

保育園児を対象とした食教育プログラムに関する実践的研究

A Practical Research about Food Education Program for Nursery School Children

河村 美穂*

高島 彩**

Miho KAWAMURA

Aya TAKASHIMA

キーワード：保育園児 調理実習 食生活実態

はじめに

子どもの食の乱れが叫ばれるようになって久しい。とくに近年では、食育基本法の制定などに見られるように、食育は社会全体でとりくむ重要課題と認識されている。なかでも、なにをどのように食べるかということについて、子どもたち自身が学び自立した食生活を送ることが目指されている。しかし、現実には、朝食の簡略化、孤食の問題など、子どもにとっては厳しい食生活の状況が続いている。

従来食に関する教育は、学校教育のなかでは給食の時間に主として学級担任、栄養士が行ってきた。さらに、2005年からは、栄養教諭制度が実施され、その職務として食育が重要視されるようになり、給食における食の教育は一層重視されつつある。一方、家庭科教育でも戦後一貫して小学校高学年および中学校・高等学校において食に関する教育の実践を積み重ねてきている。とくに小学校高学年における食教育は人生の基礎となる食生活に関する教育として重要性が認識されてきている¹⁾。さらに近年では、食教育が小学校低学年から必要との考えから、その実践を提案する研究もみられる²⁾。

そこで、これまでの家庭科教育での実践の蓄積をベースとして、より早い時期から食教育を実施することを目指して、保育園児を対象とした食教育プログラムの実践を試みた。本稿では、まず、食教育プログラムの実践に先だって行った園児の食生活の実態調査の結果を示し、その結果からプログラムをどのように立案したかを詳述し、上で、実践の概要、実践後の考察を示して本研究の食教育プログラムの有効性を検証する。

1. 保育園児の食生活実態の把握

対象児の食生活実態を把握するために、二つの調査を実施した。一つは、幼児の食べものの好き嫌い調査である。先行研究においてもこの種の調査は報告されているが、保護者が回答するものがほとんどである。そこで、今回は保育園児に聞き取りによって好き嫌いを回答してもらい、

* 埼玉大学教育学部家政教育講座

** 船橋市立千鳥保育園 (臨)

その結果を担当保育士および母親に確認してもらうという方法をとった。もう一つの調査は、対象園児の担当保育士に子どもの食生活実態に関してインタビューを行ったものである。これはグループインタビューの方式を取り、自由に子どもたちの実態を語ってもらうことによって、子どもたちの食生活の状況をリアルに抽出することを目的とした。以下に、その概要と結果を示す。

(1) 保育園児への食べものの好き嫌い調査

さいたま市内のS保育園の年少～年長児41名を対象に、2005年12月、食べものの好き嫌い調査を行った。その結果、子どもたちには嫌いなものが少ないこと(総品数1435, 好き1200, 嫌い227, その他8)、嫌いな食べものは、野菜類が中心で(嫌い227のうち野菜が嫌い133)あることが明らかになった。先行研究と同じく、子どもは野菜に対して苦手意識を持ちやすいことがわかる。補足的に行った保護者対象の調査によって、これらの好き嫌い調査の結果は確認された。このほか、保護者に、家庭の食事において大事にしていることを記述してもらったところ、“心”の成長に関する回答もあったが、多くの保護者は“からだ”の成長を重視していることがわかった。(表1)

(2) 保育士さんへのインタビュー調査

園長先生、および保育士・調理師の計7名を対象に、2006年2月、保育園での幼児の食生活実態に関して、グループインタビュー調査を行った。

インタビューでの発言をデータ化して分析した結果、具体的な食行動の問題に関する発言が多くみられた。保育士は、幼児の食行動の問題を家庭での様子も含めてよく把握していることがわかった。また、食行動の問題に対する働きかけに関する発言では、「行動を促すだけの言葉かけ」が多いことが示された。

表1 家庭の食事において大事にしていること(自由記述 23人)

