食育活動を展開する取り組みを、食育活動として展開することによって、子どもたちの食育への興味・関心をつなげ、広げているのです。そのために、多くの職員が保育の意向を十分に共有して計画・実践する



# 食べる力を育む地域子育て支援 相模原市立上矢部保育園

当園では、地域の子育て家庭にむけ、食育を重視した子育て支援を行っています。  
年々、1歳未満の低月齢の親子参加が多くなってきていることから、今年度は親子で楽しく過ごす、同じ月齢の子どもをもつ親の情報交換や友だちづくりの場を提供すると共に、離乳食などの食に関する相談を始めました。これにより、園で取り組んでいた離乳食の調理形態や与え方の配慮事項、環境構成、食卓での人とのかかわりなどの重要性が再確認できました。



監修 酒井治子  
東京家政学院大学准教授

第21回

## 妊婦やゼロ歳児の親子を対象にした地域子育て講座

相模原市のいくつかの公立保育園ではクラスをもたない保育士10名が、地域の子育て家庭支援を行う地域担当職員として配属されています。訪問ではこの職員が月に1〜3回、子どもセンターや公民館に出向いて、乳幼児の親子を対象とし、親子あそびの提供や育児相談を行う地域子育て講座「上矢部キッズ」等を実施しています。

そこでは「ズシか食えずこ飯やおかずをほとんど食えない」「いすに座らず、歩きながら食べる」などの食事に関する相談内容が多いこと気づきました。母親自身の好みでパンが主だったり、家事優先で子どもの食事に向き合っていないなど保護者の食事に関する姿勢が子どもの食事と密接に関係していることがわかります。

まだ1歳に満たない乳児の参加も多くなり、低年齢への支援の重要性を感じました。そこで早いうちから食の大切さを知って、子育てに自信をもてる楽しんでもらおうと、今年度初めて、妊婦やゼロ歳児の親子中心の「上矢部キッズ」の活動を始めました。

## 地域の保護者が保育所の離乳食に悩む

「上矢部キッズ」は近くのことどもセンターで月に1回開催し、30名程度の親子が体験やスキッチングあそびを一緒に楽しんでいます。

参加者にアンケートを実施すると、食事が少ないごはんの粒々が嫌いでなかなか回りの物に抱けないなど、食に関する不安心配をかかえている人が多くいる一方、いろいろな味や食材を食べて工夫しているなど、食に対しての意識が高いこともわかりました。

そこで、保育園に来てもらい、実際に離乳食のサンプルを食べてもらうことにしました。離乳期の子ども、食行動の発達のため、食育や、それに伴った調理形態、そして、保育士のかかわり方、さらには食卓いすやスプーンなどの環境構成についても写真を見せて説明しました。



園で離乳食のサンプルを見せてもらい、説明しました。

参加者は給食調理員に「食材はどの程度の硬さにする方がいいのか?」「牛乳を使った料理の種類は?」など積極的な質問をしたり、実際の食事にふれながら確認をしていました。五感を使って、食感を



せていただけと、やはり一品ずつ盛り付けた方がおもしろい」と子どもと一緒にのぞき込んでいた姿もありました。

市役所保育課の栄養士もアドバイザーとして参加し、保護者の質問に専門的に答えながら、入ひとりの発達発達に合わせた食事の大切さを伝えています。

友だちの親子に誘われて、妊婦も参加していますが園児の食べるようすや親子のかかわりにふれて、これからの自分の姿と照らし合わせて、子育てを楽しみにしています。

具体的な食事内容のほかにも、家族が「新しくフランスのとれた食事を聞くと、ゼロ歳からも食を通したコミュニケーションが重要であることをお話しています。母親の思いを受けつつ、食事は楽しいものであり、それが健康やかな成長や発達を支えていることを伝えると、自分から「そうすよね」と解決に向けた考えや方向性をみつける保護者もいました。「ちょっとやってみます」という笑顔を見ると、食育に限らず、地域社会全体で子育て

