

教育研究活動報告

保育士・栄養士をめざす学生の食育実践力、連携力を培う試み

浅 野 美登里 坂 本 裕 子
中 島 千 恵 落 合 利 佳

保育園での食育推進の要となる保育士と栄養士には、食育の実践力と他職種との連携力を備えておくことが望まれる。保育士・栄養士をめざす学生の食育実践力、連携力を培う試みとして、「保育園における食育の実践」をテーマに学生主体の食育活動をゼミ活動に取り入れ、実践的な学びを体験できるようにした。専門性の活かし方には一定の教育効果が伺えたが、意識の共有化や連携力の育成には時間的な制約が課題として残された。

キーワード：保育士、栄養士、食育実践力、連携力、保育園

1. はじめに

われわれ食育実践研究チームは、将来、保育士や栄養士をめざす学生に対し、食育の実践力と他職種との連携力をいかにして育成するかに関して、2007年より各種調査や共同授業、講演会、イベントの開催など様々な取り組みを通して検討してきたが^{1)~3)}、各々の養成課程のカリキュラムでは実践的な学びの場が少ないことが問題点として挙げられた³⁾。

そこで、2009年度は所属学科でわれわれが担当しているⅡ回生次の保育ゼミ（幼児教育学科）と食生活研究（家政学科食物栄養専攻）のゼミとの共同ゼミ活動として、「保育園における食育の実践」をテーマに学生主体の食育活動に取り組んだ。前報³⁾と同様、学生にはこの取り組みを通して食育の実践を主体的・体験的に学ばせ、将来、食育に携わる者としての食意識を高めること、企画や運営など共同で行う活動に参加することで、各々の学科・専攻の特色や専門性の活かし方、連携の重要性を学び、相互の連

携力が養われることを目的とした。この実践活動が、食育に関わる学生の意識の共有化や実践力、連携力を培う上で効果が得られたかを検討した。

2. 方法（活動の概要）

（1）指導教員、学生の構成

指導教員：幼児教育学科1名、食物栄養専攻2名
学生：保育ゼミ（中島ゼミ） 2グループ16名
食生活研究（浅野ゼミ） 1グループ 6名
（坂本ゼミ） 2グループ 8名
計 30名

いずれのゼミの学生も、活動趣旨の説明を聞いたうえで参加を希望した者である。

保育園での食育は、ゼミごとに「実践グループ」を編成しグループ単位でテーマを決め実施した。

（2）協力保育園

当短大近隣の保育園2園（宇治市、京都市）の園長、保育主任に本取り組み「保育園におけ

る食育の実践」の趣旨を説明し、理解と協力を得た。また、1園については栄養士より食育の年間計画と実施状況について説明を受けた。

実施に当たっては、園の年間計画、食育実施状況、園児・保護者の関心度などを双方で検討し、実施時期や内容等を決定した。

(3) 活動計画

2009年4月から2010年1月の期間に、表1の内容をゼミ単独または合同で、学内と協力保育園で実施した。

実施時間は保育園の訪問・見学时や食育実践時以外は、正規時間割の食生活研究（火曜日7～9時限）、保育ゼミ（火曜日9～10時限）の時間帯で行った。合同ゼミを行う場合は、全メンバーが揃う9時限から開始した。

表1. 活動計画

活動時期	合同ゼミで実施した内容	ゼミ単独で実施した内容
4月～5月	<ul style="list-style-type: none"> ・活動の概要説明（ゼミ教員） ・合同ゼミのグループ分け、自己紹介 ・取り組みについての話し合い ・保育園の食育の現状を知る活動（私立保育園栄養士との懇談会） ・調べ学習の発表会と意見交換 	<ul style="list-style-type: none"> ・調べ学習（各専攻の専門分野から幼児期の特徴にアプローチ） ・実践する食育のテーマと内容の検討 ・テーマ決定後は、関係資料の収集と各種調査活動
6月	<ul style="list-style-type: none"> ・保育園の訪問 給食や栽培活動の見学 	<ul style="list-style-type: none"> ・実践に向けての準備活動 食育劇の台本や媒体作製、料理の試作や配布物の作製
7月～10月	<ul style="list-style-type: none"> ・食育劇練習の見学 	
11月～12月	<ul style="list-style-type: none"> ・保育園において食育劇の実践 	<ul style="list-style-type: none"> ・調査報告、お話会の実施 ・小冊子、レシピ集の配布
1月	<ul style="list-style-type: none"> ・実践活動の報告会、振り返り 	

