椙山女学園大学教育学部紀要（*Journal of the School of Education, Sugiyama Jogakuen University*）**7**：237–249（2014）

実践報告（*Report*）

8つの園実践がひびきあった食育活動(1)

――研究の流れと実践 1――

The Food Education Activity that Eight Nursery Practice Affected（1）
– Flow and Practice 1 of the Study –

平松　知子[1)]・宇都宮　美智子[2)]・奥村　紀子[3)]・西川　芳子[4)]
HIRAMATU, Tomoko[1)]　UTUNOMIYA, Michiko[2)]　OKUMURA, Noriko[3)]　NISHIKAWA, Yoshiko[4)]
浅井　克子[5)]・横地　美行[6)]・古谷　桂子[7)]・伊藤　明姫[8)]
ASAI, Katuko[5)]　YOKOCHI, Miyuki[6)]　FURUYA, Keiko[7)]　ITO, Mionhi[8)]
石橋　尚子[9)]
ISHIBASHI, Naoko[9)]

摘　要

本論は，中村区の民間 8 ヶ園が長年培ってきた学習と交流の場を基盤として，園児の食の今日的課題の把握と改善を試みた実践報告である。特長としては，①8 ヶ園全園が年に 2 回，同一食材による共通食育実践期間を設け，保育の中心に食育を位置づけたこと。②保育室と給食室が連携し，給食職員の積極的な保育参画を試みたこと。③親への広報活動を強化し，乳幼児期の食の重要性への理解を促すとともに，簡単レシピの考案と実践を通して連携を深めたこと。以上 3 点があげられよう。これらの実践により，園児と親の食への関心は予想以上に高まり，現在も継続されている。また，保育士と給食職員間の意思の疎通も豊かになり，さらなる食育の可能性と協同性がみえてきている。

キーワード：食育，食生活の課題，共通保育実践，給食室との連携，親との連携

Key words：food education, problem of the eating habits, common practice of the child-care, cooperation with the lunch room, cooperation with parents

1．はじめに

本論で取り上げる実践報告は，2013 年 2 月，名古屋市公会堂で行われた平成 24 年

[1)]けやきの木保育園，[2)]中村保育園，[3)]稲葉地保育園，[4)]並木保育園，[5)]愛厚つみき保育園，[6)]日吉保育園，[7)]柳保育園，[8)]永信保育園，[9)]椙山女学園大学教育学部
椙山女学園大学教育学部紀要　投稿・執筆規程の 2 による査読付き論文（2014 年 1 月 10 日受付；2014 年 1 月 16 日受理）

度愛知県保育研究集会において珠川賞[1]を受賞し，発表公開したものである。発表は研究グループを代表者して，平松が行った。本論はその発表原稿に一部加筆したものである。

本論の実践の場となった名古屋市中村区には，古い歴史のある大規模保育園から，小規模の乳児専門保育園，公立保育園を民営化受託して最近開園した園まで，タイプの異なる民間保育園（12ヶ園）が集まっていて，今回発表の8ヶ園を中心に保育の学習会や交流会が盛んに行われてきた。中でも，給食職員が手作りおやつや給食を持ち寄って開催する試食交流会は好評で，レシピを教え合ったり，各園の工夫を自園に持ち帰って実践したりする共同的学びの気風が培われている。

その長年にわたる交流会の中で，昨今の園児の食に対する不安や問題点を指摘する声や，家庭での食生活を危惧する声がくり返し出された。そして，まず自分たちの足元から「保育園給食を見つめ直してみよう」という共通の思いが生まれ，食育研究グループが立ちあがった。さらに，指導・助言者として石橋を加え，給食室職員や保育士の参加協力を得ながら本研究に着手した。

以上のような背景から，本研究では，園児の食生活に関する気になる姿を出し合うだけに留まらず，「今，保育園給食では何が求められ，何ができるのか」について，8ヶ園共通の保育実践を通して明らかにすることを目的とした。そしてその輪を，家庭と園児の一生にわたる食への意識づけへと広げていきたいと願っている。

