

初等教育科の学生が開発した食育教材

初等教育科 菅 裕 子

保育所における食育で期待する子ども像は、お腹がすくりズムの持てる子ども、食べ物を話題にする子ども、食べたいもの、好きなものが増える子ども、食事づくり、準備にかかわる子ども、一緒に食べたい人がいる子どもである。

保育士養成のための科目「子どもの食と栄養」において、生きる力の基礎を培う観点（健康、人間関係、表現、環境、言葉）及び、食を営む力の基礎を培う観点（食と健康、食と人間関係、食と文化、いのちの育ちと食、料理と食）から総合的に考え、保育所での食育の推進における教材制作を行った。

学生たちが制作した食育実践のための教材をいくつか紹介する。

1. 食育の経緯

昭和20年代から現在までの食生活は飢餓から飽食へと著しい変化があり、簡便な食を求める一方で生活習慣病の増加と低年齢化、肥満と痩身の増加、栄養の偏り等の問題が多発してきた。また、昭和50年代後半から子どもたちの食生活の乱れが指摘され始めた。食育の必要性が指摘され、「日本人のための食生活指針」が平成12年に公表され、「健やか親子21」が平成13年に、「楽しく食べる子どもに一食からはじまる健やかガイド」が平成16年に発表された。また、平成17年には「食生活指針」、「食事バランスガイド」を発表し、楽しく、いきいきとした食生活を営む力を育むための食育プログラムの開発や、子どもの体力向上のための総合的な方策についての実現のために「食育基本法」を制定するとともに、栄養教諭制度の創設を行った。食育基本法の施行を踏まえ、平成20年に告示された「保育所保育指針」、「幼稚園教育要領」には、家庭とともに、保育所・幼稚園で食育を積極的に推進していくことが示された。保育所保育指針においては、保育に食育の視点を取り入れる

ことが重要であるとして表1のように「食育の推進」が位置づけられた。

表1 「保育所保育指針」における食育の推進

<p>第5章 健康及び安全 3. 食育の推進に示されている、保育所における食育は、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標として、次の事項に留意して実施しなければならない。</p> <p>(1) 子どもが生活と遊びの中で、意欲を持って食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみ合う子どもに成長していくことを期待するものであること。</p> <p>(2) 乳幼児期にふさわしい食生活が展開され、適切な援助が行われるよう、食事の提供を含む食育の計画を作成し、保育の計画に位置付けるとともに、その評価及び改善に努めること。</p> <p>(3) 子どもが自らの感覚や体験を通して、自然の恵みとしての食材や調理する人への感謝の気持ちが育つように、子どもと調理員との関わりや、調理室など食に関わる保育環</p>
--

境に配慮すること。

(4) 体調不良、食物アレルギー、障害のある子どもなど、一人一人の子どもの心身の状態等に応じ、嘱託医、かかりつけ医等の指示や協力の下に適切に対応すること。栄養士が配置されている場合は、専門性を生かした対応を図ること。

厚生労働省、保育所保育指針、2008

2. 食育教材の媒体

食育の媒体には、実物、標本、模型、写真、グラフ、パンフレット、コンピュータ、テレビ、ビデオ、DVD、CD、MD、人形劇、指人形、操り人形、紙芝居、カルタ、エプロンシアター、パネルシアター、ペープサート、折り紙、すごろく等、種々のものがある。

