

研修名 食育・アレルギー対応

令和元年7月24日(水)9:45~12:15

講演 「食生活指導及び食を通じた保護者への支援」
「第三次食育推進基本計画」

講師 国立大学法人上越教育大学大学院 野口 孝則 氏

1 講演要旨

1) 入所している子どもの保護者への支援

保護者…子どもに早く大人のように食べられるようになってほしいという願望が強く、食育に対していそぎがち。

→保育士は専門職として発達・発育・能力に合わせたアプローチをしていく必要がある。(子どもたちに食に対する興味をそそり、食欲をわかせる)

① 保護者の「食」への関心を高める

食育を受けている世代→「食」に対して興味がある人とない人の両極端・連絡帳…個別対応ができる。保護者のサポートや子どものスモールステップについて書くようにする。

「園では食べている」→子どもへの声掛けなどを保護者に伝える。

・献立表・食事だより…園の様子や子どもの様子を伝える。子どもの成長や変化を細かく書く。他学年の保護者にも伝えることができる。

② 保護者が家庭の食事を見直すきっかけになる

子どもと一緒に食べるようにする。

…子どもの様子を見届ける、子どもの好き嫌いなどがわかる。

「心をこめた食事をつくろうとする姿勢」がうまれる。

⇒子どもの食欲は「心と身体健康のバロメーター」

2) 「第三次食育推進基本計画」～保育所における食育の取り組みの推進 楽しく食に関する体験ができるようにする

…日々の給食とおやつの際にどんな声掛けを行うか

異文化、多文化、貧困などそれぞれの家庭に応じた接し方が必要

2 感想

講演を通して食事は家庭との連携が必要であるということがわかった。食育を受けてきた世代が保護者になってきているからこそ、知っているけれどやらないということが多いのではないかなと思った。また、食育に対していそぎすぎているのはとても共感ができた。行儀よく座って食べなければならなかったり、残さないことや、朝ごはんをしっかり食べてくることなど強いるのではなく、子ども一人ひとりの発達に応じた援助をしていく必要があるなと感じた。

子どもと食事を作ると余計に時間がかかる、子どもの食事にいちいちついていられないなどという保護者が多いと思うが、そのひとつひとつが子どもの食育にとって大切なことであるということがわかった。そうすることで好き嫌いが減ったり、「心のこもった食事」であるということを実感したりできるのではないかなと思った。

保育者の役割として、そういったことを連絡帳や食育だよりなどで、保護者につたえていくことが必要であると思った。子どもにどのような声掛けを行えば食べてくれるようになるのか、どんな食事の仕方がよいのかなどを知らせていくことで、食育に興味のなかった保護者も食を見直すきっかけになるのではないかなと思った。

(記録：和東町立和東保育園 中西 愛)