2．研究の流れ

この研究の全体像は右のとおりである。（図1参照）

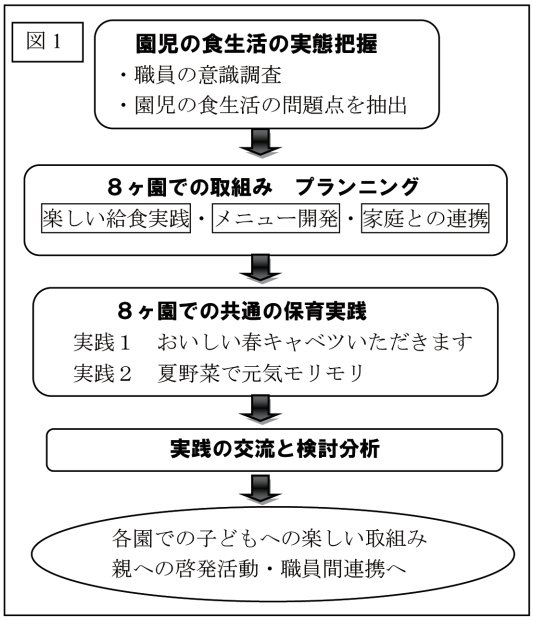


図1．本研究の流れと全体像

3．園児の食生活の実態把握

まず先に述べた研究課題を明らかにするために，区内の民間保育園職員 171 名（保育士 141 人，給食室 21 人，その他 9 人）に園児の食に関する意識調査を実施した（図 2 参照）。調査では，園児や家庭の食生活に関する事項について，気になっているか否かを複数回答で求めた。その結果から，大きく分けて子どもの側面からの問題点とそれをとりまく親たちの大変さの二つが浮き彫りになった（図 3 参照）。

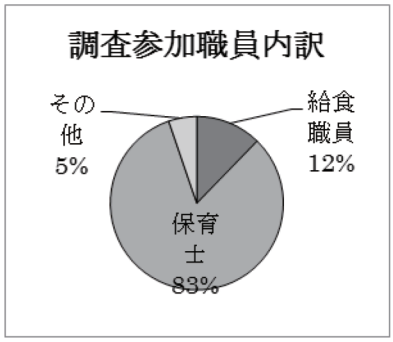


図 2．本研究に参加した職員の内訳

保育園の中で気になる子どもの様子では,「生活リズムの乱れ」や,「マナーの悪さ」「咀嚼力の低下」ならびに「アレルギー症状」が顕著に出された。家庭生活で気になる事項は「朝食抜」「コンビニ・ファーストフード」や「お手軽レトルト」の利用が高いことが保育者として気になっていることがうかがわれた。そのことは，食生活の大部分を占める家庭生活では，「就寝時間が遅い」「帰宅時間が遅い」など親の労働時間の延長などから，親たちの生活の背景と子どもの生活が密接にかかわっていることがわかる。

