

第2部

研究に寄せて

食育のまとめ

食育での取り組み～お母さんサークルとの連携～

中口 貴子

1. はじめに

本園は、給食がなく、昼食時には家庭から持参した弁当を食べるため、みんなで同じものを食べる機会がほとんどない。(また、金沢大学附属学校園は幼小中高すべて給食無)そのため、いろいろな食材を食する機会が少ない幼児がおり、食わず嫌いの傾向も見られる。保護者においては、食に関心が高い保護者とそうでない保護者がいる。また、お弁当作りや日々の食事作りに悩んでいる保護者もいる。

本園は、食育の基本は家庭にあると考えている。そこで、園での取り組みを通して幼児らの食に対する興味関心を広げることだけでなく、保護者にも幼児らの姿を通して食育の大切さを伝えていきたいと考え、「保護者と共につくる食育」をテーマとし取り組んできた。

2. 研究の目的

- ・ 幼児の食に対する興味関心を広げる
- ・ 保護者の食に対する意識を高める

3. 実践例

「夏野菜ピザを食べよう」 5歳児7月

- ねらい
- ・ 友達や教師、食育サークル*¹の保護者と一緒に食べることを楽しむ
 - ・ 友達や教師と一緒に夏野菜を調理することを通して、夏野菜に興味関心をもち、進んで食べようとする
- 活動内容
- ・ 作り方の手順を聞く
 - ・ 餃子の皮をピザ生地として使い、トマトソース、ナス、ミニトマト、ピーマン、チーズをトッピングする。その際、幼児一人一人が自分で各材料の分量を調節する
 - ・ ホットプレートで焼いて食べる

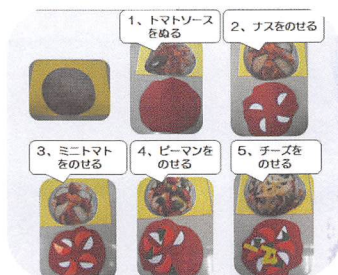
幼児は5月から、保育室前で生長の様子を見ながら夏野菜を育ててきた。7月に入り、それらを収穫することができるようになったので、自分達の育てた夏野菜を使ってピザ作りを行うことにした。

ピザを献立として選んだ理由は①収穫した夏野菜を食材として使用できる②幼児らが自分でトッピングする食材を選んだり量を調整したり等、主体的に活動できる部分がある③熱を通すことにより、安全に食べることができる④幼児らに人気がある献立であるという点があげられる。

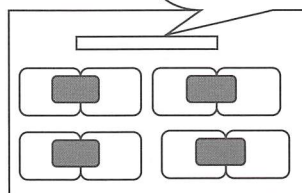
《ほし組》

【活動日時】 7月9日(月) 10:30～

【環境の構成】・ 焼いている食材の変化が見やすいように
二つの机の中央にホットプレートを置く
・ ホワイトボードに手順を提示する
・ 安全面や衛生面にも配慮することができるように、食育サークルの保護者を各ホットプレートに1名配置する



手順 (ホワイトボード)
① トマトソースをぬる
② ナスをのせる
③ ミニトマトをのせる
④ ピーマンをのせる
⑤ チーズをのせる



幼児の様子…教師の示した手順どおりにしなければいけないと悩んでしまう幼児や提示した教材と同じになるようにと、材料の分量を合わせる幼児の姿も見られた。

「おいしかった」「もっと食べたい」と言う幼児や苦手な野菜でも食べようと挑戦している幼児の姿が見られた。しかし一方で野菜が苦手で一口しか食べられない幼児もいた。

保護者の様子…いろいろなものを食べさせたい、みんなに同じ分量を食べてほしい、失敗させたくない思いが強いようだった。幼児が自分で考えてトッピングする前に材料をのせてあげる姿、幼児が困らないように声をかけたり手を貸したりする姿、ホットプレートにのせて焼く作業時に手をかけすぎる姿などが目立った。

【反省会で出た改善点】

もっと、幼児の主体的に活動する姿を大切にしなければいけない

環境の構成

- ・ピザづくりにおいて、自分で考えたり、選んだりできるように視覚教材を工夫しなければならない

教師の援助

- ・幼児が作ってみたいと思うような意欲を引き出す声かけが必要である
- ・野菜を育て始めてから当日に至るまでの生活の積み重ねを自覚できるようにすることが大切である
- ・幼児が食べてみたい、または食べてみようと思うような工夫をすることが大切である

