

子どもの育ちにつながる食育への取り組み

－私立幼稚園3園の食育実践事例より－

Food education program leading to grow children

－based on food education practice case of three private kindergartens－

栗岡あけみ 田中亨胤

Akemi Kurioka Yukitane Tanaka

1. 問題と目的

平成23年3月31日に食育推進会議で決定された、『第2次食育推進基本計画 第3食育の総合的な促進に関する事項 2. 学校、保育所等における食育推進 (1) 現状と今後の方向性』では、「社会状況の変化に伴い、子ども達の食の乱れや健康への影響が見られることから、学校、保育所等は、子どもへの食育を進めていく場として大きな役割を担っており、学校や保育所等の関係者にはあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育の推進に努めることが求められている。また、子どもへの食育は家庭の食育への良き波及効果をもたらすことが期待できる。(略)」¹⁾とされ、幼稚園においても家庭や地域との連携を深めながら、十分な食育が行われることが求められている。

「幼稚園教育要領」(平成20年)では、「食育」について、重要課題とされている。私立幼稚園における食育アンケートの調査結果を基に、保育現場の実態や意識を加味し、これまでの5年間にわたる検討を重ねてきた。

本研究では、アンケートを実施した幼稚園での食育への取り組みが、教員の意識変化とともにどのように変化し、保育実践へと反映されているのかを明らかにし、食育の実施が子どもの育ちのどの部分の成長につながったのかを探ることとする。

2. 研究の方法

研究対象とした幼稚園は、H県K市私立A幼稚園、H市私立S幼稚園、H幼稚園の3園である。各園で実施してきた食育の実践内容について、保育実践者と保育研究者による意見交換を行う。その記録内容とこれまで蓄積されてきた資料を基にし、3つの視点(食育実践内容、食育研修、地域と食育)を把握し考察する。

3. 結果と考察

(1) 幼稚園の食育実践内容

1) 各園の昼食体制の変化

表1 各園の昼食体制

園名	5年前昼食体制	現在昼食体制
A幼稚園	弁当	給食弁当と弁当
S幼稚園	完全給食	完全給食
H幼稚園	給食と弁当	給食と弁当

従来はA幼稚園のみが完全弁当であった。その後部分給食へと変化した。全体としては弁当から給食へと移行している。給食は栄養バランス、温かい食事内容、衛生面での管理、保護者の時間的な負担軽減等により、歓迎する声が多かった。給食には子どもの食欲を満たせる魅力を与えることが求められている。栄養面のみならず、味や食感などについても工夫が必要とされる。家庭では、実施面の難しさから、保護者が給食に依存する傾向にあり、食育意識が減退するという懸念もある。

2) 食育実践内容の変化

①A幼稚園（自然豊かな環境に立地・2011年度より認定こども園となる・キリスト教保育）

表2 A幼稚園の食育概要

栽培と収穫	手作り料理	保護者への啓発
○夏野菜の栽培と収穫(トマト・ナス・タマネギ・キュウリ・ダイコン・シシトウ・ジャガイモ・サツマイモ・カボチャ・スイカ)	○手作りみそ汁 ○ダイコンの酢漬け	○クラス便り(図1)を出しクッキングに関する内容を知らせている。 ○保護者が参加し園児と一緒に食べる。 ○園児がダイコンの酢漬けを作り、家庭に持ち帰り会話を楽しむ。

A幼稚園は、自給自足や地産地消の精神を大切にしている。子ども達が、園の畑で育てた野菜を使って、食育講師(管理栄養士)を招き、年3~4回みそ汁を作っている。味噌など必要な材料はスクールバスに乗って子ども達が買い物に出かける。保護者にも協力をお願いし食材を家庭から持ってきてもらう。②みそ汁の話題が家族の共通の話題になるように配慮し、食育への関心を高めている。園西側にある畑に、ピーマン・ナス・トマト・カボチャ・キュウリ・シシトウ・スイカ・ダイコン・タマネギを栽培し、収穫する喜びを味わう。ダイコンは、子ども達で小さく切り甘酢に漬けて沢庵にし、③各家庭に持ち帰って食べるなど、保護者を巻き込んだ食育への取り組みが実践さ

れている。認定こども園が設置されてからは、弁当から給食弁当（水曜日から金曜日）に変更された（写真1-1）。給食弁当導入にあたっては、手作りの良さを大切にしている業者を選び分ける。毎日、業者が幼稚園にて配達回収を行う。地元の農産物を使用。弁当箱の大きさは、年齢に分けて大小と変える。角のない洗いやすい弁当箱を導入（写真1-2）。この様な吟味が園と保護者との間でなされた。最終決定は、⑥保護者との懇談会を開いた上で、実施にこぎつけている。