この意識調査をもとに，交流会のメンバーで検討を進めた結果,

目標 1：もっと子どもたちの食環境を良くしたい

目標 2：大変な生活の中で頑張っている親たちを励ますような実践をしたい

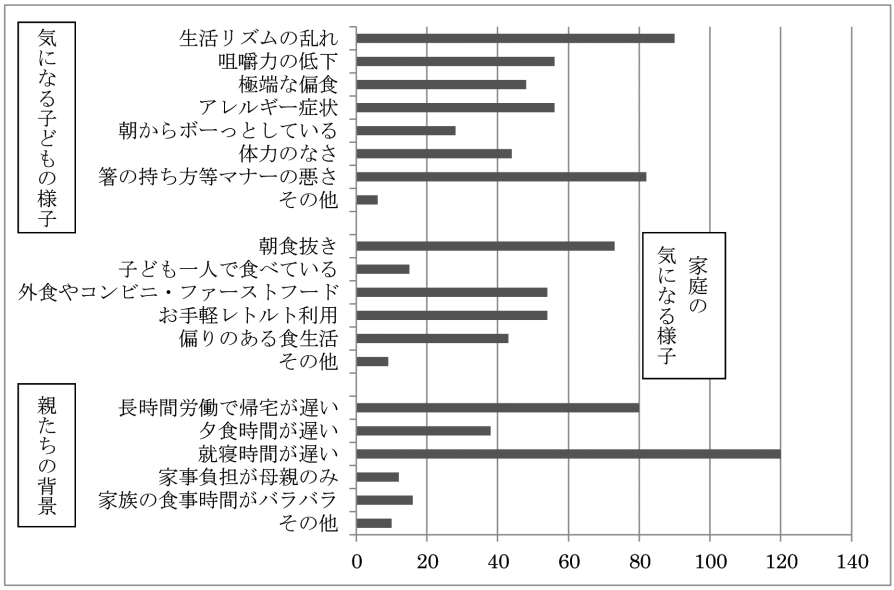


図 3．園児の食生活実態調査結果から見えてきた気になる食の様子

という2点を目標として掲げることとした。そして，その目標を達成するために，以下の3つの柱を立てた。

①楽しい給食実践を通して，食材に触れ食べることへの意欲を高める。

②給食職員のスキルを生かして時短メニュ―の開発をし，忙しく働く親たちを支える。

③食生活で大切にしたいことを広報し，家庭との連携の元で食に関する啓発活動を進める。

上記2つの目標設定と3つの柱立ての下で研究を進めるにあたり，8ヶ園全園で，同一時期に同一食材を使って保育を創る食育実践期間を設け，保育実践の共通化を試みた。このことにより，同一土俵での実践の振り返りと議論が可能となり，8ヶ園全体の保育水準の向上を図ることができた。この共通保育実践は2つあり，実践1では春キャベツを共通食材として，園児の食への関心を高めることを目指した「楽しい給食」実践を展開した。実践2では夏野菜を共通食材として，栄養士が考案した「時短レシピ」を提供することで，家庭と園との情報交換・意見交換の促進並びに食に関する意識の共有化を目指した。実践2については，別稿で紹介する[(2)]。

4．8ヶ園での共通保育実践1―おいしい春キャベツいただきます―

次頁の(1)～(8)に，実践1についての8ヶ園それぞれの実践結果を掲載した。いずれも創意工夫を凝らした保育が展開されている。この春キャベツ実践の取り組みを通して，全園で園児の「食べ物への関心が高まった」「以前より給食を楽しみにするようになった」といった変化が見られ，園児の食への意識を好転させる機会の一つとなったようである。また，給食室と保育室とが連携を強めることで，「『食育』を通して子どもたちに何を気づかせ，何を感じさせたいのか」について，両者で幅広く考えることができた。保育士・栄養士の「評価反省」の欄を参照されたい。

「保育園の集団給食＝友だちと一緒に食べる」という行為は，その言葉だけに留まらない。これまでは「給食」という時間をただ単に日課の区切りとして位置づけ，「提供されるものは残さず食べる」ということをねらいとしてきたが，園児が美味しく，積極的に給食を食べるためには，「食べ物への興味関心」「食べ物にふれあう楽しさ」「給食ができあがるまでの期待感」が重要であり，それらが「食べる喜び」へと導いてくれた。また，園児は給食に携わる実体験を通して認識・知識を広げ，感じたこと・思ったことを話し合って思考を深め，人に対する思いやりまで育んでいった。そしてそこには，保育士のみならず，栄養士・調理員の力添えがあった。普段関わりの少ない栄養士と園児との交流が，両者の食育に対する前向きな姿勢を形成させたことは興味深い。

（1）**野菜嫌い克服！～ぼくも食べれたよ～**　　日吉保育園

≪ねらい≫調理に関わることを通じ、お手伝いすることの楽しさや食べることへの興味を高める。

実施日時　4 月 9 日（月）　対象年齢・人数…5 歳児　24 名

	＜　内　容　＞	＜子どもの様子＞
午前 10:00 栄養士のお話	・春キャベツとは何か、普通のキャベツと何が違うのかを話す。 ・旬とは何か。野菜にはそれぞれ旬があることを知らせる。	・「おいしいキャベツ？」「見た目はあまり変わらない」など口々に言う。 ・旬について「知ってる！おいしい季節があるんだよ」と口にする子もいた。
キャベツをちぎる	・今日の給食に使用することを伝え、みんなでキャベツをちぎる。 ・キャベツには芯があり、固い部分は食べられないことを伝える。	・自分でちぎったキャベツが給食に出ることを知り、うれしそうにしていた。 ・キャベツをちぎると部屋中に匂いが漂い「甘い匂い」などと反応していた。
調理	・春キャベツそのものの味を感じられるように調味料は使用せず、さっとスチームしツナ缶と合わせた。	・給食までの時間、「早く食べたいね」「春キャベツどんな風になってるんだろう」ととても楽しみにしていた。
給食で春キャベツを食べる	・みんなでちぎったキャベツが給食に出てきたことを説明する。 ・子どもたちと会話を楽しみながら一緒に食事をする。	・楽しそうに給食を覗きこんでいた。 **・やはり自分でちぎったという思いが強いので、普段よりも食べが良く、おかわりの分もすぐになくなった。** **・野菜嫌いの子も完食した。**