よい食事	栄養バランスが	彩りよく	薄味	和食	食べられるように	嫌いな物でも	手作り	楽しい食事	おいしい食事	その他
からだの成長重視 14人						こころの成長重視 7人				2人
からだとこころの成長重視 3人										

2. 保育園児の食生活実態から食教育実践をつくる

以上の調査結果より、対象とした保育園児はこれまでの多くの先行研究と同じく野菜を嫌う傾向があることがわかった。一方、食の問題行動に対しては、保育士がその問題に対応するには困難な状況にあり、現実には行動を促すだけの言葉かけを行う傾向にあることが明らかとなった。また、保護者は子どもの食生活においては、主からだの成長をより心がけていることもあきらかにした。先行研究によれば子どもが野菜を嫌うことは人間としては自然なことであるという。カロリーの低い野菜よりはカロリーを多量に摂取できる糖類や油脂を好むのは動物であるヒトにとっては当然のことであるからだ。ただし、食の行動心理学の知見によれば、子どもの周りにいる大人が楽しい雰囲気の中でおいしく野菜を食べている様子を、繰り返しそばで見ることによって、子ども自身もやがて野菜をおいしく食べるようになっていられる³⁾。このことから考えれば、食をからだの成長のためのものとのみとらえることは、食を文化的体験として楽しむことを遠ざけ、豊かな食体験を奪ってしまうことにもなりかねない。すなわち、食生活がからだと心の双方の栄養となるような食教育が、今こそ望まれるのではないだろうか。さらに、食べものに関する知識は、子どものころから理解可能な範囲で繰り返し伝えることによって、食べものに対する関心を喚起することになると考える。その際に、子どもに関わる大人が食に関する知識をもち、心豊

かな食経験を共にしながら支援することが大切であることは言うまでもない。

そこで、本研究においては、子ども自身が食べものと自分のつながりを心とからだの両面からとらえるような実践をつくることとした。テーマは「自分と食べものの関わり」である。この実践においては、以下の通り三つのねらいを設定した。

まず一つ目のねらいは、食べものを愛しむ心、食べものに対しての愛着を育むことである。私たちは、自らの生命を維持するために食べものを食べる。それは日常的に行われていることであり、また、飽食の現代では多くの人が何気なく食べものを食べてしまっているのではないだろうか。しかし、食べものを食べるということは大地の恵みをいただいているということ、そして食べもののいのちをいただいているということなのである。食べものの成長や旬についての理解を通して、自分たちの身近にある食べものが大地の恵みであるということに気づかせ、自分を取り巻く食べものについて理解を深めさせることによって、食べものに対する愛着を育みたいと考える。(食べものへの愛着を育む)

二つ目のねらいは、栄養的な面から食べものを捉えさせることである。子どもにとって、食べもののからだの中での働きは自分の目で見えなくなってしまうため理解しにくく、意識も向きにくい。しかし、これから先子どもたちが成長し、健康に生きていくためには、自分のからだについて理解し、自分のからだと食べものをつなげて考えられるようになることは非常に重要なことである。そのことによって、好き嫌いをなく食べることの意味や噛むということの大切さを理解することにつながるのではないだろうか。(食べものの栄養について理解する)

三つ目のねらいは、子ども自身が調理することを通して、実際に自分の目で食べものの材料を見て、触って、においを感じることで、また、調理の音を楽しみ、そして作ったものを食べ、味や食感を楽しむといった人間の五感をつかっからだ全部で食べものを感じることができていることを重視することである。そのために、調理実習を設定した。この調理実習は、前述の二つのねらいをつなげるという意味もある。すなわち、食べものへの愛着を育むことと自分のからだの中でその食べものがどのように栄養となっていくのかを理解するためには、調理する、食べるという人間の営みが重要である。そこで、自分たちで食べものを調理し食べることを通して、この二つのねらいをつなげるとともに、自分と食べものとを結びつけることが可能になると考えた。(五感を使ってつくる・食べる)