今回の授業では、実物や紙以外の媒体のもので、3歳以上児への食育活動に利用することを目的として制作した。

3. 学生制作の食育教材の例

それぞれの学生から心を込めた、就職後の保育に活用して欲しい素晴らしい作品が提出された。食育のねらいとともにその一部を紹介する。

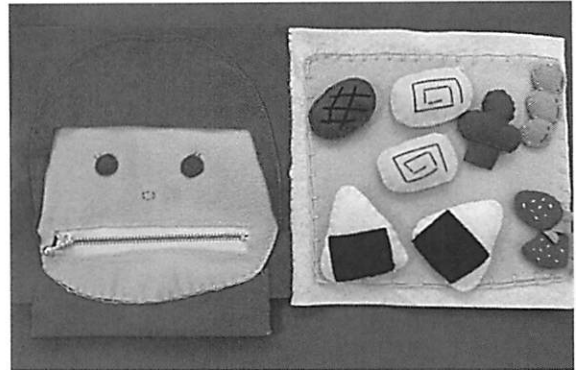
①歯磨きと食事の布絵本

飴やプリン等の甘いものの絵本とばい菌マンで歯磨きの大切さを教える。



②お口で食べる フェルトでのファスナー口と食材の数々

多くの食べ物を食べることで食物の育ち、体に必要な食品などに興味を湧かせる。



③フェルトで作った色々な食材たち

顔を付けたフェルトの食材で食材に興味をもたせる。



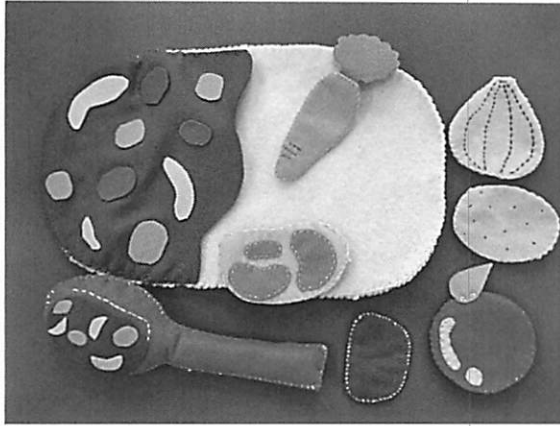
④パペット人形

食事と食後の歯磨き指導、食材の調理についても触れる。



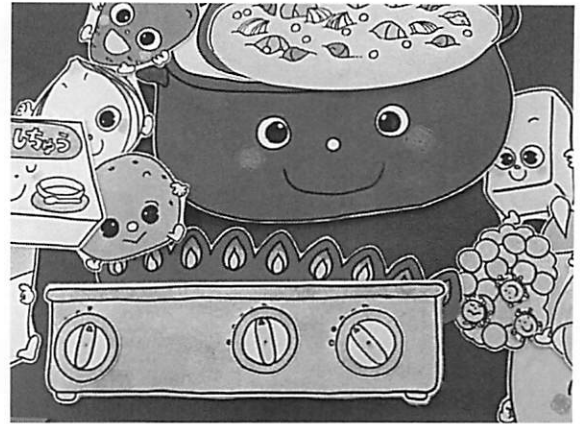
⑤カレーライスのでフェルトマスコット

カレーライスに使われている食材に興味をもたせる。配膳、盛り付けまでの指導をする。



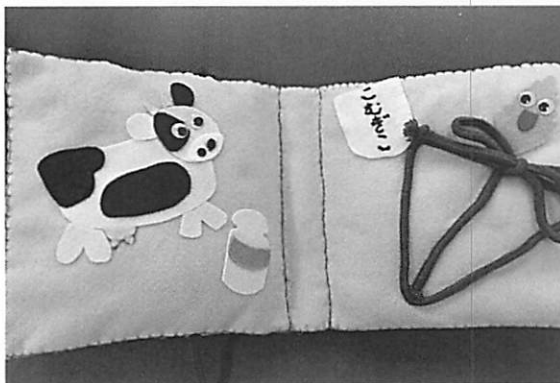