写真1-1 A幼稚園の給食風景



写真1-2 A幼稚園の給食弁当

②S幼稚園（市街地ではあるが比較的密集していない地域にあり、園の周りには大きな道路がある。完全給食（写真2、写真3）を導入し、2010年度より認定こども園となる・仏教保育）

表3 S幼稚園の食育概要

野菜栽培と収穫	手作り料理	保護者への啓発
<ul style="list-style-type: none"> ○サツマイモ・ジャガイモ・キュウリ・トマト・シシトウの収穫 ○保育室にイチゴの苗を飾り生育の様子を観察 ○秋冬の野菜作り（葉ダイコン） ○5歳児を対象に、地域活動栄養士会「キャロッピー」で、3色野菜について子ども向けの話をしてもらう。 ○稲作体験（田植え・観察・稲刈り） 	<ul style="list-style-type: none"> ○月見団子 ○ツナダイコンピザ ○簡単スイートポテト 	<ul style="list-style-type: none"> ○給食表の空きスペースに園長が食育についての内容を記入する月がある。

S幼稚園は完全給食の幼稚園である。市街地に立地しているが、手作り野菜栽培への取り組みを積極的に行っている。非日常的と言える野菜栽培の活動が、保護者や子ども達の興味を喚起させよ

うとするはっきりとした目的意識が感じられる。今後調理に子ども達が直接かかわることが多くなれば、さらに充実していくと考えられる。

市街地ではあるが、保育室では植木鉢にイチゴの苗を植え、大きく成長する様子を観察している。青いイチゴが赤く色づく様子を毎日近くで見ながら、赤く熟したイチゴを順番にもぎ取って食し、色、触感、味覚などを通して豊かな体験をしている。



写真2 S幼稚園給食風景



写真3 S幼稚園給食プレート

③H幼稚園（自然環境豊かな環境・給食と弁当の併用・キリスト教保育）

表4 H幼稚園食育概要

視聴覚の取り入れ	野菜栽培と収穫	手作り調理	保護者への啓発
<ul style="list-style-type: none"> ○毎月食育絵本を購入し、貸出絵本としてお便りで知らせる。 ○大型食育カルタ購入（写真4） ○H市の保健所が推奨の「食育啓発出前講座」の講師を招く。食育絵本の読み聞かせや食育体操を実施。 	<ul style="list-style-type: none"> ○夏野菜栽培と収穫（トマト・サツマイモ・ナス・ピーマン・キュウリ・シシトウ） 	<ul style="list-style-type: none"> ○イモ餃子 ○みそ汁 ○キュウリの漬物 ○サラダ ○バーベキュー 	<ul style="list-style-type: none"> ○園便りやクラス便りなどで食育の様子（楽しく収穫し、手作り調理や食事をする姿）を保護者に知らせている。 ○地域域活動栄養士会「キャロッピー」（写真5）による食育講演を実施。

毎月食育絵本を購入し、貸出絵本としてお便りで知らせている。大型食育カルタを購入し、楽しみながら子ども達の食育への興味付けを行っている。（写真4）H市の保健所が推奨する「食育啓発出前講座」の講師を招き、食育絵本の読み聞かせや食育体操を行い、その取り組みの中で楽しみながら、栄養のバランスの大切さを知らせるなど、新しい保育計画を立て実践し、子ども達や保護者

への意識向上を図っている。

従来はトマトとサツマイモの栽培と収穫を行っていた。ナス・ピーマン・キュウリも加え、育てる喜びを以前よりも多く経験している。収穫した野菜を使い、子ども達が調理し食べるという取り組みを進めている。子どもが興味をひくエプロンの着用により、楽しい雰囲気作りにも取り組む。ピーマンやキュウリなどを「臭い」「苦い」などと言っていた子ども達が、友だちと楽しい雰囲気の中で作り食すことによって、苦手意識を克服する成果も生み出している。これについては、アンケート結果において把握される。

◎園便りやクラス便りなどで、食育の様子（楽しく収穫したり、手作り調理や食事をしたりする姿）を保護者に知らせている。取り組み内容が深まるごとにその回数も増え、内容も充実している。保護者からも「ピーマンが嫌いだと決めつけていました。反省です。」などの意見や感想も返されるようになり、子どもの育ちが共有できるようになっている。地域活動栄養士会「キャロッピー」（写真5）による食育講演会の実施により、「日常生活の食事を考えさせられた」「おやつタイミングなど勉強になった」などという意見も出て、食育バランスの大切さなどを、専門家から学ぶことの重要性も園も保護者も実感しつつある。



