

こどもの栄養



4

●今月の話題
最近の子どもをめぐる食生活事情 2011

財団法人 **こども未来財団**

食育歳時記

4月

社会福祉法人明照保育園
園長 中島 章裕

初めての給食は「カレーライス」

ご挨拶

みなさん、こんにちは。明照保育園園長の中島章裕と申します。園児(特に卒園児)たちには“隊長”って呼ばれています。

今回、ご縁があって本園の取り組みを連載することになりました。1年間どうぞよろしくお願いいたします。



園庭で子どもたちは
元気に遊んでいます。



スプーンを上手に使って食べる
子どもたち。全部食べられるかな？



「今日もとてもおいしかった！ごちそうさま！」
給食の先生に感謝の気持ちを伝えます。



献立ケースでメニューを紹介
献立を書いたのは子どもたち・・・
おいしかったという気持ちが込められています！



飼っている羊の「ムフラン」の食事は
キャベツの葉っぱ「おいしいでしょ？」



こどもの栄養

24

平成23年4月号 第664号

- ② 食育歳時記 初めての給食は「カレーライス」
中島 章裕 社会福祉法人明照保育園 園長
- ④ 今月の話題 最近の子どもをめぐる食生活事情 2011
藤澤 良知 実践女子大学名誉教授
- ⑪ 情報すくらっぶ かつてない豊かさの中の子育て
大村 直己 食育コーディネーター
- ⑭ 実践レポート 保育園の栄養管理の実際
島田 尚子 長野市保育家庭支援課 係長 (管理栄養士)
- ⑱ 親子の気持ちに応える育児相談 親子いきいきQ&A
泣く子と内緒で別れてはいけないの？
永瀬 春美 篠原学園専門学校こども保育学科
- ⑳ 保護者からのメッセージ 保育園の食育
「給食の外部搬入方式」について考える
普光院 亜紀 保育園を考える親の会 代表
- ㉒ 保育園の食事作り①
大瀧 啓子 元・東十条保育園 (栄養士) 鈴木 ゆかり ふきのとう保育園 (管理栄養士)
- ㉔ 第5回 食育コンテスト
いただきます ごちそうさま 入賞活動発表
- ㉘ 食育イラスト ごはんを食べよう！ イラスト 佐橋 充 隼アトム
- ③⑩ スキムミルククッキング
西田 テル子・増崎 昭子
新潟県栄養士会 長崎県福祉栄養士協議会 障がい部会 栄養士
- ③② こども未来財団からのお知らせ 平成23年度購読料について
- ③③ 4月の献立 献立作成 島田尚子 長野市保育家庭支援課 係長 管理栄養士
- ① ツナのオープン焼き ④ トーフミールの炒め煮
② レバーのケチャップ和え ⑤ 鶏のから揚げ
③ 鮭の西京焼き 離乳食 献立①③からの応用
●献立表調整・写真撮影協力 管理栄養士事務所 D&N サポートシステムズ
- ④⑥ 編集後記・アンケート

初めての給食は「カレーライス」

保護者と手を取り合っただけの子育て

豊橋市の郊外に位置する本園は、「心身ともにたくましく、思いやりのある子ども」を保育目標に、常時250名以上の園児とこれまた常時50名以上の小学校3年生までの児童クラブ（学童保育）の子たちがいて、朝から晩までワイワイ楽しく過ごしています。その上、今年度から児童クラブ内に近隣の小中学校と連携して、不登校の子たちを支援するフリースクールも試みとして始めました。

職員も正規・非正規合わせて50名（！）が一丸となって、300名以上の子どもたちの保育にあたっています。時間給のパートさんも含め非正規職員の割合も、以前と比べて高くなっているのが現状です。でも、職員の中には、卒園児やかつて園児の保護者だったという人も多く、20歳～75歳まで（！）老若男女がバランス良くいる本園は、チームワークの良さゆえの退職率の低さが自慢のひとつとなっています。

本園のモットーは、一人一人の子どもを大切に、保護者の方と手を取り合っただけに子育てを考え、楽しんでいくことです。また、職員一人ひとりが気持ちよく働ける職場づくりもあれこれと工夫しています。

市の委託を受けて、地域交流事業、子育て支援事業、延長保育事業、障がい児保育（実施）事業を行っています。本園のある豊橋市は、温暖な環境に恵まれ農業も盛んで、地産地消を大切にしようと様々な取り組みをしています。本園の給食もまた、豊橋市の指導の下、安全衛生、栄養摂取、調理方法などを通して、子どもの食育推進に取り組んでいます。

お母さんのおはんがいい！

新しく入園した子どもは、生まれて初めてお母さんから離れての生活が始まります。入園前は、保育園での親子ひろばに来て遊んでいても、後ろを振り返れば大好きなお母さんがいたのに、保育室に入っても、園庭にも、トイレに行ってもお母さんはいません。不安がいっぱいで「お母さんがいい！」と泣けちゃう子どもたくさんいます。

進級した継続保育の子でも、保育室や担任が変わることで、心細くなり、泣いている新

人園の子につられて涙がぼろぼろ…。無理ありません。保育者はこれらの子ども一人一人の気持ちを受けとめ、それぞれの好きなものを見つけていきます。

初めての給食では、お家でも好きなメニューのカレーライスを準備します。たいていの子は、「あ、おうちのと一緒だ」と、喜んで食べようとしますが、なかには、「ママのでなきゃ食べない!」と言い張る子もいます。お母さんが大好きなんだなあ、その子の気持ちを受けとめていきます。

それでもさすがに子どもはたくましく、2～3日して保育者やお友だち、保育室にも慣れ、保育園の楽しさが少しずつわかってくると、いっぱい遊んでお腹もすくようで、パクパク食べ始めていきます。おうちでは食べ慣れないものも、みんなの様子を見ながらひとくち食べたたん、「おいしい!」なんてことも。子どもの嗜好は、好き嫌いというより経験によるものがほとんどなので、保育園では、無理をせずに「みんなで食べる楽しさ」を大切にして、四季を通じていろいろな食材に慣れていけたらと思います。

食育計画作成への道 その1

数年前から食育の大切さが叫ばれるようになり、本園でも食育計画作成を試みました。「食を通して、子どもの豊かな成長を育む」計画作成の際、一番の目的は計画を作るのではなく、計画を作っていく過程で子どもを取りまく保護者・保育者・地域がみんなで歩み寄ろうとすることをみんなで話し合いました。

そのために、【職員全体で取り組む】ことと【保護者にも一緒に考えてもらう機会を工夫する】姿勢を、職員の共通理解として持ちました。

さらに、作成のプロセスとして、

- ①まず、いま現在行っている活動の中で、食育の取り組みといえるものをあげてみよう。
- ②食に関する子どもの実態を把握してみよう。
- ③その子どもの姿から、どんな子どもに育ててほしいか、願う子どもの姿を浮かび上がらせてみよう。
- ④その為に、どうすればいいか、今の姿から課題となることや困っていることを出してみよう。
- ⑤課題や困っていることをどのように解決させていけばいいか、考えてみよう。

以上のことを、保育園と家庭の両方で取り組んでみようと思いました。それぞれの年齢ごとに進め、まとめていった結果が本園の「食育計画」となることを願いました。

次回からその様子をお知らせしていきたいと思います。