⑧パネルシアター クリームシチュー

クリームシチューを作る時の食材や作り方をパネルシアターを使って表現。



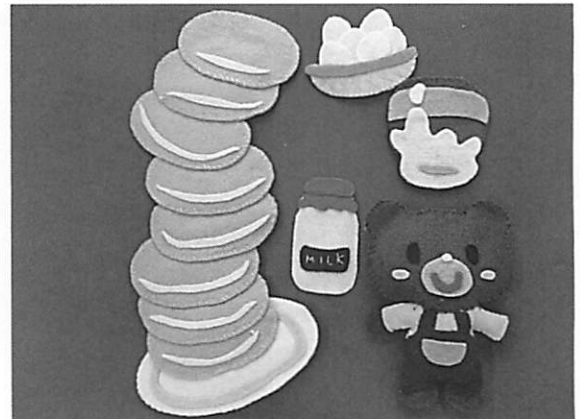
⑥布絵本

ホットケーキ等の食材、作り方を示し、ひもの結び方やボタンの留め方も合わせて指導する。



⑨パンケーキ

フェルトで製作したパンケーキ、食材。クマさんが美味しく食べる話で材料や作り方に興味をもたせる。



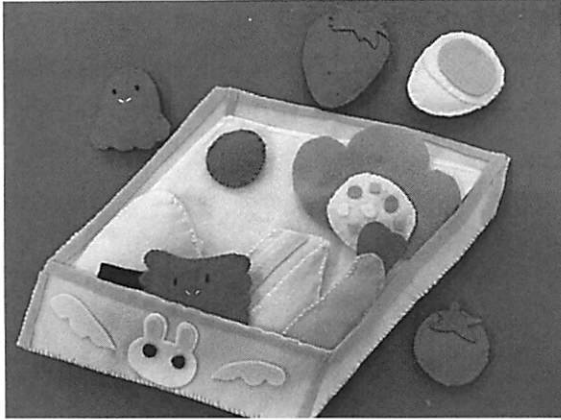
⑦食材を働きて分けよう

力、からだ、調子と3つの働きの台をフェルトで用意し、どこに食べ物が乗るかをフェルトで作った種々の食材を配置し、3つが仲良ししていると元気になることを教える。



⑩お弁当のでフェルト教材

お弁当を作ろう・色や食材を考えて配置し食べ物の働きも教える。



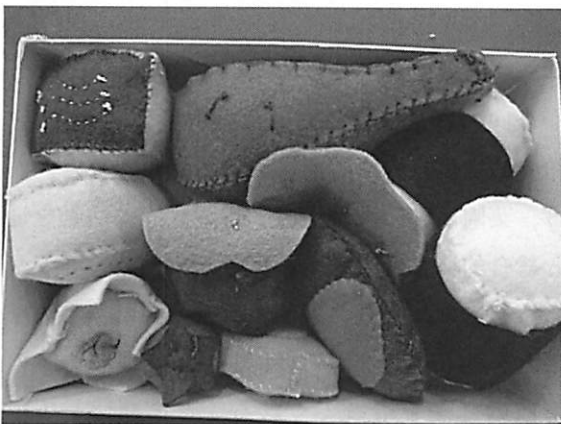
⑪パネルシアター

食べ物の働きを色で表現することや、食事のマナーを教えるために制作した。



⑫お弁当

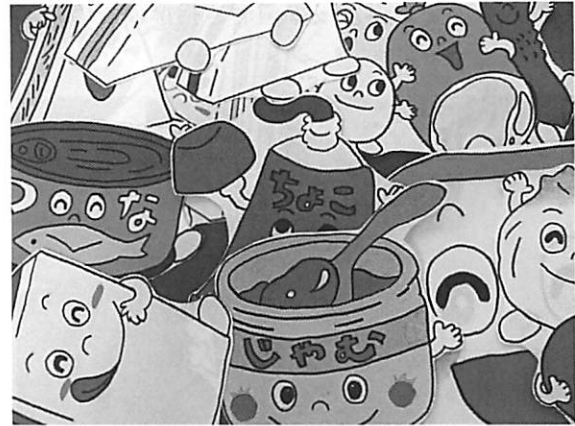
フェルトで作成したお弁当の献立を彩りよくお弁当箱に詰めることを通して必要な食べ物を知る。