保育士〔評価反省〕　子どもたちが調理に関わることがあまりないので、とても良い経験になった。普段野菜嫌いで給食の苦手な子が「おいしい」と食べている姿に感動した。また、後日、保護者から「家庭でもキャベツをちぎるお手伝いをしてもらった」という声を聞き、やった甲斐があったと感じることができた。
栄養士〔評価反省〕　旬の野菜の美味しさを感じてほしかったので、今日は調味料を使わない和え物にしたが、野菜嫌いな子も食べてくれたことには驚いた。野菜をちぎったり、調理のお手伝いをしたりする大切さを知ることができた。また、子どもたちとの関わりが増えてよかったと思う。

（2） **いつもと違う春キャベツ**　　けやきの木保育園

≪ねらい≫・旬の食材に興味を持ち“春”を感じる。
・春キャベツに触れ、“春だけの特別なキャベツ”を感じる。

実施日時　4 月 11 日（水）　対象年齢・人数…4 歳児　23 名

	＜　内　容　＞	＜子どもの様子＞
午前 10:30 春キャベツのプレゼント	・３歳児の時から親しんでいる物語の世界のどじょうじいさん（絵本 10 ぴきのかえるシリーズ）から、キャベツのプレゼントが部屋に届く。（何が入っているか見えないようにしておく。）	・「どじょうじいさんからだー」「やったー！」と跳ねて喜ぶ。 ・プレゼントをもってみたり、触ってみたりして想像力を膨らませていた。
キャベツの導入	**・いつもの普通のキャベツと比べながら、「春キャベツは、春だけの特別なキャベツなんだよ」と伝える。** **・２つのキャベツを見比べたり、匂いを嗅いだりする。**	・中身がキャベツだとわかると、「さっちゃん先生（給食担当者）にもっていくー」と言って、「おいいしいものを作ってください」と届けに行く。 ・匂いを嗅ぐと「**春のにおい**」「春キャベツは大きい」と言う子がいた。
クッキング	・キャベツを入れれば完成までのスープを給食室で用意する。 ・グループごとにキャベツをちぎる。 ・スープに入れると色が変わることを知らせたかったため、グループごとにキャベツをスープに入れる。	・ちぎっている時「おいしいにおい」と言う子や、ちぎった形がハート型になり楽しんでいる子がいた。 ・目の前でキャベツの色が変わるのを見て「さっきと色が違う」「緑色になった」と色の変化を楽しんだ。
スープを食べる	・できたてのスープを目の前でよそい、配って食べる。	・「おいしい！」の声がいっぱいでる。 ・体験もあり、とてもよく食べた。 **・「春キャベツはやわらかいんだよ」とお迎えの親に伝えていた。**

保育士〔評価反省〕　物語の世界を取り入れることによって子どもたちの喜び、取り組みへの楽しみ方も違ったように思う。目の前でやることで、いつものキャベツと、色、形の違いがわかり、より子どもたちの中に春キャベツが浸透したと思う。
栄養士〔評価反省〕　物語の世界を取り入れ、キャベツに触れるという風に保育室とのつながりができて、子どもの表情がとても良かった。「いつものキャベツ」「春キャベツ」を比べ、春だけの特別なキャベツを感じてもらえたと思う。

