小グループが順番に食事をすることで、一人ひとり の子どもにサポートを行き届かせる。

保育参加をした保護者は、子どもと同じ テーブルを囲んで給食を食べる。

さらに子どもが栽培した野菜を 使うことも多いほか、活動に関連し たメニューを出して、食べることへ の意欲を高めています。例えば、午 前中、大豆の収穫をした日の給食 に、大豆煮を出したことがありまし た。実際には、大豆は前日から水に ひたす必要があるため、収穫したも のを使ったわけではありませんが、 子どもは活動の話をしながら楽し そうに食べたといいます。園長先生 はこう話します。

「食事中の子どもたちの会話を聞 くと、固有名詞がよく出てきます。 『○○組のきゅうり』『○○さん(野 菜生産者) が作った大根』『○○ちゃ んのトマト』といった言葉です。日 ごろから自分で手がけたり、生産者 や調理スタッフとかかわることで、 自分の食事に多くの人が介在する ことを実感的に理解しているよう です」

子どもたちが調理室に顔を出し、 「今日のごはんは何?」「おいしかっ た!」などと、調理スタッフに話し かけるのも日常的な光景だといい ます。

毎日同じメンバーで席につき、友だちと会

話をしながら食べる楽しさを実感する。

千絵先生はこう説明しています。

「ひとりの子どもの食事をサポー トする保育者は年間を通して固定 しています。つねに同じ環境を整え ることで子どもたちは安心して食 事ができるからです。その保育者が 準備を始めると、子どもはひとりで 手を洗いに行くようになるなど、食 生活のリズムも整います |

食にかかわる一連の取り組みは、 保護者とも共有します。お米やじゃ がいも、さつまいもなどの収穫時は 保護者にも参加を呼びかけており、 年々、参加者は増えています。また 保育参加の際には給食を出し、園の 味を知ってもらいます。2歳児のお 子さんをもつ保護者の石井恵子さ んは、「家庭では出せない薄味がと てもおいしく、レシピを聞いて参考 にさせてもらっています。うちの子 は好き嫌いがなく、食欲も旺盛です が、それも園の取り組みのおかげだ と思います」と話します。

自然や農業にかかわる活動で食 への興味関心や意欲を高め、毎日の 給食を通して健やかな心身が育ち、 意欲的に活動に取り組むようにな る。園の食育では、そのような好循 環がうまく機能しているようです。

楽しく意欲的に 食べるための指導

それぞれの保育室でも、楽しく意 欲的に食べるための指導や環境づ くりが見られます。ごはんは調理室 ではなく、炊飯ジャーを使って保育 室で炊くのも工夫のひとつ。保育者 が米をとぐ姿を見て、お昼時にごは んの香りが立ち込めるのを感じる ことで、食欲を刺激していきます。

「調理は生活の一部だと実感する のでしょう。調理室で炊いていたこ ろと比べ、ごはんを残す子どもが少 なくなりました」(小山先生)

食事は、クラスで小グループに分 かれて順番にとります。その際に気 をつけていることを、保育士の犬木



◎1997年に公設民営保育所として運営スタート。 「食農保育」の実践を中心として、「豊かなこころと 丈夫なからだ」をもつ子どもの育成を保育目標に 掲げる。地域に開かれた園を目指し、園庭開放や 一時保育なども実施。

園長 野村明洋先生

所在地 〒189-0022 東京都東村山市野口町1丁目5番6号

園児数 111名(0歳~5歳児)

事例紹介

野菜栽培や調理活動を通して 食べることへの興味関心を育てる

風の谷幼稚園(神奈川県・私立)

「食べたい」という気持ちは生きる活力ととらえ、野菜栽培や調理活動など、 食に興味をもつための活動に力を入れる風の谷幼稚園。 旬の食材をはじめ、四季の恵みをたっぷりと取り入れた活動を通し、 子どもたちは食べることの楽しさに目覚めていきます。

