研修名　食育研修２（保育課程）

平成２７年１０月２９日（木）１３：３０～１６：００

講　演　「食育を保育課程にどう位置づけるか

～ ５領域と食育 ～」

講　師　布施　仁　氏

１　講演要旨

１）食育とは･･･

・食育には定義はない

・「生きる上での基本であって、知育、徳育、及び体育の基礎となるべきもの」「様々な経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践する事が出来る人間を育てること」　（食育基本法）

・「乳幼児の食育は、楽しく食べる子どもに成長していくことを期待しつつ、お腹がすくリズムの持てる子ども、食べたいもの、好きなものが増える子ども、一緒に食べたい人がいる子ども、食事作り、準備に関わる子ども、食べるものを話題にする子どもの実現などを目指して行う。」　（保育所保育指針「食育の推進」）

食育のねらい　＝　保育の内容の５領域のねらい

「食を営む力」を育てる　「生きる力の基礎」である心情･意欲･態度を育む

繋がっている

食育に取り組み為のポイント

①「味覚」「五感を豊かにする」ということを体験する

②噛む力、咀嚼力を必要とする

③健康状態がわかる（例：排便がきちんとできる）

④生活リズムが整う（例：お腹がすいた感覚を感じられるか、お腹すいたなご飯食べたいなと思えるか）

⑤みんなで食べる

⑥作物を育てる、世話をする

２）実際に保育現場で実践された活動と、どう５領域と繋がっているかを紹介してもらった

「そら豆・きぬさや」の収穫

・収穫（自分から環境に関わる－環境）

・はさみを使っての収穫（手先の器用さ、握力が必要になる－健康）

・はさみが使えない子に年上の子が取ってあげる姿が見られた（人間関係）

・そら豆の皮の中がふかふかの綿のようになっていることを手で触り実感できた（環境）

・絵本『そらまめくんのベット』のイメージとつなげる事ができ、劇遊びでの自分なりの表現に活かされ、子ども達から「やわらかい、きもちいい」など具体的な台詞が出てきた。衣装や小道具作りにも活かされた。（表現・言葉）
・絵を描いたときには、皮の表面にある細かいひげや膨らみを伝えようと描いている子も見られた。（表現）
・土・日光・水やりなど世話をするうちに興味や関心が広がっていく。（環境）

「筍」掘り
・実際に収穫できる筍が土から顔を出している所を見る。生長したら竹になることを学ぶ。（環境）
・筍掘りの体験が、わらべうた「たけのこ　め　だした」や詩の朗読「たけのこ　ぐん！」（武鹿悦子）の活動へスムーズに移行できた。（表現・言葉）
・子ども達が調理したり、給食で頂いたり、たけのこごはんや筑前煮にして数日に分けて味わった。（クッキングでは手先の器用さが必要になったり、食事のメニューを考えたりする－健康、共同作業をして周りの人に食べてもらう－人間関係）
・筍はすぐ食べられないので、次の日食べるのを楽しみに期待していた。園生活での喜びを感じる機会になった。

作物の収穫やクッキングをただ行っているだけでは、子どもには伝わらない。５領域と関連させて、五感に訴えて、初めて子どものイメージに繋がるので、保育の内容がぶつ切りにならないように関連させる配慮も必要である。
子どもの反応・様子を把握し、無理なく広がっていける展開がより子どもの自発的行動や活動へ繋がっている。
土作りから始まり、植え付け、世話、生長を見る、収穫を期待する、収穫、料理、自分が食べる、他人に食べてもらう（分かちあう）といった一連の流れを体験できるように保育者は心がける必要がある。

３）食育の活動は５領域全てを盛り込んだ保育の内容として実践できる「総合保育」である。
保育者は、自発性・自主性を促す遊びと活動を子ども視点で展開していくことと、乳幼児の年齢に合わせて内容をアレンジする必要性がある。

２　感想

久世保育園の園庭には実のなる木がいくつかあり、自分で収穫した実をその場で食べたり、ハチミツや氷砂糖などでつけてジュースにして飲んだりする体験や、夏野菜を植え、収穫する体験、サツマイモの苗を植えて収穫し焼き芋にして食べる体験など様々な食体験を子どもと一緒に実践しています。実践していく中で、絵画などの表現につなげていくことはありましたが、食に対する興味や関心、５感を使った食との関わりといったことに重点を置いて実践していることが多かったように思います。

今回の研修で、食育の活動は５領域と密接に関係している活動だということを再認識し、土作りから、植え付け、世話、生長を見る、収穫を期待する、収穫、料理、自分が食べる、他人に食べてもらう（分かちあう）といった一連の流れの中で、配慮すべき点や５領域と関係づけて計画していく点、遊びの展開の仕方がまだまだあるなと感じました。

具体的な実践報告を聞かせていただき、とてもわかりやすく、園でもこんな風にしていきたいなと考えるヒントを頂けた研修でした。食に関する活動が多い園だからこそ、５領域と関係づけ、より良い保育計画、実践にしていきたいと思いました。

（記録　久世保育園　山田圭子　北水美紀）