（3）　**畑から保育室へ～先生も楽しんじゃった～**　　並木保育園

≪ねらい≫畑にできている春キャベツを収穫し、触ったり、匂いを嗅いで、旬の野菜を知り、味わってみる。

実施日時　4 月 20 日（金）　　対象年齢・人数…5 歳児　32 名

	＜　内　容　＞	＜子どもの様子＞
午前 10：00 保育士のお話	・キャベツ畑に行く予定が、雨で行けなくなったため、農家の方がキャベツを持ってきてくれたと話す。 ・絵本「ブタやまさんとキャベツ君」を読み、キャベツ畑がどのような様子なのかを知らせる。	・畑で実際にキャベツを収穫できずに残念がっていた。 ・絵本を見て納得していた。
キャベツを観察する	**・収穫したてのキャベツを観察し、普段のキャベツと比べる。** **・キャベツを半分に切って中の様子を見てみる。**	・収穫したてのキャベツが大きいのと、茎がついているのに驚いていた。 ・キャベツの断面を見て、芯が牛やクワガタの角のようだと話す。
キャベツに触れる	・キャベツの葉をめくったり、ちぎったりしながら触り、匂いも嗅いでみる。	・キャベツを触って「くさい」「土の匂いがする」と言う。
キャベツを食べる	**・ちぎったキャベツを洗い、そのまま食べたり、３種類のソースから好きなものを選んでつけて食べたりする。** **・葉の色の変化を見ながら、キャベツをしゃぶしゃぶして食べる。** ・隣の年中組に分けてあげる。	・キャベツが苦手な子も味をつけるとたくさん食べていた。 ・年中児は楽しそうな様子を見ていたので、喜んで食べていた。 ・「スープはおいしいけどお肉が入ってないよ」と言いながら何度もおかわりをした。
おやつで春キャベツを食べる	・おやつとして、春キャベツの芯の部分と外側の葉を使った焼きそばを出す。	・「ソースの味で、キャベツの味がしない」という子がいた。

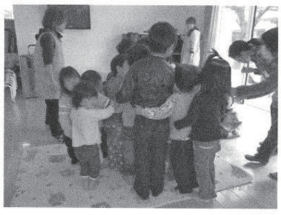
保育士〔評価反省〕　畑からの取れたてのキャベツを見て、子どもたちが「緑の葉っぱと太い茎がついている」「土のにおいがする」と言って驚いていたので貴重な体験ができたと感じた。子どもたちは食べるまでの過程を楽しむと共に、その後食べた新鮮なキャベツがおいしかったようで長時間盛り上がった。その様子を見ることができ、計画できたことがうれしく、一緒に参加した私自身も子どもたち以上に楽しんだ。今後もこのような取り組みをしていきたい。
栄養士〔評価反省〕　普段子どもたちと関わることが少ないが、楽しんでいる様子を見て、今回を機会に関わりを多く持ちたいと思った。「給食おいしかったよ」の言葉をよくかけてくれるようになりうれしい。

（4）**キャベツでゲームあそび**　愛厚つみき保育園

≪ねらい≫・春キャベツを見て、触れる。
・キャベツのゲームなどを通し、異年齢で関わって遊ぶ。

実施日時　3月28日（水）　対象年齢・人数…1~5歳児　24名

	＜内　容＞	＜子どもの様子＞
午前10:30 キャベツを観察する	・半分に切ったサワーキャベツを調理員が持ち入室する。 ・断面を見たり、触ったり、匂いをかいだりと五感を使ってキャベツを感じる。	・「キャベツだー」の声。 ・異年齢グループに分かれ、キャベツに触れて親しむ。 ・「ねぎみたいな匂いがする」「中がくちゃくちゃ」などと口々に言う。
手あそび、歌で楽しむ	・異年齢グループのまま、手あそび「キャベツの中から」「キャベツはキャキャキャ」を楽しむ。 ・「豆まき」の歌の替え歌と振り付けで、みんなで楽しむ。	・キャベツに親しんだ後だったので、いつもよりはりきって手あそびをする姿が見られた。 ・保育士のまねをしながら、すぐに覚えて、繰り返して楽しんでいた。
ゲームあそびをする	**・異年齢ペアになり、ゲーム遊び「キャベツになあれ」を楽しむ。 ・ペアで抱き合ってキャベツになりきる。曲をかけ、曲が終わる間に、次々とペアが手をつなぎながら前のペアに加わり、大きなキャベツをつくっていく。**	**・大きい子がキャベツに加わる時、年下の子を気づかいながら抱き合っていた。 ・徐々人数を増やし大きなキャベツになってくると「大キャベツだー」「もっともっと大きくなれ」の声が聞かれた。**
給食でキャベツを食べる	・ゲーム終了後、そのまま異年齢で給食「キャベツの焼きサラダ」を食べる。 ・調理員が子どもたちに説明する。 ・保護者試食会でアンケートを実施。	・小さい子も「キャベツだねー」と確かめながら、普段苦手とする子もがんばって食べている姿が見られた。



保育士〔評価反省〕　春キャベツを見たり、触れたり、匂いを嗅いでみたりする中で春キャベツへの興味が生まれ、「キャベツになあれ」のゲームへと発展していった。子どもたちは、ルールの説明をしている時からやる気満々で、小さい子を優しくリードしながらも次々と抱き合い、一つの大きなキャベツになりきって遊べた。「ぎゅっぎゅっ！」と言いながら友だちに抱きついて楽しんでいた。