多彩な食育活動を生活の一部と位置づけて展開

「食べる」 ことは 「生きる」と同じ意味

多摩丘陵の雑木林に囲まれた自 然豊かな環境にある風の谷幼稚園。 泥んこになって原っぱを駆け回っ たり、林の中を探索したり、まるで 自然と同化するかのように元気に 遊ぶ子どもたちの姿が印象的です。

園では、子どもが「食べる」こと に興味関心をもつ活動に力を入れ ています。天野優子園長先生が次の ようにねらいを説明します。

「『食べる』ことは『生きる』と 同義であるととらえています。つ まり、『食べたい』という気持ちは、 生きる活力そのものと言えます。そ こで、さまざまな体験を通して『お いしい』『楽しい』といった気持ち をもてるようにして、食べることへ の興味を育てているのです」

「食育」を特別な活動とは位置づ けず、あくまでも生活の一部として 体験させるのが方針です。例えば近 隣の林には、春になると、よもぎや ふき、ノビル、きいちごなどが顔を 出します。一見、雑草にも見える野

生の山菜を摘み取り、園で食べるこ とが、子どもにとっては驚きや楽し さのあふれる体験となると言いま す。毎年、5歳児は約2キロ離れた 竹林まで歩いてたけのこ掘りも体 は煮物にして、お弁当の時間にみん なで味わいます。

年上の園児の活動を見て 期待感や意欲が高まる

お弁当のおかずやおやつとして、 近ごろの子どもがあまり食べなく なった食べ物を出すことも日常的 です。例えば、手づくりの干しがき や梅干し、また田んぼで捕まえた

いなごで作ったつく だ煮や、大根の葉っ ぱを炒めたふりかけ を食べる経験もしま す。一見、子どもが 苦手そうな食べ物で も、「大人の味だか ら食べてごらん」「食 べられるかな、おい しいよ といった言 葉をかけると、恐る 恐る手を伸ばし、たいていは「おい しい!」という言葉が返ってくると 言います。5歳児担任の末永陽子先 生は、このように話します。

「そのようにして味覚は広がって いくのだと考えています。例えば、 『菊の花やいなごも食べられる』と いった発見は、子どもにとっては大 きな驚きであり、食べ物のおいし さ、食べることの楽しさを感じる きっかけになると思います」

4・5歳児では、畑で農作物を育 てる活動にも力を入れています。4 歳児は比較的早く育つ小松菜や赤 かぶ、5歳児はトマトやきゅうり、 枝豆といった夏野菜やさつまいも



散歩コースを歩く先生と子どもたち。日常的に自然とふれあえる環境が原 の特徴のひとつ。

などを栽培。なすなら味噌汁や油いため、きゅうりは塩もみや酢味噌あえなど、さまざまな料理を味わい、「同じ野菜でも、いろいろな食べ方がある」と体験することで、食への

興味関心がわいてきます。

3歳児には、先生が畑仕事をしたり、4・5歳児が収穫した作物を 洗ったりする姿を見る機会があります。「みんなも大きくなったら畑 仕事をしようね」と話すことで<u>年上</u> の子どもにあこがれを抱いて、活動 への意欲がぐんと高まるそうです。

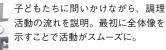
天野優子 先生

子ども、先生、保護者が一体となった調理活動

自分たちで作る体験から 自信や意欲が芽生える

5歳児は、毎月の誕生会の日に調理を行っています。2009年度では、 1学期は「お米シリーズ」としてタケノコチャーハンやカレー、中華ちまき、2学期は「小麦粉シリーズ」として、うどんや中華まんじゅう、ピザ、竹パン、お好み焼きなどを作りました。畑仕事と同様に、「早く年長になって自分も作りたい」と、楽しみにする子どもが多いそうです。

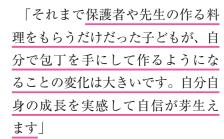
この活動では、子どもが大人用の 包丁を使って調理します。末永先生 がねらいを説明します。



