

# 「教育・保育」と「調理」の連携で、 食への関心がぐんと高まる

広大な園の敷地の中に竹林や畑のある環境を生かし、コロナ禍の制約が多い中でも、子どもの関心をひく工夫を凝らした活動をおこなっている事例です。



天井が高く、広々したランチルーム。目の前には調理室、奥の窓ガラスの向こうには四季が感じられる野山が広がっています。

## 遊び場の隣に畑があり 保育の中で作物を観察

社会福祉法人愛信芳主会 さゆりの丘学園は、来年で開園70周年を迎える由井さゆり学園、同じみなみ野地区にある、みなみ野さゆり学園に次いで、三番目に開園した園です。自然豊かな里山の中につくられた、約20000㎡という広大な敷地の園。子どもたちが自然にふれながら、安全に遊びを創造できる空間が広がっています。園の敷地内ではたけのこ掘りや栗拾いができるだけでなく、畑作りに詳しい職員が中心となり、全職員一丸となって土壌作りから始めた畑では、なすや枝豆などの夏野菜、さつまいも・大根などが育てられています。

「食事の前に、クラスの担任が毎日献立と食材の説明をしています。そのとき、旬の畑の作物と連動させて話をしてもらうこともあ

## 東京都八王子市 社会福祉法人愛信芳主会 幼保連携型認定こども園 さゆりの丘学園

園長：塚本一慶  
〒192-0915

東京都八王子市宇津貫町945  
TEL：042-638-0300

HP：<https://aishinhoushukai.jp/sayurinookahoikuen/>

ります。たとえば、実際の大根を見せて「これ、なーんだ？」と聞いてみたり、なぜ今の時季がおいしいのかを話したり。「来月の献立に出るから覚えておいてね」と事前に説明することもあります」と話すのは、2012年の保育園としての開園以来、栄養士を務めている伊藤三穂子先生。

園内の畑は遊び場と隣接しているため、畑の作物の説明があることで、保育中に畑を見に行くなど、保育と調理の現場が連携しやすくなります。「いちよう組さんがなすを育てているらしいよ」などというとき、別のクラスの子どもたちも興味をもって畑を観察するようになります。





園の竹林や畑では作物が立派に生長し、同法人の由井さゆり学園・みなみ野さゆり学園の子どもたちも一緒に収穫を楽しみます。



玄関を入ったところにあるモニターで、毎日食事の内容・保育の様子を映し出しています。



食事の前に、保育者がその日の献立に使われている食材を説明。ボードに貼りながら説明することで、子どもたちが食材にも興味をもちます。

### 保育と調理の連携は コミュニケーションが必須

このような教育・保育と調理の現場が連携するために、保育教諭と栄養士が密にコミュニケーションをとることを心がけています。主任の川口真弓先生は、「たとえば旬の話をするとしたら、『こういうことを子どもたちに伝えたいんだけど、どう思う?』と栄養士から相談を受けることもありますし、逆に私たちのほうから『畑の作物がどんどん大きくなってきていますが、どう子どもたちに話をしたらいいですか?』と相談する



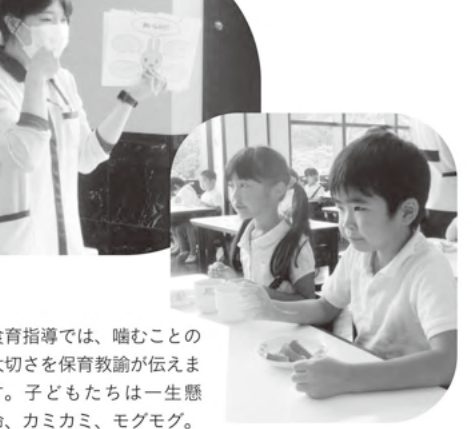
三園の栄養士が集まり、話し合いをして連携をとります。

こともあります。このような関係ができていくことで、保育と調理の現場の連携がうまくいくと感じています」と話します。

コロナ禍以前は全体で話す「給食会議」を設けていましたが、感染予防の対応で時間をとりづらくなったため、現在は月1回、伊藤先生と各クラスの保育教諭が、献立表と照らし合わせて打ち合わせをしています。

「0歳児と5歳児では、食事の内容も量もまったく違います。全体で会議をするより、クラスごとで話すほうが細かく意見を聞け、食事提供や食育活動に、的確に伝えることができるようになりました」と(伊藤先生)。

### 年間食育計画で大切に 行事食・マナー・咀嚼力



食育指導では、噛むことの大切さを保育教諭が伝えます。子どもたちは一生懸命、カミカミ、モグモグ。

たとえば、行事食であれば、クリスマス献立の丸ごとチキンのイラストを前日に子どもたちに配ることを共有します。このように行事や伝統を伝える際は、当日をワクワクした気持ちで迎えられるよう、工夫を心がけています。

毎月のマナーの指導は基本の計画はあるものの、ときには伊藤先生と保育教諭が相談し、「お茶わんの持ち方がちゃんとできていないね。もう一回教えよう」といったかたちで、クラスの実情をもとに内容を定めることもあります。