支援を推進していくことの重要さと、保育所の役割を実感します。

## 日々の保育内容を確認しながら

ゼロ歳児の親子はなかなか外に出られず、社会と孤立しがちです。あそびや食の話題を通して、同年代の保護者とのコミュニケーションの場、同じ月齢年齢の子との交流の場を提供することができました。母親同士で友だちができて毎回来しみに参加していることや、家庭での子育ての楽しみ方が見つかったことなどを聞くこの活動が地域の育児力の向上に役立っていることを実感しています。

ゼロ歳児の地域の親子を保育所に迎え入れて、食事が子育てと切り離して考えられないことをあらためて感じました。地域担当の保育士と調理員、そして保育課の栄養士が話し合う場をもつことができ、互いが大切に行っていることを確認し合うきっかけにもなりました。そして、地域の子育て支援事業が、入所している子どもに保育の内容を再確認し、改善することにつながることも気づかされました。

地域の子育て家庭でも食を通した心身の健全育成を図れるよう、保育所が地域への食育の発信拠点としての役割を担ってきたいと思っています。

# 食育を通して地域子育て支援

支援の特色は生活する子どもがいること、それを受け入れる保育者の意があること、保育内容そのものが提供できることです。

地域子育て支援を進めることは、保育所が地域のなかのネットワークを形成する力をもつ人、または組織とつながる者をつなぐ役割を担うことです。食育のみならず、園児の保育も保護者への支援も保育所の内部だけでなく、地域に視野を広げ、外部の専門家と協働して事業を展開していくべきでしょう。そうすることで、保育所内外の入り口と活し合いが不可欠となり、保育内容を再確認して公開することが、保育内容そのものの改善につながるようになっていくこととします。

(酒井治子)

地域子育て支援は、今、保育所に欠かすことのできない大きな役割のひとつになっています。相模原市では、保育所で地域子育て支援センター機能を置いた事業を展開しています。地域子育て支援を担当する専任職員が、食育のプロジェクトリーダーを兼ねており、園児の食育にも、地域の食生活改善推進委員や主任委員などと連携した取り組みも進んでいきます。食育活動は地域の保護者と共に、地域のさまざまな人や機関とふれあいやすい活動です。

今、四の事例のように、在宅家庭の保護者への支援では、低年齢児と食に関する相談が多くみられます。離乳食の作り方や与え方などのノウハウを提供しようとする、それが通常の保育内容として大切にしてきたことばかりであることに気づくこととします。保育所の子育て





### “食育”は家庭と保育園を結ぶかけ橋

相模原市立立文京保育園

平成17年度から意識的に「食育」を重視した保育を進めてきました。おとなになるまでを想定して幼児期を考え「おいしく楽しく食べる子ども」を活動の目標にしました。

臨時職員も含めて全職員でプロジェクトを組み、乳児ランチ、幼児ランチ、クッキング、掲示などのテーマ別で実践しています。

子どもたちは日常生活のなかで生きる力を身につけ、食を選択する力を習得するなど大きく成長しました。

ランチルーム形式を導入し、一人ひとりの生活リズムに合わせて食事の提供ができるようになりました。子どもたちは満足するまであそび、空腹を感じて「おなかすいた」と意欲的に食事に向かっています。いつも「大盛りにして！」と叫んでいた子どもも料理を見て味を想像し、自分の食べる量が判断できるようになりました。

また、園庭の畑やプランターで野菜の栽培を行いました。給食や調理活動の食材になる野菜の成長過程を、五感を使って感じ、子どもたちは「命の大切さ、不思議さを知る」ことができました。食材に興味をもち、栄養バランスに気づいたり、野菜本来のおいしさを知り、苦手だった野菜もおいしく食べられるようになりました。おかわりする子どもが多くなり、一人ひとりの食べる量が増えています。



ゆく子どもを親見してきたこととして、  
また、2年めは食を通して家庭への支援を重視してきましたが、子どもが主体的に生活を創造するためにさまざまな体験を積み重ねる環境を育み、保育者も心も育みながらいること、それが保護者にも見えること、これが子育て支援体ではないでしょうか。

食育は保育所だけでは完結せず、家庭が基礎であるがゆえに、子ども、そして、保護者、保育者が共に育つ場を提案する取り組みであることを大切にしたいものです。

(堀井治子)

