

「平成24年度 給食研究会」報告書

- 【期 日】 平成24年7月4日(水)
- 【会 場】 佐賀市産業振興会館
- 【主 催】 佐賀県保育会
- 【参加人数】 163名
- 【内 容】 『平成24年度給食研究発表』 10:30～12:00
- ・東部地区 (くるみ保育園)
  - ・唐津地区 (和多田保育園)
  - ・鳥栖地区 (田代保育園)
- 講義『保育における食育の大切さ～体と心の健康は食から』13:00～16:00
- 講師 野口 孝則 氏 (帝塚山大学現代生活学部食物栄養学科准教授)

平成24年度給食研究発表

1. 「カードあそびを通して、食への関心を高める」 東部地区 くるみ保育園  
竹下 麻里恵先生
- 「食」は「食材」に触れることから始まるという基本をもとに研究  
食材に興味を持たせることから、実物の写真を多数使ったカードを使用  
実物の食材に触れたあとにカードが活用され、食材の違いや名前を覚え十分に成果が発揮された。
2. 「おいしく楽しく食べよう」～食育活動を通して～ 唐津地区 和多田保育園  
栄養士 牛草 朋子先生
- 研究テーマ・おいしく楽しく食べる給食  
食にもっと興味関心を示しおいしく楽しく食べるために、ふるさと先生との味噌づくり、園で収穫した野菜を使ってのクッキングなど子どもの喜ぶ体験ができるように年間計画をされていた。  
またマナーや箸の持ち方にも取り組まれていた。
3. 「食育活動を通しての一年～五感を使って楽しもう～」 鳥栖地区 田代保育園  
栄養士 八谷 久美先生
- 食育カリキュラム・五感を磨く・食事のマナーを身につける  
子ども達が栽培した野菜を使ってのクッキング(食材の変化)、親子で郷土料理に親しむ、地域の方との味噌作り、行事食を通しての日本文化の伝承などの紹介があった。  
五感を使った体験を通し、食への興味が深まり食べることへの意欲が高まった。また食を通して人とのつながりも生まれている。

《効果及び評価》

どこの地区でも充実した研究内容で、食育を通して日々おいしく楽しい給食にと生かされているのがよく伝わってきました。この研究を参考にしながら、できることから取り入れていきたいと思いました。

## 講 義

「保育における食育の大切さ～体と心の健康は食から～」

野口 孝則氏（帝塚山大学現代生活学部食物栄養学科准教授）

### 乳幼児の食の持つ機能

- ① 栄養素やエネルギーの補給による心身の発育・発達、健康維持といった生理的・栄養的な機能
- ② 食に関する基本的な生活習慣（衛生、食事のマナー、生活のリズム、規律）の確立など、しつけとしての機能
- ③ 食事を通じて楽しく語り合い、コミュニケーションを通じて情報を育て、社会性を養うという機能・・・基本は家庭（子どもの箸の使い方、三角食べ、マナーなどを親が確認する）

### 保育所での食育のあり方

- ・おいしい、楽しいという情緒的・文化的側面を大切にする
- ・食事のけじめ、食に対する感謝の気持ちにつながる「いただきます」「ごちそうさま」の言葉を大切にする
- ・嗅ぐ、味わうなどの感覚の働きを豊かにする
- ・作物を育てたり、味わうなどして、生命の尊さに気付く

### 食とは

多種多様な食品の組み合わせ ～創造（調理）

※五感で味わい、美味しさ、最大限の喜びを感じることに！

### 小学校の食育

不定愁訴を呈する児童が多い 早くぐっすり眠ることが大事なので早寝を意識し、しっかりと寝る環境を整えていく また食べるのが楽しいと感じられる子に！

### まとめ

美味しさ（を感じながら食べること）と感謝の気持ちが体と心の健康につながる！

保育現場における食育推進の大切さ→それをサポートする組織の存在の大切さ

食育について、学ぶ→考える→実践する→改善する→続けることが大事

### 《効果及び評価》

共食（誰かと一緒に食べることを喜ぶ）、一生涯を通じた食育、人と人とのコミュニケーションづくり（一番の基本は家庭）は、本当に大切なことですね。

おいしく楽しく五感を使ってをキーワードに、園の職員との連携はもちろん保護者や地域にも呼びかけて、食育のあり方に取り組んでいきたいと強く思いました。

文責：砥川保育園 江原真澄