保護者のかかわり

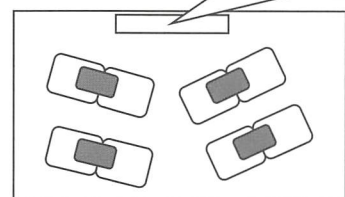
- ・幼児の主体的な姿を引き出せるような見守り方や声のかけ方などを具体的に伝える。その為にも、教師の願いや意図を理解し受け入れてもらえるよう、十分な打ち合わせを行う必要がある

《つき組》

【活動日時】 7月11日（水）10：30～

- 【環境の構成】
- ・幼児から教師の姿やホワイトボードが見やすくなるようにテーブルを設置する
 - ・ホットプレートはほし組と同様に机の中央に置く
 - ・ホワイトボードに提示する視覚教材を、幼児が思考したり、工夫したりすることができるように情報量を減らして提示する

手順（ホワイトボード）
① トマトソースをぬる
② ざいりょうをのせる
③ やく

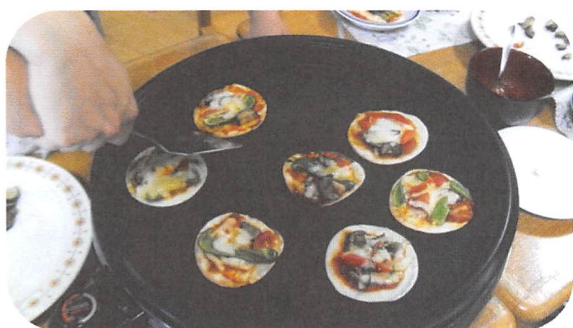


- 【教師の援助】・幼児の「きれい」をクローズアップしないように配慮し、楽しい雰囲気の中で進めることができるように気を配る
- ・自分達で育てて収穫した野菜を使うこと、自分だけのオリジナルピザをつくることを意識させる声かけを大切にする
 - ・幼児が五感を意識して活動するように、幼児自身に考えさせるような示し方をする

幼児の様子…トッピングをする時、自分の好きなものを山盛りに盛る幼児の姿やトッピングする順番を工夫し、苦手なものを見えないようにする姿が見られた。

「おいしい」や「おかわりないの？」等の声が多く聞かれ、楽しい雰囲気の中で、ピザを食べる幼児の姿が多く見られた。

保護者の様子…幼児の様子を見守る援助を心がける姿が見られた。ホットプレートにピザを置く時も、必要な時に手を添えるなど幼児の活動を支えるようにかかわった。また、幼児に考えさせるような声かけをする姿が見られた。



活動後の幼児の姿

- ・幼稚園で作ったピザを家の人にも作ってあげたいとの思いをもち、一緒に買い物に行き、家でもピザを作った幼児がいた
- ・ピザをお弁当に入れて持って来ていた幼児もいた

活動後の保護者の姿

食育サークル

- ・活動を通して、幼児らの喜ぶ姿を見ることができて、とても楽しかったという感想が聞かれた
- ・幼児自身が自分で考えたり、やってみたりしながら調理する大切さを改めて学んだようだ

保護者

- ・家庭でピザ作りのことが話題となり、園での食育活動に興味をもったようだ
- ・幼児が家でおいしかったことを伝えたことで、レシピを知りたいという声が聞かれた

* 1 食育サークル

平成22年度に結成され、保護者の有志からなる食に関する活動（園のボランティアなど）を行うサークルである。保護者同士の交流の場となっている。具体的な活動内容は、野菜の栽培や収穫、収穫した野菜の調理や配膳の手伝い、レシピの発行、ブログの発信である。

4. 食育アンケートの結果

修了前に年長組を対象に食育アンケートを行っている。今回のアンケート回収率は94%であった。

今年度の食に関する活動について、お子さんはどう思われていますか？「楽しかった・あまり楽しくなかった・覚えていない」のいずれか、お子さんに聞いてあてはまるものに○をつけてください。右欄には、来年もやったらよいと思うものに○をつけてください