このほか、子どもの噛む力をはぐくむ「カミカミデー」も毎月の恒例となっています。以前は様々な食材を使用していましたが、た

|       |  |
|-------|--|
| 全体の目標 | 『食を営む力』の基礎を培う                          |
| 0歳児   | 適切な援助により食に対する意欲をもつ                     |
| 1歳児   | 楽しい雰囲気の中で様々な食材や調理形態に慣れる                |
| 2歳児   | 様々な食材の味を知り、食への興味を高くしていく                |
| 3歳児   | 自分の食べられる適量を知り、食べることを楽しむ                |
| 4歳児   | 食事の準備やあとかたづけなどを身につけ、楽しく食べることで食事の大切さを知る |
| 5歳児   | 食事を楽しみ中で食べものの大切さを知り、感謝の心を育てる           |

| 月   | ねらい                                  | 活動内容                        | マナー                | 年中行事・行事食                |
|-----|--------------------------------------|-----------------------------|--------------------|-------------------------|
| 4   | 給食に慣れ楽しく食べる                          | 保育園の給食に慣れ、友達や保育教諭と一緒に楽しく食べる | 食を知る               | たけのこ堀り                  |
| 5   | 夏野菜を栽培する                             | 野菜の苗植え・栽培を通して植物に関心をもつ       | 食事の姿勢              | こいのぼり給食<br>ピクニックランチ     |
| 6   | 手洗い・うがいをしっかりおこなう歯を大切に                | 手洗い・食後のうがい・歯みがきの大切さを伝える     | 噛むことの大切さ           | みそ作り                    |
| 7・8 | 旬の野菜にふれる                             | 夏野菜の観察・収穫をする                | 食器の並べ方             | 七夕給食・土用の丑・お泊り保育(5歳児)    |
| 9   | 秋の味覚を知る                              | 夏野菜の味覚・伝承行事(十五夜)を知る         | 食器の持ち方             | お彼岸                     |
| 10  | 食べものと体のつながり(栄養バランス)を知る               | 三色栄養素と体のつながりを知る             | 三角食べ<br>ばっかり食べをしない | 十五夜                     |
| 11  | 調理の楽しさを知る                            | 秋の食材にふれ、友達と楽しく調理する          | スプーン・フォーク・はしの持ち方   | さつまいも堀り・七五三・芋煮会         |
| 12  | 楽しく食事をするマナーを知る                       | 正しい姿勢やはしの使い方を改めて伝える         | 食事マナーの見直し①         | クリスマス給食・冬至              |
| 1   | 伝統行事を知る                              | おせち・七草・鏡開きなどの日本の食文化について伝える  | 食器のかたづけ方           | 七草・鏡開き・餅つき              |
| 2   | 決められた時間内に食べ終わる                       | 自分たちで食事時間を考える               | 食事マナーの見直し②         | 節分・餅つき                  |
| 3   | 盛りつけ方や配膳の仕方を考えて楽しく食べ、園での食事が心に残るようにする | バイキング給食・リクエスト給食を楽しく食べる      | みんなで楽しく食べる         | ひな祭り給食・リクエスト給食・お別れバイキング |

さゆりの丘学園の  
人気メニュー

八玉子ラーメン

園で人気ナンバーワンのメニュー。  
しょう油ベースのスープで、刻み玉ねぎが特徴です。



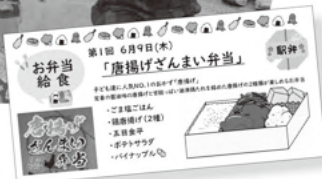
◎材料(子ども4人分)

- 中華めん……………3~4玉
- A 玉ねぎ(みじん切り) ……1/2個
- 油……………大さじ1
- B 鶏ガラスープ(粉末) ……大さじ1
- しょう油……………大さじ2
- 水……………2カップ
- 砂糖……………小さじ1
- オイスターソース… 小さじ1
- みりん……………小さじ1
- わかめ……………適量
- なると……………適量

◎作り方

- ①中華めんをお好みのかたさにゆでる。
- ②鍋にAを入れて弱火で炒め、火が通ったらBを入れて中火で煮込み、沸騰したら火を止める。
- ③器に①②のスープを注いで、わかめ・なるとをトッピングしてできあがり。

外でのお弁当うれしいな!



コロナ禍に実施したお弁当給食。園庭にブルーシートを敷いて、青空の下でピクニック気分です。

食育だよりも、実施予定のお弁当を紹介しています。

たとえば煮干しにはかけらが気管に入って誤嚥ごえんになるといったおそれがあることから、現在は毎月りんごを使用し、おやつおやつの時間に咀嚼そじくの指導をおこなっています。

コロナ禍だからこそ  
楽しい食育のアイデアを

コロナ禍以降、子どもたちが食材にふれるクッキングや食材の下処理の機会、手づかみ食べの機会

がなくなり、食事の際もおしゃべりせず、前を向いて食べるようになりました。そんな制約が多い中でも、子どもたちに食の喜びを知ってもらおうと、2021年度は「ご当地給食」、2022年度は「お弁当給食」に取り組んでいます。「どちらもコロナ禍でお出かけがむずかしいことがもたっています。『ご当地給食』ではその地域に行った気分を味わい、『お

弁当給食』では駅弁や絵本に出てくるお弁当を再現して、旅行気分を楽しんでいます」(伊藤先生)。「今後は、畑をさらに充実させ、すべて畑でとれた作物で食事を作ってみたいんです」と塚本一慶園長。伊藤先生も「畑でとれた大豆でみそ作りをしたい」という目標があります。新たなアイデアや工夫が、子どもたちの食への関心をより深めていくことでしょう。