写真4 H幼稚園食育風景
（大型食育カルタで遊ぶ）



写真5 H幼稚園食育講座
（キャロッピー食育講演会）

3) 食育研修内容

表5 各園の食育研修内容表

園名	食育研修内容
A幼稚園	2010年より園内にて外部講師による研修を行い、現在も継続。
S幼稚園	特に行っていない。
H幼稚園	園を代表して1名H市の研修に参加。その結果を報告し、各教師が共通理解を深めている。

研修や自己研鑽など継続的な取り組みは、教育・保育のどの場面においても大切である。一連の成果が見られたからといって安易に収束させるものではない。さらなる意識の向上への取り組みが求められる。園内外を問わない研修は、自園での活動の客観的な振り返り、新しい知識の獲得にも必要である。食育研修に関してA幼稚園およびH幼稚園では積極的な取り組みがみられる。

4) 保護者と地域と食育

表6 保護者と地域を交えての食育概要

園名	実践内容・取り組み
A幼稚園	○小学校の給食参加(校長判断) ○地域の野菜を使った給食弁当を導入 ○保護者を招待し、みそ汁を食してもらおう。
S幼稚園	○老人クラブの方とのおもちつき ○保護者の給食参加 ○小学校への給食参加 ○地域の方との田植えと稲刈り ○毎朝、調理師の方への挨拶
H幼稚園	○白玉団子を作り老人クラブの方に食してもらおう。 ○小学校への給食参加 ○地域の枝豆もぎ取りに参加し、園でゆでて食す。 ○各家庭から持ち寄った野菜を使って収穫感謝祭を行う。そのあと地域の郵便局や福祉施設に神様からの恵みとして持参し食べていただく。

地域との交流を通して、食育教育が実践されている。小学校への給食参加は、校長判断である。小学校側の理解が必要である。保幼小連携が進む中で、幼稚園側の準備は整っている。地域環境を取り入れた園の特色ある食育教育を行うことが必要である。

A幼稚園では、講師を招きさまざまなみそ汁を作り、その様子を「みそ汁新聞(図1)」としてその時々を発行している。「ほねパワーアップみそちゃん」「ぬるぬる大集合パワーみそちゃん」など、みそ汁の名前は子どもの発達に必要なねらいが含まれ、保護者にもわかりやすく子どもにも理解しやすい楽しい名前を工夫している。保護者に『クッキングDAY』の参加を促しており、「多くの保護者が興味をもって楽しみにしてくださっています。」と評された。『クッキングDAY』を設けるだけでなく、図1のようなクラスだよりで、実施風景や幼稚園の願いや思いを伝えることで、より一層、保護者との共通理解を図っている。その結果他の学年や保育者へも互いに響きあうことができるであろうことも予想される。

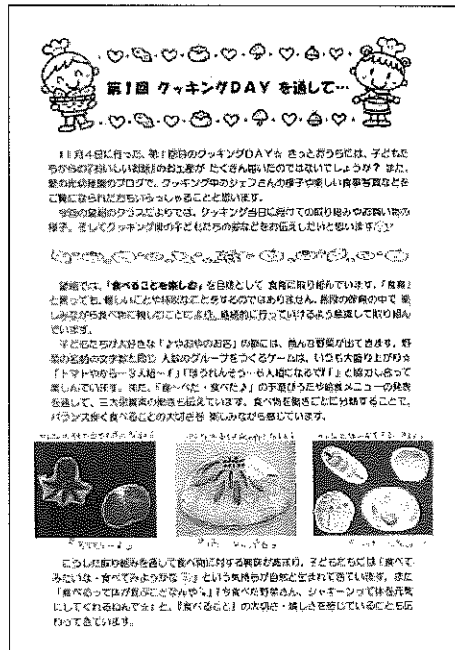


図1 A幼稚園クラス便り及びみそ汁新聞

④S幼稚園のように地域の田畑を借りて、地域の方々と共に稲作作りを経験することは、主食である米の大切さを体験できる。このような地域の理解と協力を得ることは、幼稚園にとっても大きな財産となる。

S幼稚園では、保育所のように毎日の献立表が整えられており、毎月、園長から食育や健康や育ち等に関するコメントも設けられている。昔からの言い伝えなど、若い保護者へのメッセージとしてわかりやすく、毎日目にする献立表だけに、何度も読み返すことができるという利点を生かした工夫がなされている。④S幼稚園ならではの保護者支援につながっているのではないだろうか。

H幼稚園の収穫感謝祭では、自分達が育てた野菜はもちろんのこと、各家庭にある野菜を持ち寄り、きれいに並べ一つ一つの野菜の名前を調べたり覚えたりする。そのあと牧師様に感謝の祈りをしていただき、命あるものをいただく教えを学ぶ。このことは、保護者への啓発にもつながり、その野菜を地域に配り食してもらうことで、地域との関係性を深めることにもつながっているのである。