	楽しかった	あまり楽しく なかった	覚えていない	来年もやっ たら よい
①夏野菜の栽培（ナス、ピーマンなど）	4 4		1	4 2
②わくわくワールドでの食事（7月）	4 4		1	4 3
③川魚つかみと塩焼き（7月）	4 5			4 6
④夏野菜ピザ（7月）	4 1	4	1	4 0
⑤さつま芋の収穫（10月）	4 5	5	1	4 2
⑥芋つるのすじ取り・佃煮（10月）	3 2		1 4	3 6
⑦焼き芋（11月）	4 0		2	4 1
⑧箸で大豆つまみ（11月）	4 1	3	2	4 0
⑨食育サークル味噌汁昼食（12月）	4 1	5		4 1
⑩手作り昼食（2月）	4 6			4 6
⑪お弁当	4 5			

「あまり楽しくなかった」の回答もあったが、昨年の集計結果よりも、「楽しかった」の声が多くなった。今年度は「野菜が苦手」の幼児が多く、家庭でも工夫したり、悩んでいる保護者の声が多く聞かれた。また、保護者からは、食の活動等を通して、「今年度変化があったことがあれば、○をつけてください」との問いでは、食事作りに興味をもつようになった29名、幼稚園で作ったものを家でも作った22名、食事の手伝いをするようになった（増えた）18名、食材に興味をもつようになった16名、食べられるものが増えた18名、野菜を食べるようになった16名との結果であった。また、家では食べない食材に挑戦し、「おいしかった」と帰って来る子どもの姿を見て、園での食育の意義は大きいと感じるなどの保護者からの感想もあった。