コーナーでは、2007から2008年度の2年間を通して、神奈川県川崎市と相模原市の4か所の保育所における、食育の実践から創造されたアイデアをご紹介します。食育の現場から創造されたアイデアをご紹介します。食育の現場から創造されたアイデアをご紹介します。食育の現場から創造されたアイデアをご紹介します。



増えてきています。自然発生的に子どもたちが行動するようになっていきました。

保護者には、保育園でのようすを伝える掲示板的工夫を重ねてきました。また、給食のランチルームに保護者も参加してもらっています。ここでは、保護者がわがが子以外の子どもたちと共におもてなし活動を楽しみ、ランチルームでクラス以外の子どもたちとも会話を楽しみ、親しくなるようすがみられました。これをきっかけに、送迎時に保護者同士の声を交わす姿が多くなるなど、よりよい関係づくりにつながりました。

食育の実践を通して、子どもの力の芽生らしさを感じ、保育の楽しさや面白さ、子どもの発達における継続性の大切さ、職員・保護者間の連携の必要性などを学ぶことができました。保育者が一人ひとりの子どもを養育する場面をみつけれられるようになり、子どもも養育される場面が自信となって、さまざまな場面で力を発揮してくれることを確認しました。

食育の実践は、あそび、文化、自然、人間関係などにつながっています。保育の楽しさをあらためて確認すると共に、今後、子ども、保護者、職員が養育の楽しさをたくさんみつけていきたいと思っています。



### 子どもと保護者と園の職員が学び合ったこと

川崎市立立文京保育園

平成17年度から、手探り状態でスタートした食育実践。当園の保育内容を向上させるよい機会となりました。職員が、子どもたちの主体的な活動を促進し、めざす子どもの姿をしっかりとらえらえることができました。園内での実践が、親子関係が自然と高まったことなど、大きな成果がありました。

最も大きな取り組みは、食事環境を見直すために、幼児中心の「ランチルーム」を開設したことです。そのためのスペースなどはありませんでしたが、大胆な発想の転換に挑戦し、ある一定の時間帯に、年長児や兼ホールをランチルームにすることをしました。

そこでは、常に実践をふりかえるために、ビデオカメラを使用しました。職員の動きや子どもの反応などが撮影された食育の映像を、職員同士で協議しながら、かたがた手探りの意見も出されますが、徐々に互いの保育を調整する力が育っているように思えます。実践をふりかえり、反省、考察を重ねることによって、子どもの食事環境が整い、仕事内容も明確になって、保育者の連携もスムーズになりました。すると、子どものかかわりにゆとりややさしさが生まれ、一人ひとりの子どもに対していいねいなかかわりをもてるようになってきました。

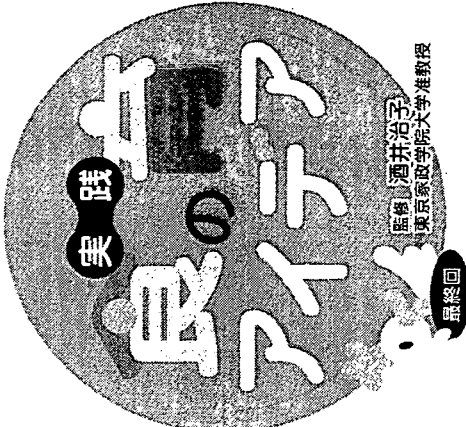
年長児には、積み重ねてきた体験の成果から、ランチルーム終了後の片づけなどの主体的な活動が

# 子どもの「食を営む力」を 培うために必要な計画を

今年の3月末に告示される改定保育所保育指針において、保育所における食育は、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標として行うことが示されました。

そのための「食育の計画」とは、どのようなものでしょうか。平成19年11月に、厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課から「保育所における食育の計画づくりガイド」が参考資料として通知されていますので、そのなかから一部、計画づくりに関するQ&Aをご紹介します。

当コーナーでは2年間にわたり、実践事例をご紹介してきました。今後、それぞれの保育所が創意工夫のもとに、おがが園独自の食育の計画づくりを進めていきたいと思います。それによって子どもが保育所での生活とあそびのなかで、自らの意欲をもって食に関わる体験を積み重ねることができるようになることを期待しています。



