

保育園における食育のあり方に関する考察

菊地 恵子

(船堀中央保育園・淑徳大学)

1. 食育への関心の高まり

保育現場における食育への関心は年々高まっている。本園において独自に実施した「子どもの食育に関する意識調査アンケート」によると、食育を開始する時期について、関東近辺 131 名の保育関係者のうち、95%に上る 124 名が「乳幼児期」(うち 81%が「乳児期」)と回答している。本園では、食育について「食べもの・食行動・食事・食環境」など、食の全般に関する「関心と知識を育てること」と位置づけ、長年にわたりさまざまな食育活動をつづけてきた。本稿では、それらの取り組みについて紹介するとともに、保護者および保育者に対して実施した二つのアンケート結果を踏まえ、本園のような都市型保育園における食育のあり方について提案したい。

2. 日常の保育に位置づけられる食育活動

本園では、特に日常の保育活動における食育の位置づけを重視している。日々の食事については、シェフと栄養士を中心とした専門職員によって、旬の食材を中心とした献立づくりから調理までが行われ、家庭的な雰囲気重視したレストラン形式によって、園児も保育士もシェフや調理職員も、みんないっしょに楽しめる環境づくりを工夫している。保育士と調理職員との間の垣根は低く、保育士は自主的に調理の仕事を手伝うことで、自身の食に関する知識の向上に努めている。また、週 1 回程度の割合で行っているクッキングについても、シェフを中心に旬の食材をとりあげ、乳児はそら豆のさやむきなど素材に直に触れて五感を刺激する活動を中心に、幼児は包丁をつかって野菜を切る作業を含め、調理全般にわたる活動に取り組んでいる。O157 問題により、今なお公立園をはじめとした多くの園がクッキング活動を見合わせるなか、本園では保育士と調理職員との連携によって衛生面の課題を克服し、日常の活動における取り組みを可能としている。

これ以外にも、保護者の理解・協力や親子のふれあいを目的として週末に開催される親子クッキングや鮭狩りハイクなど、定期的なイベント活動にも力を注いでいる。シェフが指導にあたるなど、楽しんで参加できる内容に保護者の出席率も高く、親と緊密にふれあえる機会を園児も心待ちにしている。鮭狩りハイクで

園児たちが持ち帰った鮭は、シェフがみんなの見ている前でさばき、年長児が切った野菜を腹に詰め、保育士が園庭におこした炭火の上でチャンチャン焼きにした。あつあつの焼きあがりにはランチタイムにふるまわれ、普段野菜嫌いの園児も生き生きとした表情で食卓を囲んだ。

これら日々の保育における食育への取り組みは、前述のように保育士と調理職員との緊密な関係と連携のうえに初めて成り立つものといえる。

3. 保護者および保育者の思い

当園の保護者を対象に実施した、「食についてのアンケート」(2003 年 6 月実施、有効回答数 24)によると、子どもが好んで食べるメニューの上位 3 位はカレーライス、からあげ、ハンバーグであり、その反面、子どもに食べさせたいメニューに関しては、88%の保護者が青菜や根菜などの野菜類および豆類を中心としたメニューを回答した。また、食育についてどのように考えているか、という質問に対しては、「食べることの楽しさを伝えたい」「食べ物の大切さを伝えたい」「食事のマナーやコミュニケーションについて教えたい」「好き嫌いをなく食べられるようにしたい」といった回答に加え、「人間が生きていく中で最も重要なもの」「人格形成に大きく影響を与えるもの」といった回答や、「総合的な食文化を伝えたい」「米がどのようにできるか、野菜や牛や豚や鶏がどのように育てられるかを伝えたい」といった回答が見られた。

これらの結果から、保護者全般に共通する食に対する関心や、偏食のない子どもを育てたいという思いが認められた反面、余裕のない家庭の食事時間のなかでは、簡単につくることができて、子どもが好んで食べるようなお決まりの食事しか与えられない、といった課題も明らかとなった。

つづいて、冒頭で述べた「子どもの食育に関する意識調査アンケート」(2003 年 6 月実施、有効回答数 131)によると、「食育に関心がある」という回答は全体の 95%に上った。前述の結果も併せて、保育園における食育への関心の高まりを示しているが、これに反して、園での取り組みを阻む障壁も存在する。第一位は、前にも述べた「O157 問題に伴う衛生面の課題」、つづい

て「保護者の理解・関心不足」、「カリキュラムの不備・日常の保育における位置づけの問題」等が挙げられた。この結果は、保育者の関心および期待の大きさに反して、現場における食育の現状は不十分であり、これを解決するための具体的な方法論が不足していることを示している。