3. 保育園児に対する食教育プログラムの概要

実践のねらいをふまえて以下に示した3回構成の食教育プログラムを開発した。食べものが大地の恵みであることなどを実感しやすくするために、本実践の実施時期(11月)の旬の食べものである「さつまいも」を食材として用いた。さつまいもをより印象付けて子どもたちの興味を引くとともに、効果的に食教育の実践を行うため、さつまいものキャラクター「さつまくん」というパペット人形を制作し、3回すべての実践に用いることとした。

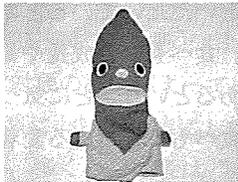
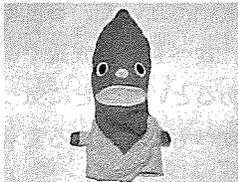
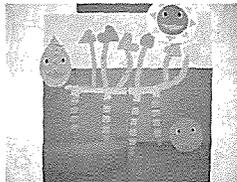
- 第1回 食べものについて知る
- 第2回 食べものを調理しておいしく食べる
- 第3回 からだの中での食べものの働きを知る

以下に各回の実践の概要について記述し、実践の流れを表で示す。

第1回 食べものについて知る

季節を追いながらさつまいもが育っていく過程を「仕掛け絵本」で表し説明した。ここでは、さつまいもが一番おいしい季節は秋であること、食べものそれぞれには、一番おいしい季節があることを示しながら、私たちが食べている食べものが自然と深く関わっていることを理解させた。

第1回 食べものについて知る 実践の流れ

		教材	内容
いもの影当てクイズ			さつまいも、じゃがいも、里芋の影を見せ、何のいもかを子どもたちが当てる。今回はさつまいもの話することを伝える。
さつまくん登場			さつまいものパペット人形「さつま君」を紹介する。
さつまいもの育ち	春		さつまいもの苗を植える。
	夏		太陽・水・土の力をもらって、どんどん葉や根が伸び大きく育っていく。さつまいもの花の写真を見せる。
	秋		葉や根が伸び大きく育ち、さつまいもができる。秋が一番さつまいもがおいしく食べられる季節(旬)であることを伝える。
旬当てクイズ			いちご、トマト、みかんの旬はいつかを子どもたちが当てる。

第2回 食べものを調理しておいしく食べる

五感をつかい、からだ全体で食べものを感じるというねらいのもと、子どもたちが主体となった調理実習を行った。作る料理はさつまいもの茶巾しぼりである。調理実習では、実際にさつまいもに触れ、自分で切ったりつぶしたりまぜたりしていく中で、さつまいもの硬さや外見の変化を楽しむと共に、自分たちで作った料理をおいしく食べることを大切にしたい。また、それぞれの調理作業に関しては、子どもたちに理解可能な範囲で科学的な理解を促すように説明を加えた。

年長児11名を対象としたが、初めての調理実習であったことや、すべての調理作業を子どもたちに体験させるために、安全・衛生に配慮し、家政専修の学生4名をアシスタントとして配置した。できあがった茶巾しぼりはおやつ時間に食べた。

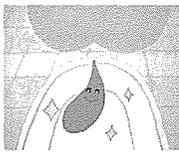
第2回 食べものを調理しておいしく食べる 実践の流れ

		内容
調理の説明		諸注意について話す。また、写真を見せながら茶巾しぼりの作り方の説明をする。
調理	 	以下の順で3班に分かれて調理を行う。 ①さつまいもを切る ②さつまいもをゆでる ③さつまいもをゆでている間に、トッピング用のリンゴを切る ④ゆであがったさつまいもの皮をむく ⑤さつまいもをつぶす ⑥味付け・味見をする ⑦リンゴを加えラップで包んでしぼる それぞれの調理作業の前に、これからどのような作業をするのか手本を見せ、改めて注意点等の説明をする。 個々の子どもの状況を見て、クッキングアシスタントが補助をする。 出来上がった茶巾しぼりにリボンを飾りつけ、一人ずつ写真を撮る。また、子どもたちに作った感想を聞く。(後日写真と感想を載せたカードを渡す)
まとめ		調理実習のまとめをする。茶巾しぼりはおやつ時間に食べることを伝える。