から食育に関わる活動を抽出して栄養士や調理員と共にその役割を考えた計画もあります。いずれにしても食育計画を作成することを通して、職員間で共通理解が進むことが期待されます。指導計画に組み込むより、別に作ることで食育に焦点を絞って全職員で計画しやすく、実践も充実しやすくなるメリットです。

しかし食育の活動、特に栽培・収穫・調理体験といった活動のみが列挙され日々の保育と離れがちなことがデメリットだといえます。指導計画を特定の保育士だけでつくるのではないかと心配しますが、食育計画になると担当と決まった保育士だけの仕事にもなってしまう可能性があります。

実際にまずは食育計画を別に立ててみて、その次の年はそれを指導計画の中に組み込むかをすすめている園もあります。また数年したら、指導計画とは別に取組出して食育計画をつくり確認しあうこともあるでしょう。食育の計画を別に作るか否かは指導計画との整合性やつながりをもたせることの重要性を十分に認識しつつ各園の状況に応じて考えていくことができればよいでしょう。

**Q1** 公立園ですが、食育の計画は同じ様式で統一すべきでしょうか？

**A1** 公立園の中には保育計画や指導計画を自治体で固めた様式を用いて作成しているところが見られます。しかし計画の様式や項目をどのように設定するかは保育構想のあり方そのものを表現することです。食育を含めて保育実践が園独自の創意工夫が盛

**Q2** 園で話し合せて食育の計画を立てても、実際の給食の献立は市全体で統一のもので、給食の献立とのつながりをもつことができません。どうしたらよいでしょうか？

**A2** 給食という形式での食事提供のための計画も実践もその園の食育の計画に基づいて展開されるべきです。統一の献立であっても子どもが食べることを楽しむためにどのような体験を積み重ねたいか、何をできるのかその手段を全職員で見つけ出すこともできるのではないのでしょうか。同じおやつでも子どもがもっと最後の仕上げなどに関わる体験をいれるなど、毎日の食事を重視して、食育の計画に取り入れていく方法を園独自で見つけ出していくことができるでしょう。

とはいえ、園の食育の計画に基づいて食事が提供されないという状況が実践になりにくいのも事実です。献立を立てる栄養士に保育士の思いを伝えるためにも食育の計画が必要であり、計画段階から、新に考えられる体制づくりを期待します。

り込まれた営みとして展開するためには、自治体で作成した様式を参考にしつつ公立園であっても指導計画の様式を独自で開発していくことができることが望ましいでしょう。特に、指導計画が目の前に存在する子どもの育ちを支えるものであるならば、全く同じ様式で計画することは困難といえるのではないのでしょうか。

このガイドを参考に、各園で会議を設け、保育に食育の視点をあてることを通じて保育計画・指導計画のあり方そのものを改めて見直し、見直しができることを期待しています。

**Q3** 食育の計画が大切だということで、指導計画とは別に作成してきました。指導計画の中に組み込まないといけないのでしょうか？

**A3** 食育の計画を指導計画とは別に作ることはメリット、デメリットを把握しておくことが必要です。食育の計画の現状をみると、今までは栄養士や調理員が中心に立案してきた給食計画を保育士と共に発展させてきた計画であれば、食育に注目して指導計画

**Q4** 食育の詳細とはどんなことをするのでしょうか？

**A4** 食育の詳細は「子どもの育ちの詳細」と保育者側の詳細の両面があります。食育が保育二環であることを踏まえれば、点検や目標値との比較ではなく家庭での食事、運動、睡眠なども含めた生活全体の流れの中で、また、年間の保育計画の中で子どもの育ちを踏まえた実践であったかということを確認することが重要です。詳細の観点としては、「保育所保育指針」や「保育所における食育に関する指針」に示されたねらいや内容などを参考にするとよいでしょう。

また食育の詳細は保育する側の「保育の環境構成や役割のあり方」などの自己評価も必要です。職員間で十分に連携をとりながら、日々の取組について互いの実践を振り返り、確認しあうことが望まれます。この振り返り、確認する作業が、明日の保育の充実につながっていくことではないでしょうか。

出典：「保育所における食育計画づくりガイド」とも「食を営む力」の基礎を培うために、平成19年11月 財団法人こども未来財団  
平成19年度 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司 児童福祉司