

研修名 全体研修 食育

平成29年12月15日(金) 16:30~17:00

講演「食生活指導及び食を通した保護者の支援」

講師 Graine 伴 亜紀 氏

1 講演要旨

1) 京都は季節と行事・食事が当たり前のようにつながっています
～保育現場から家庭へ子どもから大人へ～

① 日本の伝統的な食べ物として

ごま…日本で貴重なものとして栽培された作物で、ごま油の開発や普及が図られごま豆腐やごま和えも開発されたとされています。ごま油を煉るには力をいれて。

茶碗蒸し…卓袱料理が生まれ献立の一つであったのが茶碗蒸しとされている。

小豆…五穀の一つとして日本でも弥生時代から栽培されていたとされる小豆。小豆は日本の生活文化に欠かせない大切な穀物であり、独特の食文化をつくってきた穀物の一つです。

赤飯…民間で食べられるようになってからは、身近な祝い事の行事に食べられるようになる。

2) 保育所からの発信

～食を通じた乳幼児の健全育成を支えよう！保育所、家庭、地域とともに～

① 食べることを通して

遊ぶこと、人とのかかわり、自然とのかかわり、食事とのかかわり、食文化との出会いで様々な事柄への興味、関心を引き出す事を大切にしています。保育所は自信を持ってこれからも丁寧な保育に努めていくことが大切です。

2 感想

今回の研修で食べることを通して子どもたち、そして私たちに大切なことがたくさん繋がっていることがよくわかりました。

おいしく食べることは「生きる力」の基礎を培います。食べることをただあたりまえだと思わないで季節、行事を楽しみながら食べたり、食文化の出会いに興味をもったりしながら食べることを大切にしていこうと思いました。

これから大きく成長をしていく子どもたちに食事の楽しさを気づいてもらうために私たち保育者は保護者の方、地域の方と協力しあい、助け合っ子どもたち一人ひとりを大切に育てていかなければならないと思いました。

(記録者 宇治市ひいらぎこども園 田村久美子)