第3回 からだの中での食べものの働きを知る

栄養的な面から食べものを捉えさせ食べものと自分のからだを結びつけるというねらいのもと、からだの中でのさつまいもの働きについて紙芝居を使って説明した。さつまいもがみんなの力になりやすくするためには、よく噛むことが大切であるということ、さつまいもに入っている食物繊維がおなかを掃除してくれること、食べものによって持っている栄養が異なるため、さまざまな食べものを食べるのがよいということの内容とした。

第3回からだの中での食べものの働きを知る 実践の流れ

教材	内容
	<p>みんなのからだとさつまくん。 みんなが食べたさつまくん、からだの中でどんなことをしているのだろう。今日はみんなのからだの中をちょっとのぞいて、さつまくんが何をしているか見てみようね。</p> <p>これはみんなのからだの中。口からおなかに続く道があるね。これはさつまくんが通る道。道を進むと大きな部屋がある。その部屋の先にくねくね曲がった道が続いているね。でもさつまくん、このままの大きさでおなかに入ることできるかな？</p>
	<p>そうです。おなかに入るためには、みんなの白くて強い歯でもぐもぐかみかみ。みんなも真似してみよう！するとさつまくんは口の中でどんどん小さくなっていきます。もぐもぐかみかみ、もぐかみごっくん！！</p> <p>みんながたくさん噛んでくれたお陰で、さつまくんは小さくなっておなかに入れたよ。おなかに入ったさつまくん、なんだか吸い込まれていってるね。これはさつまくんがもっているみんなを元気にしてくれる素、栄養って言うんだよ。小さく噛めば噛むほど、栄養はからだの中に吸い込まれやすくなるんだ。だからたくさん噛もうね！</p>
	<p>吸い込まれた栄養は、みんなのからだのいろんなところに行きます。そして、みんなが元気に滑り台で遊んだり、鉄棒をしたり、サッカーをしたりするパワーになるんだよ。でもね、さつまくんがもっている栄養がパワーになるにはちょっと時間がかかるんだ。だから、栄養がパワーになるように、ごはんを食べた後はゆっくりお休みしようね。</p> <p>今度は、さつまくんの栄養が吸い込まれた後のみんなのおなかの中を見てみよう。あれあれ？さつまくんのカスが残ってしまっているね。さつまくんのカスだけじゃないよ。他の食べものもカスが出るから、おなかの中はカスだらけ。でもね、こんなカスだらけのおなかをきれいにしてくれる子がいるの。</p>
	<p>じゃじゃーん！さつまくんのお友達、食物繊維の「せんいちゃん」です。いつもはさつまくんの中に隠れているんだけど、みんなのおなかの中に入るとびょんと出てきて、みんなのおなかをきれいにお掃除してくれるんだよ。お陰でおなかはぴっかぴか！</p> <p>せんいちゃんがお掃除して出たかすが集まるとうんちになって、みんなのからだの外に出るんだ。かすがたくさんあると大きな大きなうんちが出るの。大きなうんちはからだ元気が、おなかきれいなお陰。いつもこんな大きなうんちが出るといいね。</p> <p>うんち以外にも、さつまくんを食べるとよく出るものなんだ？ ぷっぷぷっぷー！そうです、おならです。おならはからだの中でさつまくんがもっている栄養がみんなのパワーになっているしるし。そして、せんいちゃんがきれいにしておなかを掃除してくれているしるし。ちょっと臭いけど我慢してね。</p> <p>今まで、みんなにさつまいもの話しをしてきました。でも、みんなはさつまいもの他にも沢山の食べものを知っていると思います。食べものによって少しずつもっている栄養が違うから、好きなものばかりを食べるんじゃなくて、色々な物を食べようね。そして食べものももっている栄養がパワーになりやすいように食べるときはモグモグ、かみかみ、しっかり噛もうね。</p>