栄養士〔評価反省〕　給食では、小さい子も「キャベツだね～」と確かめながら食べていた姿がほほえましく感じられた。通常のキャベツを準備していなかったので、子どもたちに見比べてもらえなかったのが反省点である。保育室と関わり、給食とつながりをもつ過程が経験できて良かった。また、保護者の試食でさまざまな声が聞かれ参考になった。

（5）

もう給食のおばさんて呼ばれない　　柳保育園

≪ねらい≫・栄養士とふれあい旬の野菜を知り興味を持つ。
・春キャベツをみんなで楽しく食べる。

実施日時　4 月 18 日（水）　　対象年齢・人数…5 歳児　42 名

	＜　内　容　＞	＜子どもの様子＞
午前 11：00 **栄養士からのクイズとお話**	**＜春キャベツクイズ＞** ・「春キャベツはどこにできる？」 ①　土の中　②土の上　③木 ・キャベツの花の写真を見る。 ・「切った時の音や断面は？」 ・子どもたちの前で切って見せる。 ・「キャベツの葉は何枚？」	・①～③それぞれに解答していたが、②が一番多かった。 ・自信を持って答え、楽しんで参加していた。 ・「菜の花みたい」と写真を見て驚いていた。 ・葉の数を知り驚いていた。
キャベツを観察する	・６グループに分かれ、それぞれにザルと春キャベツを配る。 ・グループごとに一人一人がキャベツの感触や匂いを楽しむ。	・葉を口に当てて遊ぶ子がいる。 ・「くさい」「りんごの匂い」など嗅ぎながらに思いのまま表現する。 ・「やわらかい」と感触を楽しんでいた。
キャベツをちぎる	・おやつ作りのお手伝いとして、子どもたちにキャベツを細かくちぎってくれるようお願いする。 ・栄養士が春キャベツの特色を子どもたちに伝える。	・芯は「食べられない」「固い」と保育士や栄養士に手渡す子がいた。 **・栄養士と春キャベツの話をしながらちぎった。** ・「手が濡れた」「花みたいなのがあった」などアピールする子もいた。
おやつで春キャベツを食べる	・おやつで、ちぎった春キャベツを使った「春キャベツの蒸しパン」を食べる。	・「僕がちぎったやつだよ」と得意げに食べた。 ・普段、給食で野菜を食べない子がこのおやつは完食した。

保育士〔評価反省〕　お散歩の際、子どもたちは近所のキャベツ畑を見ているが、栄養士さんのクイズの答えに驚いていた。活動中、春キャベツについての発見も多く興味をもって取り組んでいた。一人一人が栄養士さんと話をしながら楽しんでおり、今後も、関わる機会をもつことで、さらに「食」への関心がもてるようにしていきたい。

栄養士〔評価反省〕　キャベツをちぎっている時の子どもとの会話がおもしろかった。今まで保育室での食育活動を行ってはきたが「給食のおばさん」「給食を作ってくれる人」としか呼ばれなかった。しかし、この活動後から名前で呼んでくれるようになったり、いろいろな話をしてくれたりして交流が深まったことに喜びを感じる。今後も子どもたちとたくさんの関わりをもっていきたい。

（6）**「おいしい！」を赤ちゃんに伝えたよ**　永信保育園

≪ねらい≫・春キャベツに触れて、特徴を知り、乳児クラスの子のために調理する喜びを知る。

実施日時　4 月 9 日（月）　　対象年齢・人数…4､5 歳児　25 名

	＜　内　容　＞	＜子どもの様子＞
午前 10:30 クイズをする	・野菜の中身当てクイズをする。 ・新聞紙でキャベツを包み、子ども一人一人が手に持って、手触りや大きさ、重さ、形をヒントに中身を当てる。	・「レタス？」「キャベツ？」と子ども同士で話し合いながら、中身を予想していた。
栄養士のお話	・春キャベツは今が旬で、野菜には旬があることを説明する。 ・子どもたちの前でキャベツを切り、断面を見せる。	・キャベツには、軟らかい部分、固い部分があることを知る。
キャベツをちぎる	・子どもたちに手本を見せながら、キャベツをちぎる手順を説明する。 ・各テーブルでキャベツをちぎる。	**・「ここは固いから赤ちゃんは食べられないね」「やわらかいところをあげよう」などと会話していた。** **・赤ちゃんクラスも食べられるよう細かくちぎる子もいた。**
おやつで春キャベツを食べる	・おやつで、みんなでちぎったキャベツを使った「焼きうどん」を食べる。	・キャベツを探して食べる子がいた。 ・野菜嫌いな子も積極的に食べようとしていた。

