

「平成27年度 給食研究会」 報告書

【期 日】 平成27年6月8日（月）

【会 場】 メートプラザ

【主 催】 佐賀県保育会

【参加人数】 159名

【内 容】 研修1 『基調報告』 10:00~10:30
講師：田中 豊博 氏（佐賀県保育会会長）

研修2-① 『平成27年度給食研究発表』 10:30~12:00

- ・佐賀地区（開成保育園）
- ・鳥栖地区（鳥栖市立保育所鳥栖いづみ園）
- ・小城地区（小城市立小城保育園）

研修2-② 『子どもたち、保護者の方へ伝えたい“食育”』

講師：加藤 結衣 氏（佐賀市教育委員会こども教育部
保育幼稚園課 管理栄養士）

研修3 『食育の原点』 13:00~16:00

講師：高橋 美保 氏（白鷗大学教育学部 教授）



【平成 27 年度 給食研究発表】

1. 「夏祭りの出店活動をとおした食育について」 佐賀地区 関成保育園 古賀 早織

給食は「体に優しいもの」として、無農薬・有機栽培・旬の食材を提供している。しかし、「夏祭りくらいはいいだろう」と、平成 24 年度まで市販のかき氷の蜜、炭酸飲料、缶ジュースを提供していた。その点を見直し夏祭り準備期間を通して、保護者と職員そして子どもたちと共に食べ物と体との関係を学び、食材を調理する事により体に及ぼすより良い効果を改めて学習・体験する事ができた。今後の課題として、食育活動をする上で職員の知識向上、食材の仕入れ先のリサーチなどを進めていきたい。

2. 「食材に触れる楽しみと命の育み」 鳥栖市立保育所鳥栖いづみ園 藤田 洋子

平成 26 年度、5 才児を対象におこなった食育の報告。

1 年間の食育計画を立て、毎月の給食会議のおり提案して審議・決定した。

(おにぎり作り、子どもたちが収穫した野菜を使っの給食、季節に合ったクッキング等)

1 年を通して、5 才児の子どもたちと共に色々な食材について話し、触れ、クッキングすることで、友達と食べる喜び、食と命の大切さ、感謝する心が芽生えたように思える。

今後も、献立や栄養に配慮した給食を作っていきたい。

3. 「保護者への発信 ～私たちの思い～」 小城市立 小城保育園 調理員 今泉 圭子

小城市は 10 年前から保護者への発信・連携に力を注いでいる。昨今の「インスタント食品利用の増加、朝食抜き子どもたち」などの状況を鑑み、子どもたちや忙しい保護者の為に何か出来ることはないかと毎年テーマを決めて研究を重ね、H23 年度「親子でできる簡単クッキングレシピ」、H24 年度「春夏秋冬に分けた旬のレシピ」、H25 年度「超簡単！裏ワザレシピ」、H26 年度「咀嚼力 UP!!～かみかみ・ごっくんレシピ」を作成し各家庭に配布を行った。アンケートでは、子どもたちから実際に「一緒に料理したよ。」と嬉しい言葉も聞かれた。今後も、食への興味・作る喜び・食の大切さを伝えつつ、子どもたちが健康で毎日笑顔でいられるように日々努力していきたい。



研修2-②

「子どもたち、保護者の方へ伝えたい“食育”」 講師：加藤 結衣 氏
(佐賀市教育委員会こども教育部 保育幼稚園課 管理栄養士)

<研究発表に対する評価>

- 1の園は、野菜たっぷり、咀嚼をうながす切り方の工夫、子どもの主体性が大事にされていた。家庭では出来ない体験ができ子どもたちは幸せだと感じた。無農薬・無添加の食材を手にいれる難しさを感じる。
- 2の園は、年間を通して良く計画ができていた。食の大切さを伝える工夫がされている。子どもたちが先生へ「おいしかったよ」と伝えられることのすばらしさに感心されていた。
- 3の園は、保護者への働きかけ、発信、情報提供が充実していた。今後は、親子レシピ・食材の冷凍方法等を、情報提供されてはどうかと、アドバイスをいただいた。

次に「保育所保育指針《食育の内容》」「第2次佐賀県食育推進基本計画」をもとにわかりやすく説明をされ、その後各保育園での食育指導の方法を紹介された。例えば、食事のマナーを〇×クイズで楽しく学んだり、ペープサートを用いての野菜の話、食に関する手遊び、エプロンシアター等を活用。体のしくみ・食事の大切さを子どもたちに解りやすく伝え、園児や保護者の食への関心が高まることを期待している。

次に、食事スタイルの多様化、「外食」「内食」の他に「^{なかしょく}中食」(惣菜・弁当を買って帰り、家でする食事のこと)があり、「中食」利用率の高さをあげられ、「中食」の活用ポイントを話された。

総括として、子どもたちへは食に対する興味・関心を持たせることで、健やかな成長へと結びつくことができる。保護者へは忙しい状況を考慮しながら食に関する正しい情報提供を行い、簡単にバランスの良い食事ができるような支援を行う必要があると教えていただいた。



研修3 「食育の原点」 講師：高橋 美保 氏（白鷗大学 教育学部 教授）

Part. 1 保育の中の食育

まず伝えたい事は、**食育とはするものではなく薦めるもの**である。

保育園に勤める人は、みんな**保育者**である！（園長先生も、保育士も、看護師も、もちろん給食の先生も。）「給食の先生」と名前と呼ばれないのはいけない。給食の先生も一人の人格者。きちんと「〇〇先生」と呼んでもらう。

保育＝人 すぐに結果は出ない。0才児からじっくり、保育室の職員と給食室の職員が手をとりあって進めなければならない！ 人はみな食べる。赤、緑、黄は二の次。

★食育の視点＝食育の6つの目標

- 食事の重要性
- 心身の健康
- 食品を選択する能力
- 感謝の心
- 社会性
- 食文化

- 子どもたちの育ちを観察、理解、対応、記録することが大切。ケース研究を怠らない！
- 15分～30分間の食事時間。メリハリをつけて食事する。一人だけ残ったの食事は、心に傷が残るのでしてはいけない。30分以上食べる子は、どこかに原因がある。（家庭？朝食？心？）
- 遊び食べ、むら食べ、好き嫌い→大人は困る。しかし、これも子どもたちの心の成長。食事開始5分は黙って行動を見守る時間。好き嫌いがあってもいずれ食べるようになる。しかし偏食はいけない。
- 食育は、未満児からスタートしている。手づかみから手つまみへ。2，3才児の頃は、しっかり手を使わせよう。スプーンの使い方重大事。



Part. 2 食育の原点—子どもの発達連続性と食育の継続性について—

発育、発達には、順序がある。離乳食も、いけいけ、どんどんではダメ。

かむ力が無い子は、言葉が不明瞭になる。発育、発達をもう一度確認し、その時期にあった、離乳食の形態、食具選びの大切さを知っていく。

保育とは、人と人との関わりあいである



《効果及び評価》

食育とは、「心と体の成長・子どもたちとの関わり・保護者との関わり」など様々な視点での捉え方が必要であり、また保育の現場の中で子どもたちの健やかな成長のために必要不可欠なものであると改めて再確認した。食事は、「頑張るものではなく、楽しむもの！」

今後も、食育のあり方をじっくり考え伝えていきたいと強く感じた。

(文責：保育所めぐみ園 森 美和)