4. 食教育実践プログラムの効果 ～ 一ヵ月後の聞き取り調査から

食教育実践の定着状況を把握するために、子どもたちに対して実践の一ヶ月後に聞き取り調査を実施した。

聞き取りは、通常の保育園の自由遊びの時間に、筆者の一人が1ヶ月前の一連の実践プログラムについて覚えていることを、一人ずつたずねるという方法で行った。聞き取った内容はすべて録音し、トランスクリプトに起こしてデータ化し、文脈上で判断しながら筆者二人で読みといた。

今回の実践においては、三回の食教育実践が子どもたちにとって変化のある楽しい活動になってほしいという趣旨から、三回それぞれの実践方法をタイプの違うものにして行った。このことが、子どもたちには三回の実践がまったく違う体験として鮮明に記憶されていることが分かった。以下に、聞き取り調査の中で子どもたちが各回の実践について語った内容を回ごとに示しながら、この食教育プログラムの有効性を考察する。必要に応じて、実践中の園児の様子を示して説明を加える。

①食べものについて知る

さつまいもの成長を中心に仕掛け絵本で説明した内容をよく覚えていた。また、この中で特徴的であったことは、実践の内容と共に、過去に経験した芋掘りのことや、家で育てている野菜のことを話してくれる子は、他の子よりも生き生き話していたことである。これは、実践の内容と自分の経験をつなげて理解することによって、実践がより身近で楽しいものになったからだとと言える。ねらいとしていた、食べものは大地の恵みであり、食べもののいのちをいただいているということを実感し、食べものへの愛着を育むためには、本物の土や食べものに触れ、自分で食べものを育てるなどの経験をすること共に行うことが大切であると考えられる。

②食べものを調理しておいしく食べる

茶巾しぼり作り（調理実習）で特に覚えていることとしてできたことは、包丁を使ってさつまいもやりんごを切ったりしたことが楽しかったということであった。実際の調理実習で包丁を使う場面では、みんな緊張感を持って真剣に切っていたが、切り終わるとすごく充実した顔になっていたことからよくわかる。子どもたちは、様々な調理作業の中でも包丁を使って食べものを切るという行為に対して、料理の花形というイメージを持っており、子どもたちにとって印象に残ることであったのだと考えられる。このことは、生徒にとっての調理実習の意味についての研究⁴⁾において、高校生が「包丁を使う技能を身につけることによって、様々な料理ができるようになるという可能性を期待して」おり、「包丁を使う技能は調理をするうえでの基本であり、これができれば料理の幅が広がる」と考えていることとも共通する。高校生だけではなく幼児にとっても、包丁が使える技能を身につけることが、料理ができるという有能感を持つことにつながり、それが楽しいという感情につながっているのだと考えられる。

<からだで感じ覚える>

今回の調理実習では、難しい調理作業は大人が手伝ったが、多くの調理作業を子どもたちが主体となって行うようにした。そのため、包丁で食べものを切ったことに加えて、さつまいもの皮をむいたこと、つぶしたこと、ラップで包んでしぼったことなど、自分達が経験したことをつぶさに覚えていた。

さつまいもを切る際、時間の関係で本来切る予定ではなかった年少・年中児・先生用の太くて硬いさつまいもを切るようになった。さつまいもだけではなく、茶巾しぼりのトッピング用とし

てりんごも切った。このことは、子どもたちが「おっきいおいもが一番硬かった」「小さいおいもの方が柔らかかった」、「りんごがスススって切れた」といった話に代表されるように、同じさつまいもでも太さや大きさによって硬さが違うこと、食材によって切りやすさが違うということを実感するよい機会となっていた。また、さつまいもをゆでたり皮をむいたりしたことを覚えている子は、「お湯が熱かった」や「(さつまいもは)熱かったけど皮がむけてよかった」ということを話していた。自分達が調理でやったことを“硬い”や“熱い”のようにからだで感じたことで記憶していた。つまり、頭で考え理解したことによって記憶に残ったのではなく、体感したことがそのまま記憶に残っていると考えられる。