保育士〔評価反省〕　調理前の大きなキャベツを手に取ることで、キャベツの特徴を知ったようで、やわらかいところ、固いところがあることがわかり、「この固いところは赤ちゃんはたべられないね」と乳児クラスの子を気遣って細かくちぎっていた。子どもたちの思いやりのある姿が見られてうれしかった。
栄養士〔評価反省〕　子どもたちがおやつ作りのお手伝いに関わる中で、乳児クラスの子に思いをはせて取り組んでいる姿に感動した。また、普段野菜をあまり食べない子も積極的に食べようとする姿が見られてよかった。園だけの取り組みで終わらずに、帰りに親に話して反応を見るなど、親にもつなげていけると良かったと思う。

（7）

給食のお手伝いからごっこ遊びに発展！　　稲葉地保育園

≪ねらい≫旬の野菜の調理に関わることで食べることへの興味を高め、保育士や友だちと楽しく食事をする。

実施日時　4 月 16 日（月）　対象年齢・人数…5 歳児　66 名

	＜　内　容　＞	＜子どもの様子＞
午前 9:50 栄養士のお話	・春キャベツは旬の食材であることを伝える。 **・「今日の給食に使いたいので手伝ってね」と子どもたちにお願いする。**	・多くの子が栄養士の話を集中して聞き興味を持っている。 ・給食に出るということでやる気になっている子が多かった。
キャベツをちぎる	・春キャベツを実際に見て、触って、ちぎってみることにより、観察する。	・キャベツを見て、「色が違う」「大きいのと小さいのがある」などと表現した。 ・「つめたい」「固い」「ふわふわ」「気持ちいい」など、触った時の感じ方はさまざまであった。
自由遊びの時間	・ちぎり終わった子から、園庭で遊ぶ。	**・キャベツを口に当てて「おじいさんのひげ～」と言って遊ぶ子や落ち葉をキャベツに見立ててままごと遊びをしている姿が見られた。** **・キャベツのくずと砂でごちそう作りをしていた。** ・家庭で食べているものをそのまま遊びに再現されていた。
給食で春キャベツを食べる	・給食のメニュー「春キャベツのソテー」を食べる。	・給食の時間を心待ちにしていた子が多かった。 ・「おいしい」と喜んで食べていた。 ・普段野菜が苦手な子が進んで食べていた。
午後 3:15 帰りの活動にて	・担任と今日一日を振り返る。 ・「キャベツの中から」の手あそびをする。	・調理に加わったことがおもしろかったようで「楽しかった」「家でもやってみる」との声が聞かれた。 ・キャベツのイメージがはっきりしたのか、いつも以上に手あそびが盛り上がった。

保育士〔評価反省〕　給食のお手伝いが食への関心をますます引き出し、食べる意欲につながった。その体験が遊びにも発展し、草木の葉をキャベツに見立ててままごと遊びをしたり、くずのキャベツを砂と一緒に料理して「キャベツがおいしいですよ－」と言いながらお店屋さんごっこをしたりと、さまざまな姿に膨らむことが興味深くおもしろかった。今後も意識してこのような活動を展開していきたい。
栄養士〔評価反省〕　調理に関わることで、子どもたちが季節や旬の食材を知ることができた。給食ができるまでを楽しみにしている姿を見て、作る側としてもより気持ちを込めることができた。子どもたちと一緒に調理体験を行う機会を増やし、より一層食材や給食に親しみをもってもらえるようにしていきたい。