3. 事前・事後指導の取り組み

(1) 活動の進め方と他専攻との交流

4月に第1回合同ゼミを行い、教員が活動目的や実施計画などを説明し、取り組み方について共通理解をはかった。また、保育園で食育を行う実践グループとは別に、両学科・専攻混成の「合同ゼミグループ」を編成して話し合いの時間を持ち、学科・専攻間のコミュニケーションや意識の共有化がはかれるようにした。

(2) 子どもの食と食育活動の現状理解

京都市内の私立保育園に勤務する栄養士（本学卒業生）より、保育現場の子どもの食と食育の実施状況について話を聞いた。献立表、給

食便りなどの資料や、保育士と連携して行っている食育活動時の写真などから現状を学び、幼児期の食に対する関心度や食行動への理解を深めることができた。



写真1. 幼教と食物の学生の話し合い



写真2. 保育園の栄養士さんを囲んで

(3) 調べ学習の発表会と意見の交換

ゼミごとに、幼児期の発達の特徴や食生活の問題などに関するテーマを設定し、調べたことをまとめ、パワーポイントを使用して発表した。各学科・専攻での専門分野の学びが活かされた内容であった。

また、提起された問題から、どのような内容の食育が必要かを合同ゼミグループで話し合い、意見の交換を行った。検討内容が実践に反映できるように計画したが、時間不足のため深め方が十分でなかった点が残念であった。

〔調べ学習のテーマ〕

- ① 京都府下保育園の食育活動調査結果の概要
- ② 子ども（3歳～5歳児）の発達の特徴
- ③ 子どもたちの食の問題
偏食・アレルギー・咀嚼・肥満
- ④ 子どもが好きなおやつ、望ましいおやつ



写真3. 発表風景

(4) 保育園の訪問・見学

食育を行う保育園の子どもの様子と保育環境を理解するため、6月下旬から7月初旬にかけて協力保育園2園を訪問し、園長先生と保育主任の先生から説明を受けた。また、園内を見学し、園児の様子や給食の状況、栽培活動の取り組みを実際に見ることができ、食育の内容を具体化するのに大変参考になった。食物栄養専攻の学生は幼児期の子どもと関わるのがほとんどないので、実情を知る貴重な機会となった。



写真4. 栽培活動見学



写真5. 栄養士さんの食育

(5) 実践活動の報告会

事後指導として、各実践グループが取り組んだ食育活動について良かった点、悪かった点、苦勞したこと、学んだことなどを合同ゼミグループで話し合い、振り返りを行った。

4. 実践した食育の内容

表2に各グループが協力保育園で実践した食育の内容を示した。食物栄養専攻の2グループは食生活上の注意点を取り入れた料理やおやつレシピを各々小冊子にまとめ、保護者に情報の提供を行った。レシピ集には、試作を行って目的にあった美味しい料理をとりあげた。また、正確な情報をわかりやすく伝えるための工夫が見られた。もう1グループは聞き取り調査を行

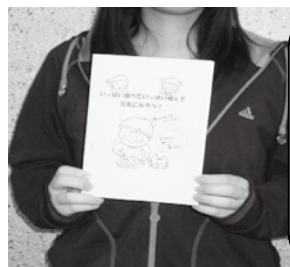
い、結果を踏まえた食指導を園児に対して行った。幼児教育学科の学生は、2グループとも園児を対象に、食材を題材にした食育劇を行った。絵本を参考にして子どもが関心を示す媒体を作り、音楽を効果的に取り入れ表現力豊かに劇を行うことができた。限られた時間内で園児の理解度に適した食育劇にすることができた。(1)～(3)に実践の様子と学生のコメントを示した(写真6～写真8)。