<食べておいしい>

さつまいもの茶巾しぼりを食べた感想を聞いたところ、全員が「おいしかった」と答え、「甘かった」や「おいもが柔らかかった」、「りんごがサクサクしていた」といった具体的な理由も話していた。味見の時、子どもたちが「おいしい！」と言って思わず飛び跳ねて喜んでいた姿や、おやつ時間に自分達で作った茶巾しぼりを本当においしそうに笑顔で食べていた姿からも、子どもたちの記憶に“食べておいしい”という体験が強く残っているのだと考えられる。

このような“食べておいしい”という記憶が、茶巾しぼり作りをより鮮明に覚えているということに影響しているのではないだろうか。確かに、初めてさつまいもの茶巾しぼりを作ったことや初めて包丁を使ったことは、それだけでも充分記憶に残る体験であったに違いない。そして、その体験が例え困難なことであっても、それを嫌だとは思わず、その体験したこと一つ一つを楽しんだ様子からも、茶巾しぼり作りが楽しかったことは明らかである。さらに、自分達で“作った”茶巾しぼりが“食べておいしい”ということと結びつくことによって、より鮮明な記憶として残ったのではないだろうか。つまり、“作る”ことを通して体感したことと、子どもたちにとって日々の生活に密着している“食べる”ことを通しての“おいしい”という経験が合わさることによって、記憶として残りやすく定着がよくなったと考えられる。

③からだの中での食べものの働きを知る

紙芝居で覚えていることを聞くと、「よく噛むこと」や「さつま君を食べると元気になる」「いい物食べたら、バナナうんちが出る」「噛んで、小さくなって、飲み込んで、残ったカスがうんちになって出てくる」、そして「からだの中でさつまくんがこんな風になっているのかっていうのがわかった」というように、ほとんどの子が、食べものと自分のからだを結びつけた話をしていた。また、当初内容としては少し難しいかと予想していた食物繊維の話について多くの子が自分から覚えていることとして話した。「さつま君の友達が、からだの中でお掃除していた」と話してくれた子が5人、そのうちの2人が「食物繊維」いう名前も覚えていた。

このように、子どもによって覚えていることは様々であったが、しっかり食べものと自分のからだを結びつけて話の内容を覚えていた。年長児にとって、食べものと自分のからだのことに理解することは充分可能であり、発達段階から考えても子どもたちの興味に合っている話であると考えられる。また記憶の仕方、目で見たことを頭で考え、それを覚えているという知的な記憶の仕方をしてきた。子どもにとって、食べものと自分の体のことをつなげて理解することは、知的な活動を通してより深く認識されることがわかった。

5. 保育園児に対する食教育実践の可能性

以上に見てきたように、本研究で実施した3つのねらい「食べものへの愛着を育む」「栄養について理解する」「五感を使ってつくる・食べる」を柱とした食教育プログラムは保育園児にとって、食に対する興味・関心を育む契機になったものと考えられる。そこで、この実践研究の知見から、幼児期に行う食教育についてのポイントを以下に3点述べる。

(1) 感性的認識を重視する

幼児期からの食教育で最も大切にしたいことは、食べることが楽しいという経験をさせることである。つまり、からだがおいしいと感じることによって食べる経験が心地よいものとして、生涯の食生活の基盤となることを重視したい。頭で理解して食べることよりは、からだが適切な食べものを欲することやからだがおいしいと感じることは豊かな食生活を営むことにつながる。また、食べることそのものだけではなく、食べものに触れること、調理する作業そのものが感性に訴えるものであることが、子どもたちの興味や関心を引き出すことにもなり、記憶も鮮明になる。