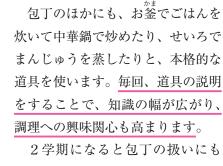


食材に関心を寄せる子どもたち、下準備は保護者が担当。

8



包丁は切れが悪いと余分な力が 入ってしまうため、つねに研がれた 状態で使用します。1学期の調理活 動では子どもの気が散らないよう に保護者は参加せず、保育者が包丁 の持ち方や切り方を丁寧に指導。ほ かの子どもが包丁を持つときは決 して話しかけてはいけないと教え るため、包丁を使う場面ではふだん とは打って変わって教室がしんと 静まります。



風組(5歳児)担任

末永陽子先生

2字期になると包丁の扱いにも 慣れてくるため、保護者も調理活動 に参加。誕生月の子どもの保護者の ほか、数人の希望者が保育者ととも に活動をサポートします。

活動の見通しをもち 自分で考えて調理する

活動の冒頭では、保育者が子ども たちに調理の流れを話します。やや 長めの説明ですが、子どもたちは しっかりと聞けば活動の見通しを もてることを理解しており、集中し て耳を傾けます。

「3歳のころから、最初に全体像を伝えて活動に入る指導を徹底しています。そうすることで、途中でつまずいても投げ出さず、何を解決すれば活動に戻れるのか、ポイントを絞って考える力が育ちます」と、園長先生は話します。

例えば、お好み焼きを作る活動では卵を割る作業がありましたが、これまでに経験したことがなく、作業の手が止まる子どももいました。それでも、友だちの様子を見たり、保護者に聞いたり、自分なりに解決策を見つけて、混乱することなく作業に戻っていました。

調理活動では、子どもたちが畑で 栽培したものや、近隣の農家で作ら れた旬の食材を使います。お好み焼 きの小麦粉は近隣の農家で栽培さ れたもので、保育者も麦踏みを体験 しました。麦踏みとは、麦の芽を踏 むことによってより強く生長させ る、麦栽培の作業の一過程です。

「実は、ここにある小麦粉はみん なが年中さんのとき、先生が踏んで 育てたんだよ

保育者がそう話すと、子どもたち は興味深そうに小麦粉を見つめ始 めました。園長先生は、次のように



初めて卵を割る子どももいたが、友だちと 協力しながら難なく作業を進める。



示を聞きながら活動をサポート。

埋をみんなで べる楽しさ7 食への意欲を める。

自分の生地に入れる桜エビの量などを自分で決め られるので、意欲もアップ。

述べます。

「保育者自身が活動に対して思い 入れをもつことが大事。その気持 ちは自然と子どもたちに伝わりま す。保育者に麦踏みなどを体験して もらうのは、そのような考えからで す

こうした活動を通して、子どもは どのように成長するのでしょうか。 多くの保護者が、「家で手伝いをし たいと言うようになった」と、口を そろえます。実際に、包丁などを 使って手伝いをさせる家庭も少な くないそうです。子どもが調理や食 材に興味を示し、食べることへの意 欲が高まったというのも、多くの保 護者に共通する感想です。さらに末 永先生は次のように喜びます。

各グループにひとりの保護者がついて、保育者の指

「生産者や、手伝ってくれる先生や保護者への感謝の言葉をたびたび耳にします。それから、みんなで料理をして友だちの誕生日を祝おうという気持ちも育っており、誕生会の日には家からお花をもってくる子どももたくさんいるんです」

園での多様な活動は、食への興味 や「心」の成長を支えながら、生き る力を着実にはぐくんでいます。

風の谷幼稚園



○周囲の自然環境と一体化した施設が特徴。森や谷のある広場が遊び場となっている。全天候型の中庭やコンサート用舞台なども備え、多彩な活動を展開。

園長 天野優子先生

所在地 〒215-0023

神奈川県川崎市麻生区片平1510番

園児数 176名(3歳~5歳児)