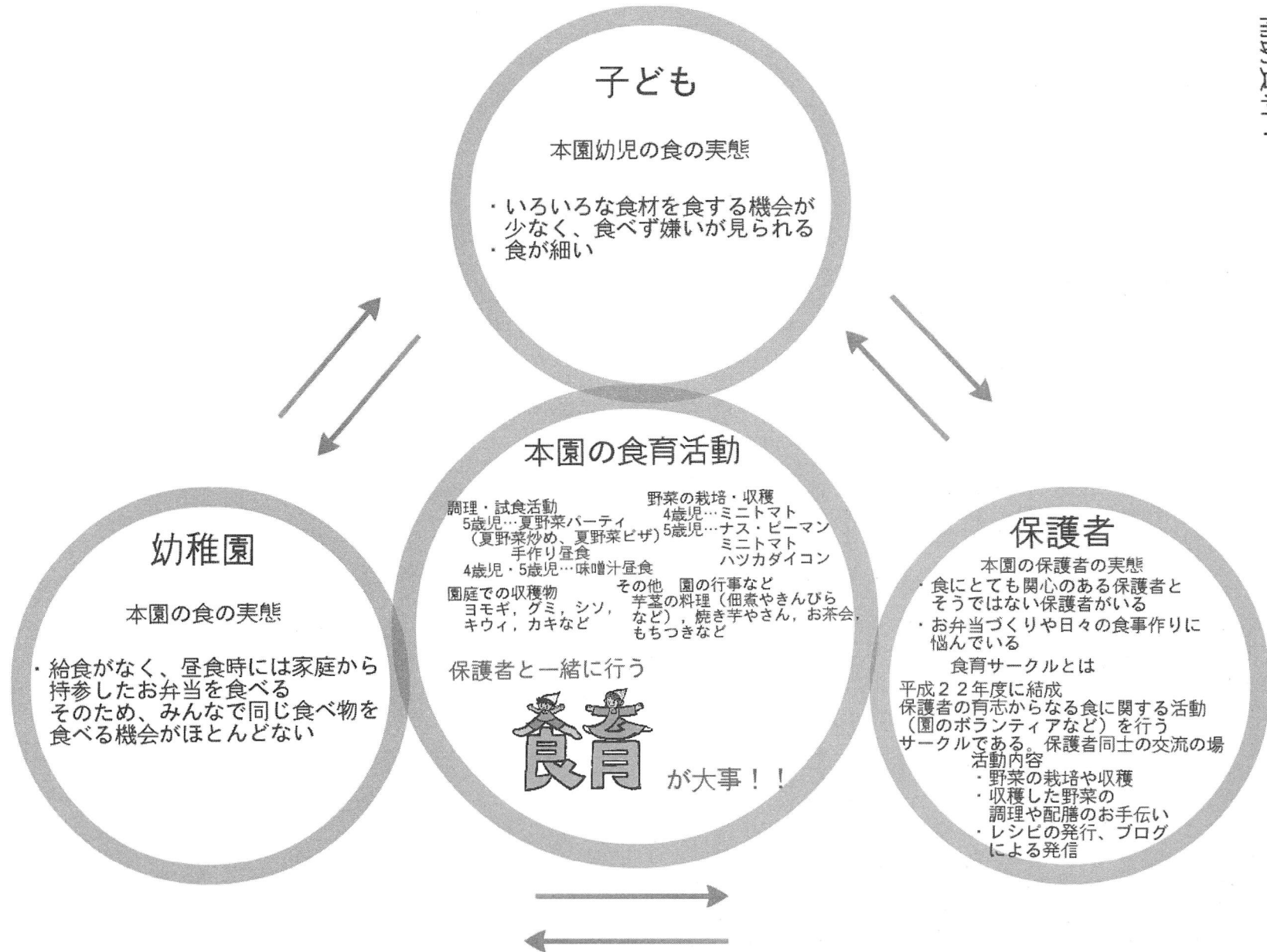
＜ まとめ ＞

幼児の食に対する興味関心を広げるためには、調理活動がイベントとして終わらないように、①普段の生活の流れに位置づいていること、②幼児が主体的に活動する姿を大切に、体験を学びにつなげていくことが大切である。①については、幼児にとって、日常的に生長を見ることができる身近な場所（保育室前）で野菜を栽培したこと、野菜の水やりや収穫などを当番活動とし、全員がかかわる機会を設定したこと、野菜の生長にかかわってきた自分達の活動を目に見えるように掲示してきたこと、幼児の野菜へのかかわりや野菜の生長をクラスの中で常に話題としてとりあげてきたこと、最後にその野菜を調理の材料として使ったことが大切であると考えられるが②については、幼児が思考できる場や自分で主体的に取り組まなければならない場を設定することが大切である。そのためにも幼児の活動意欲を引き出し、自分達で活動したいという気持ちを促すことが大切である。

保護者の食に対する意識を高めるには、保護者がボランティアとして園の活動に入ることも一つの方法として有効である。その際、保護者のやってあげたいという思いを受け止めながらも、園として活動のねらいや内容を伝えることはもちろん、幼児へのかかわり方を具体的に伝えることが大切である。また、園と保護者、双方の思いをすり合わせながら、十分な打ち合わせを行い活動することがポイントとなるのではないかと考える。

4. おわりに

食育の基本は家庭にある。しかし、教育の場である幼稚園においても、食育の取り組みは重要であり、積極的に食育活動に取り組まなければならない。そのためにも、幼児一人一人の育ちをとらえ、イベント的な活動として終わるのではなく、幼児が主体的にかかわる姿を願い、発達段階に応じた持続可能な食育活動を計画し、取り組んでいかなければならない。そして、幼児の姿を通して園での活動を家庭へと返していくためにも、保護者とより良い連携を図り、食育サークルだけでなく他の保護者に発信し続けて行くことが重要である。



補助資料2

平成24年度 食育サークルとの活動表

月	5歳	4歳	食育サークル
4	懇談等で活動の趣旨などを説明(保護者対象)		・夏野菜の苗作り
5	・夏野菜(ピーマン・ナス ミニトマト)を植える	・ミニトマトを植える	
6	・さつま芋苗植え		
7	・夏野菜の収穫 ・夏野菜(ピザ)パーティー	・ミニトマトを食べる	・夏野菜パーティ調理補助
8			
9			・冬野菜の苗植え栽培準備
10	・さつま芋収穫 ・芋茎の佃煮を食べる ・柿を食べる	・柿を食べる	
11	・食育指導(箸の持ち方) ・味噌汁昼食(味噌汁・浅漬け) ・冬野菜(小カブ)を植える	・食育指導(よく噛むこと) ・味噌汁昼食(味噌汁・浅漬け)	・4・5歳味噌汁昼食調理
12	・焼き芋作り	・焼き芋を食べる	・焼き芋調理補助
1			
2	・冬野菜の収穫 ・手作り昼食(調理の経験)	・味噌汁昼食(味噌汁・浅漬け)	・冬野菜の収穫 ・5歳手作り昼食補助 ・4歳味噌汁昼食調理
3	1年の反省・アンケート(保護者対象)		反省・来年度の計画