(2) 様々な学習方法を用いる

本研究で開発した食教育プログラムは、意図的に3回の実践をそれぞれまったく異なる方法で構成した。そのために仕掛け絵本、パペット人形、紙芝居など教材も工夫を施した。日常的にはここまでの準備は難しいと思われるが、なによりも、子どもたちを飽きさせない教材や学習方法の工夫が必要ではないだろうか。

(3) 知的欲求を満たす

今回は対象が年長児であったことから、比較的難しい栄養に関する知識や、調理科学に関する知識もなるべくわかりやすく説明することを心がけたが、子どもたちは予想以上にこれらの知識を正確に理解していくことがわかった。また1ヵ月後の聞き取りにおいてもほとんどの子どもがこれらの内容を記憶していた。このことから、5歳児であれば知的欲求を満たすための知識を、他の活動と関連付けて教えていくことが可能であると考えられる。単なる食べる体験、つくる体験で終わることなく、その後の食生活に応用できる形で知的欲求を満たしていくことが重要である。

(4) イベントとしての調理から日常生活へ

本プログラムの3回の実践は、子どもたちにとっては鮮明な印象を持ったと思われるが、そのことは、イベント的な要素があったことにも原因があると考えられる。このようなイベントとしての調理も食の学習としては有効であるが、そこから日常生活へとつなげていくことが最終の目標である。今回は、プログラムでの子どもたちの取り組みと調理実習の作品と子どもの写真を保護者へ送るという家庭への還元を行ったが、より日常への還元の方法も模索していく必要がある。

おわりに

本研究で実施した食教育プログラムは、筆者の一人である高島が、1年半にわたるS保育園でのフィールドワークの最後に実施したものである。通常調理実習を伴う食教育実践は困難を伴うことが多い。にもかかわらず、S保育園から「なるべく子どもたちに多くのことを体験させてください」という励ましと理解をいただき、3回連続のプログラムとして実施することが可能となった。

食教育は、その必要性が社会に広く認知されているが、決め手となる実践や効果が見られないまま現在に至っている。それは、食生活という営みが、その多くを家庭に依存していること、家庭での食生活ははまだプライバシーに関わることとなっているためではないだろうか。食生活のように家庭に関わることは学校や社会が干渉すべき問題ではないという意見もかつてはあった。しかし、今回の実践に先立つ調査でも明らかになったように、食の問題は家庭・家族の問題であり、これは社会のあり方や矛盾につながっていると考えられる。子どもたちがどのような家庭環境にあったとしても、学校教育において生活に関する知識や、文化を学ぶ機会を保障するという視点から家庭科教育の実践は蓄積されてきたといっても過言ではない。これと同じく、食教育はすべての子どもたちの文化的で健康な生活を保障するための学習として行うべきものではないだろうか。

とすれば、単に食品の栄養や食べ方を教え、スローガンにそって正しい行動を強いるものでもない。より多くの食に触れる機会を作り、食べることが楽しいこと、食を囲む人間関係が豊かであること、命をいただくことによって私たちが生きていることの感謝を、継続的に伝えていくことが重要であろう。本研究における食教育プログラムは、その一つの例として可能性を探ったものである。今後は、先にも述べたようにこのような保育園でのイベント的な実践をいかに日常生活とつなげていくかを課題としたい。

最後に、本プログラムの実践にあたって、多大なご協力をいただきましたS保育園の園長先生をはじめとする先生方、園児および保護者の皆様に心より感謝申し上げます。

<参考・引用文献>

- 1) 日本家庭科教育学会編『家庭科からひろがる食の学び』ドメス出版2005
- 2) 鈴木洋子「小学校低学年からの食生活学習の構想—文部省研究開発学校新設教科および英国“Health Education”からの検討」『日本教科教育学会誌』第20巻第4号、2005、p9-15
- 3) 今田純雄『食べることの心理学』有斐閣選書2005 p87
- 4) 河村美穂 小清水貴子「調理実習で生徒は何を学んでいるのか—調理実習記録および振り返りから—」『埼玉大学紀要（教育科学）』第55巻第2号、2006 p31-40