4.まとめ

私立幼稚園3園の実践内容からこれからの幼稚園に求められる「食育」には、次の3つのポイントがある。

①食育への取り組みが、園と保護者と地域を結ぶ大きな役割

第2次食育推進基本計画にあるように、食育への取り組みが保護者や地域に波及効果をもたらすといわれている。その点を考慮すると、③④⑤⑥にみられるように、園と保護者・地域社会との関係性という点では各園の努力が感じられる。各園が地域において独自性を出しながら馴染んでいくには、園長や教員が自ら地域活動に参加し、園と地域との交流を深めていくことが求められる。地域の子育ての中核施設としてあるべき形を模索していく中で、食育への取り組みも園と保護者と地域を結ぶための大きな役割を担っていけないのではないかと考える。

また認定こども園への移行には、給食導入が義務付けられている。A幼稚園のように教職員のみでなく、保護者への丁寧な説明が、幼稚園の教育目標を達成するための根幹となる。食育への保護者による理解は、今後の幼稚園教育において重要な要素である。

②園の活動に対する振り返りと見直しなどに寄与する研修の必要性

A幼稚園では、年3～4回管理栄養士を講師として招き園内研修を行い、そのことを踏まえたクラス便り(図1)を発行している。S幼稚園のT副園長は、「研修を特に行っていないことがうちの課題です。」と話す。H幼稚園のK園長からは⑦「一年一年野菜を植える種類が増えています。教師自らが食材に興味をもち、育てようとするからだと思います。ただ一度の収穫や保育計画が終了すると教師自身がその後の収穫に目が行かず、畑やプランターの中で野菜がしなびていく光景をみます。野菜等から命をいただくと子ども達に指導する反面、どうなのか疑問です。園内研修についてもその機会が取れないことが反省です。」とある。このことから、各園の保育実践が子どもの育ちに寄与しているかをチェックし、不足があればそれに見合う研修を実施することが必要である。

③若手教員とベテラン教員との連携の必要性

S幼稚園のT副園長は、⑧「子どもの疑問と一緒に考えることも大事だと思うんです。例えば、収穫した野菜を洗っているときに、『この野菜浮くなあ、じゃあ、これは?』と疑問をぶつけられたときに、『土より上にできる野菜は浮くし、土の中にできる野菜は、沈むんだよ。』と教員が発信していけば、子どもは一層興味をもつんだけど、若い先生がなかなかピンとこないんですね。だから、クッキングをするのに腰が重くて・・・子育てしている先生にノウハウを教えてもらって今は成長を見えています。」と述べる。A幼稚園のM園長からは「教員の関心度、また学びたいと思う意欲がクラス便りの内容に現れています。他の教員のクラス便りを見て学びになればと願うのですが、なかなか難しいことが現実です。」と。H幼稚園のK園長がいう⑨のように、確かに、食材があふれて自ら作る経験の少ない若い教員にとっては、自らが食材を育てる経験も必要である。その

ことが子どもの育ちにつながると意識しなければならない。T園長が話す④のように若手教員とその身近にいる子育て中のベテラン教員との連携も重要である。食育は教育の一環であることを理解しなければならない。教員自身がそのような意識を醸成できる、あるいは実感できるような環境づくりが幼稚園自体にも求められている。(付記：本論文の一部を第65回日本保育学会において「食育と子どもの育ちX—幼稚園における実践事例より—」として口頭発表を行っている。)

引用文献

1) 内閣府：第2次食育推進基本計画（平成23年3月31日食育推進会議決定）

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data/whitepaper/2011/book/html/sanko04.html>

(2013/10/18現在)

参考文献

- 1) 文部科学省：幼稚園教育要領 2008
- 2) 栗岡明美・田中亨胤「幼稚園教師と保護者の食育意識と心構え—幼稚園におけるアンケート調査より」『幼年児童教育研究』No20, 兵庫教育大学幼年教育コース, 2008, pp.9-16
- 3) 栗岡明美、田中亨胤「幼稚園教師と保護者の食育意識と心構えⅡ—幼稚園におけるアンケート調査より—」『研究紀要』第32号, 姫路日ノ本短期大学紀要, 2008, pp.1-26
- 4) 栗岡明美・伊藤美保子・宗高弘子「子どもの育ちと食育Ⅵ—幼稚園児の食事と保護者・教師の意識—」『日本保育学会第63回大会発表要旨集』2010, p.663

謝 辞

インタビューにご協力くださいました3園の園長先生方に、心より感謝申し上げます。

