

研修報告書

日時： 平成 27 年 9 月 8 日（火） 19:00～21:00

会場： A P 渋谷道玄坂

テーマ： おいしく楽しい給食を

講師： 東京家政学院大学 酒井治子先生

【講義の内容・学んだこと】

- ・ 楽しい給食とは、楽しい給食のために必要な要素とは何か

★環境： いつ、どこで、誰と

★内容： 何を、どんなふうに

★子どもの状況： 体調、空腹感

★大人の状況： 態度、雰囲気

大好きな友達や先生と、時には近隣の人や、家族とおしゃべりをしたり、音楽を聴いたりしながら好きなものを好きなだけ、彩りや季節感に配慮された物をランチョンマットを敷きテーブルクロスを掛けたり、お日さまが降り注ぐ窓辺や戸外でお腹がペコペコの時に、・・・・

◎いつもと違うことに楽しさを感じる

→つまり、やりたいと思っていてもなかなかできていないこと。

- ・ 給食の魅力は、みんなと食べること。乳児のクラスでも一人は落ち着いて子どもと一緒に食べてほしい。→おいしさや楽しさを共有し、子どもの気持ちに共感する大人の存在が大切。
- ・ おいしく楽しい給食のために必要なこと、やった方が良いことと、大人の都合（時間や環境、人的要素など）とを、どう折り合いをつけるか。

【楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～ 平成 16 年 3 月 29 日】

・ 食育の目標

① お腹がすくリズムのもてる子ども： デイリープログラムの見直し、空腹感の保障

起床時間や朝食の時間、内容が違う一人一人の状況をどのように配慮するか。丁寧にかかる。

職員の配置の問題などもある。

② 食べたいもの好きなものが増える子ども： 子どもと職員がおいしさや楽しさを共有し、共感する。言葉にして伝える。

食べたいなあという気持ちを育てることで好きな食べ物が増えていく。

③ いっしょに食べたい人がいる子ども： さまざまな人と食べる機会を持つ。

食材業者の人や地域の人、子育て支援事業の一環としての試食会

- ④ 食事づくり、準備にかかる子ども：クッキングの時は、作るだけでなく、買い物などの準備にもかかるわるようにする。
- ⑤ 食べ物を話題にする子ども：家庭での食事の様子を絵にかく→子どもの持っている食事感がわかる。  
子どもの喜ぶことに大人が気づく。大人が学べる。  
自宅から my 茶碗、my 湯呑を持ってくる：家庭での様子がわかる  
どんな茶碗がいいですか？→情報を提供する。  
食べ物のことを一番よく喋るのは 2、3 歳児のころ

#### 【食育とは】

- ・食事について考えるだけではなく、保育全体・子どもの発達を考えること。  
★子どもー★他者ー★もの（食事・食具）この三つのかかわりを通して、子どもの発達を理解し、育てる取り組み。

#### 【子育て支援の発信基地としての調理室】

- ・給食参観：「食べている子どもがいること」に意味がある。単に調理方法の提供だけではない。  
発達の筋道がわかる。発達像が見える。
- ・保育の内容と食事の内容をつなぐ取り組みが大切。

#### 感想

- ・保育園では日々、おいしく楽しく食べることができるよう工夫し、取り組んでいますが、改めて「楽しい給食とは」と考えると、できていないこと、足りないこと、工夫が必要なこともたくさんありました。また、「楽しい給食」に対する概念が人によってさまざまあることも新しい気づきでした。このことは、子どもたちにとっても「楽しさ」の中身はさまざまであるということで、その多様性に現場は対応することが必要だと感じました。
- ・食育は、単に生きるために栄養を探るだけでなく、文化を継承する取り組みであり、食べる楽しさ生きる喜びを体験する活動で、子ども一人一人の育ちを支える取り組みです。食育基本法の前文にも、食育は、「生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となる」と書かれています。つまり保育園での食の体験が生涯にわたってその子の心身に関わるということだと思います。酒井先生も、食育を独立したものとしてとらえるのではなく、子どもの育ち、発達の様子、日々の保育とのかかわりや見直しといった点から考えていくことが大切だと仰っておられ共感しました。園内外での経験や活動がお互いに影響をしながら、子どもたちの育ちを支えているという乳幼児期の保育・教育の特性を改めて学んだと思います。
- ・子どもたちにとって適切な大きさの食器や箸の長さとは、といった具体的なお話も聞けました。有意義な研修に、参加をさせていただき有難うございました。