⑬パネルシアター

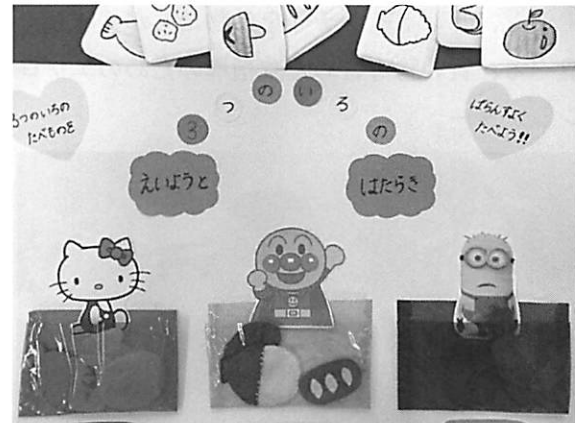
サンドイッチを作り方、食材とともに楽しく

表現し、興味をもたせる。



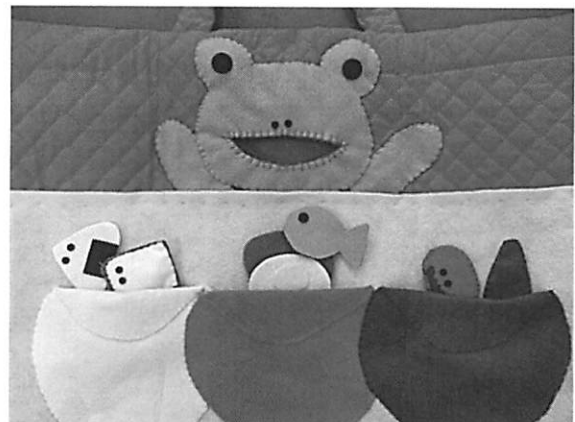
⑭赤、黄、緑のキティー号たち

フェルトや紙で作った食材を3つの働きに分け、元気を考えてもらう。



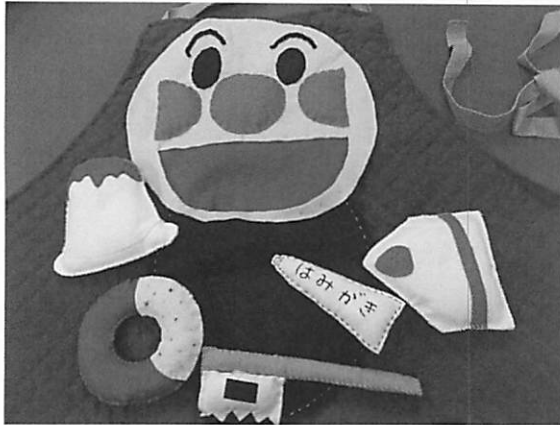
⑮ぴよんちゃんカバン

赤、黄、緑の食材（フェルト制作）をカエルのぴよんちゃんが食べ、元気になることを学ぶ。食べた食材は手提げカバンの中に入る。



⑯エプロンシアター

甘いものを食べた後の歯磨き指導のためのエプロンシアター。



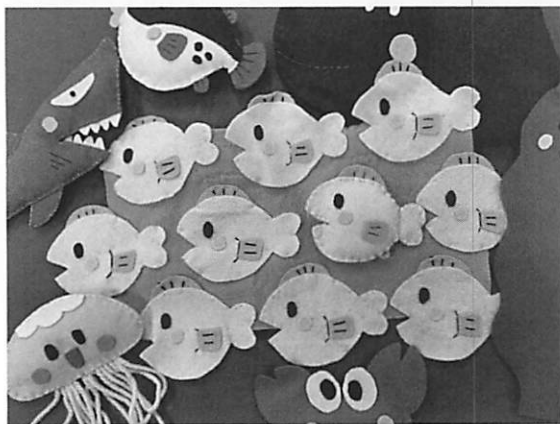
⑰エプロンシアター

パン、サンドイッチ等を動物たちが美味しく食べる、買い物も含めた食指導のためのエプロンシアター。



⑱魚の生態 フェルト制作

ふぐ、かに、さめ、くらげ、くじら、たい等魚の名前、泳いでいる様子などの生態等を教える。



⑲サンドイッチを作ろう

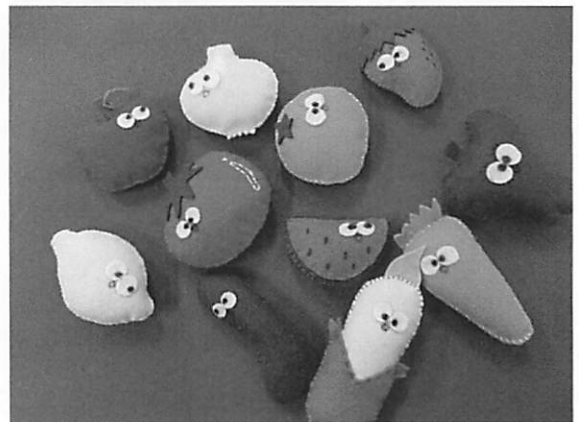
サンドイッチの食材をフェルトで製作。重ねてあそぶことにより、作り方、食材に興味をもたせる。



⑳色々な野菜・果物

フェルトで製作した野菜や果物。

食材に興味をもち、好き嫌いをなくせるよう指導する。



4. 終わりに

今回の日常保育における教材製作と合わせ、給食の提供、食事時間におけるかかわりと声かけ、菜園活動、調理保育、行事食等の活動を通し総合的に食育を考え、実践して欲しい。食育を計画、実践、評価、改善、再計画ということを繰り返しながら展開し「食を営む力」の育成の基礎を培ってくれることを期待している。