（8）

キャベツ博士になっちゃった！　　中村保育園

≪ねらい≫・春キャベツそのものの姿に触れ特徴を知る。
・色、匂い、形など、ほかの食物と見比べながら発見する。

実施日時　4月9日（月）～4月25日（木）　対象年齢・人数5歳児　22~57名

	＜内　容＞	＜子どもの様子＞
4月9日 午前11:00 キャベツの導入	・絵本を見る。キャベツの葉の重なりの様子を知る。 ・畑から引き上げた根の付いたキャベツを見る。 ・観察後、キャベツをそのまま保育室に置いておく。	・見立てのおもしろさを楽しむ。 ・実物の直に感じる喜びに「すげえ－」「でかい」と言ったり驚いたりする子がいる。 ・触ったり、葉をめくって「重たい」「ざらざらしている」「ドロの匂いだ」などと思いのまま言う子がいた。
4月12日 キャベツを観察する	**・数日観察する。** 畑から引き上げてから、葉の弾力や色の変化について、子どもたちに気づかせる。	・「緑から黄色になった」「茶色の所もある」「ヘナヘナしてきた」などと気づいたことを話す。 ・「枯れ葉と同じだよ」という声があがる。「落ち葉は色が変わって茶色になる」「秋になったらね」「腐ったら食べれんよ」などと発言する子もいる。
図鑑で調べる	・どこまでめくって食べられるのか質問する。 **・葉の重なりが花びらと同等として捉え、ラナンキュラスの花と比べるため図鑑で調べる。**	・「全部葉っぱだよ」「これめくりたい」と言う。 **・「ラナンキュラスの花びらは１５０枚あるんだよ」と言い、図鑑で調べる。**
4月17日 キャベツをめくる	**・一枚ずつはがし、その葉を観察する。** **・色、大きさ、弾力などを見比べる。** **・何枚か数える。**	・外葉が大きくはがれやすい、ポキッと音がすることを得意げに言う子がいる。 ・根元にあるミニキャベツを発見し面白がる。 ・「まだある？」「大きいのがほしかった」「これも葉っぱ？」と不安や不満をもらしていた。 ・縮まった葉も全て広げ、全部数えた。
クイズをする	・匂いで野菜を当てるクイズをする。	・ピーマン、りんご、ねぎは早々とわかった。 ・当たると「やっぱりね」と得意げな様子の子や、「わからん、もう一回」という子など様々な反応を見せた。
給食で春キャベツを食べる	・給食メニュー「キャベツのスープ煮」を食べる。	・「キャベツが入っている」と食材を指しながら食べた。 ・食にまつわる話題で友だちと共感しながら楽しそうに食べていた。

保育士〔評価反省〕　時間をかけることにより、一人ひとりの気づきを反映して観察を深めることができた。「もっと知りたい」「試したい」という自発的な生き生きとした取り組みから春キャベツを積極的に知ることができた。みんなが博士のようになり、実際に食べた時、今までの体験が融合しておいしさを知るようになったと感じた。
栄養士〔評価反省〕　「食」につなげるため、保育での体験と給食の献立日を一致させたので、子どもたちはとても興味を持って食べていた。保護者に向けて、旬の野菜の栄養価や調理法を給食だよりなどで知らせればよかった。

春キャベツ実践における気づきには，下記のようなことが挙げられる。

野菜嫌いの子が、食べてみようとしたり、積極的に食べたりする姿が見られて感心した。自ら野菜にふれ親しむことが食べる意欲につながるということに気づかされた。

キャベツのゲームあそびを通して、異年齢での関わりがもて、キャベツに対する愛着がわいた。

導入を工夫することにより、子どもたちの興味をひき、キャベツに対する抵抗が少なくなったばかりか、より大きな関心になった。

小さい子でも食べやすいようにと、子どもたちがキャベツを小さくちぎっている姿から、調理にたずさわることによって食べる人に対する思いやりが育まれたと感じた。

実践の取り組み後に、キャベツの手あそびを楽しんだり、キャベツを連想してごっこ遊びをしたりし、キャベツのイメージをしっかり捉え、普段の遊びにまで発展していった。

普段あまり交流のない栄養士が保育室に入り、子どもたちと関わることで、栄養士を身近に感じたり、給食を楽しみにしたりする様子がみられるようになった。

キャベツを知ること、食物についてみんなで考える良い機会になった。キャベツそのものをいろいろな方向から知ろうとする姿勢や、考える姿が徐々に深まっていった。

そして，私たちは園内のみならず，家庭に向けた食のサポートをしていくべく次の実践 2 へと研究を進めた。

■注

⑴珠川賞は，故珠川善子氏（初代名古屋市保母会長・元名古屋市立保育短期大学長）から愛知県社会福祉協議会保育士会への寄付金をもとに，保育士会での研究発表に対して研究奨励金が贈呈されるものである。

⑵平松知子・宇都宮美智子・奥村紀子・西川芳子・浅井克子・横地美行・古谷桂子・伊藤明姫・石橋尚子（2014）8 つの園実践がひびきあった食育活動⑵―実践 2 並びに給食室と保育室の連携から見えてきたこと―．椙山女学園大学教育学部紀要，7：(印刷中)．