その一方で、今後取り組みたい食育活動として大部分の保育者に共通するものに「土に触れる」活動が挙げられる。これは、畑づくりに始まり、種まき、栽培、収穫、調理まで含めた形での総合的な「農業体験」を指し、その主目的は、食への主体的な取り組み、すなわち、子どもたちに「自分で育てたものを収穫して食べる喜び」を味わう機会を与えることであるといえる。

4. 保育園に畑をつくる

先行研究¹⁾は、『子どもは食材に対して「思い入れ」を持つことにより、その食材に対しての食べる意欲が高まる』とし、このことが、『今後保育所の子どもの偏食傾向の問題に対する取り組みにおいて、一つの方法論を提示することになる』と述べている。上述の二つのアンケート結果も踏まえて、野菜という食材に対する「思い入れ」と「食べる意欲」を育てるためには、土づくりや種播きから始まる野菜の栽培をひととおり体験することが重要と考えられる。

また、保育士や調理職員の思いも要点となる。「子どもに本物を見せたい」、「日常的に土に触れる機会を与えたい」といった思いや、「残飯が堆肥になり、土を肥やし、作物を育てる、いわば食の循環を伝えたい」という思いなど、職員の情熱を上手に汲みあげて活動へ繋げてゆくことが重要と考えられる。

これらを受けて、本園では2003年9月より園児と一緒に園庭の一角を掘り起こし、畑づくりと栽培の活動を開始した。以下にその実践を報告する。

5. 畑をつくる～種播き～育ちを見守る

植物の成長を左右する環境条件のうち、もっとも重要と考えられるのは光・水・土の3点であり、畑の用地の選定においては、日当たり、水はけおよび土質に特に留意した。日当たりに関しては、建物の影にならないよう場所を園舎の南側に設定した。水はけおよび土質に関しては、元の園庭の土がレキの混じった粘質壤土で腐植質の含有量が少ないため、水はけがあまりよくないうえ土壌養分が不足気味であることを考慮し、用地の全体を耕して完熟堆肥を混ぜこむこととした。また、栽培品種については、園児たちの希望をもとに、

病気や害虫に強く耐寒性のあるイチゴ、そら豆、ほうれん草、ラディッシュ、小松菜、春菊の6種を選定した。

畑づくりは保育士、調理職員および年長児を中心に行われた。まず、固い園庭の土をシャベルで50cmの深さに掘り起こし、石や鉄くず、ビニールなどを取り除いた。ついで、掘り上げた土をふるいにかけて完熟堆肥と混合し、取り除いた小石を底に敷くかたちで埋め戻した。この際、畑のきわに長さ50cmの木製の柵を埋めこんで15cmの高さの土留めとした。この状態で晴雨2週間、土を寝かせ、落ちついてかさの減った分、土を補充して畝を立てた。

種播きは晴天を選び、年長児を中心に園児たちが行った。まず、ジョウロで十分に灌水して土を湿らせ、いろいろな種を集めて子どもたちに見せながら、保育士が植物の育ちについて説明した。ついで、種の播きかた、土のかけかた、押さえかたを実演指導したのちに、ひとりひとりが好きな種と場所を選んで種播きをした。イチゴの苗の定植に関しては、以前にハーブの定植を経験した園児が他の園児たちに指導した。最後に、それぞれの場所に立札を立て、世話の仕方を説明した。

種播きから一週間後、発芽が確認されたのち、同様に園児たちを集めて、ジョウロでの水のやりかたを実演指導した。晴天つづきで土が乾いていたら水やりをすることを約束し、あとは基本的に園児たちにまかせることにした。草取りや間引きなど、必要に応じて保育士が指導にあたりながらも、自身が育てているという実感を引き出すよう工夫をつづけている。

6. 今後の活動について

食育はしばしば、生きる力もしくは自立の基礎と位置づけられるが、なかでも、生きるために必要な食べ物を自分の力でつくる経験はこの原点にあたるものであり、生きる糧そのものとも捉えうる。生長の過程に伴う子どもたちの反応を注意深く観察・記録しながら、適切な指導法および栽培法を検討し、保育園における栽培活動の方法論の確立に努めたい。また、これと併行して、調理室から出る残飯の堆肥化やクッキングとの連携等、日常の保育活動にさまざまな関連づけられた総合的な食育活動のカリキュラムづくりを進めたい。

¹⁾ 爾寛明 (2003) 「幼児の「食」の意識についての研究」
日本保育学会第56回大会発表論文集, 210-211