表2. 実践した食育の内容

学科・専攻	方法	対象	実践した食育の内容
A. 食物栄養 (6名)	レシピ集	保護者	「保育園児が喜ぶおやつ」 おやつの意義・目的と望ましいおやつの条件を備えたメニューを考案し、保護者に参考にしてもらえるようにわかりやすくきれいなレシピ集としてまとめ配布した。
B. 食物栄養 (6名)	小冊子 (食情報と レシピ集)	保護者	「いっぱい食べて、いっぱい噛んで元気になるう」 子どもの咀嚼力を育むために、咀嚼回数が増える食材を使用したレシピと食生活の注意点をまとめた小冊子を作製し、保護者に配布した。
C. 食物栄養 (2名)	調査と お話会	園児	聞き取り調査からわかった園児の嫌いな食材を題材にして、媒体を使用してお話会を行い、好き嫌いを無くす取り組みを実践した。
D. 幼児教育 (10名)	食育劇 (15分)	園児	「どうぞのイースー季節の旬の野菜を知ってもらおう」 香山美子の絵本を参考に、テーマにあったストーリー、振り付け、音楽、小道具を作製し上演した。
E. 幼児教育 (6名)	食育劇 (15分)	園児	「月曜日は何食べる？ー野菜嫌いをなくそうー」 エリック・カールの絵本を参考に、子どもが理解しやすく興味を示すストーリー、振り付け、音楽、小道具を作製し上演した。

(1) 「レシピ集」、「小冊子」と学生のコメント

簡単で子どもと一緒に楽しく作れるもの、不足しがちな栄養素を補えるものを取りあげました。試作をしっかりとしたので美味しいものばかりです。



お母様方に毎日の食生活で気を配って欲しい情報を載せました。噛む食材をたくさん使ったレシピを紹介しています。

写真6. レシピ集、小冊子と学生のコメント

(2) 食育劇「どうぞのいす」と学生のコメント

食育劇:どうぞのいす



はじめに、
「おはなし」の手遊
びをみんなでしたよ



練習風景

食育劇の
台本



さんま!さんまは血をサラサラに
してくれるんだよ



実際に劇をしてみてもう少し減らしたらもっと印象に残ったかなと思いました。子どもたちの反応を大切に、楽しく劇ができたのが良かったです。実際に子どもたちの前ですること、練習では気がつかないことに気づくことができました。この劇を通して学んだことをこれからの保育に生かしていきたいです。

写真7. 食育劇「どうぞのいす」と学生のコメント

(3) 食育劇「月ようびはなにたべる」と学生のコメント

食育劇：月ようびは なにたべる

引用・参考文献「月ようびはなにたべる」
エリック・カール著(偕成社)

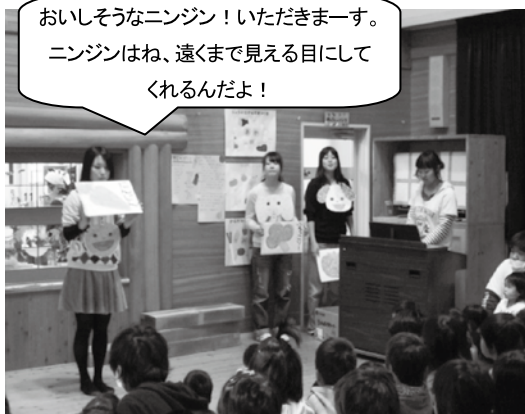
ぞうさん、火曜日は何食べる？
火曜日はブロッコリー



うさぎさん、水曜日は何食べる？
水曜日はニンジン



おいしそうなニンジン！いただきます。
ニンジンのはね、遠くまで見える目にして
くれるんだよ！



みんなも好き嫌いしないで、
野菜をいっぱい食べて
外で元気に遊ぼうね。



☆実践した学生のまとめより

どうすれば子どもたちに苦手な野菜の良さを知ってもらえるのか、考えて工夫しながら台本を作りました。フリップを作ったり、効果音をつけたり、みんなでアイデアを出し合うことがとても大切だったと思います。この劇を通して、苦手だなと思っていた野菜に少しでも興味をもってもらえたら嬉しいです。

☆見学した食物栄養専攻の学生の感想より

印象に残ったことは、園児たちが食いつくように真剣に劇を見ていたことです。絵が可愛いく、内容も分かりやすかったので、小さな子どもにも理解できたと思います。栄養士が子どもに伝えたいことを、このような方法で保育士に伝えてもらえれば楽しく食育ができると思いました。栄養士と保育士の連携の意味がよくわかりました。

写真8. 食育劇「月ようびはなにたべる」と学生のコメント

5. ま と め

「保育園における食育の実践」をテーマに学生主体の食育活動を共同ゼミ活動として行い、実践的な学びを体験できるようなプログラムを試行した。

まず、実践活動スタート時に合同でゼミを行い相互のコミュニケーションをはかったことや、各々の学科・専攻で学んできた専門領域より食育に必要な知識を調べて発表、話し合いを行ったことは、知識を共有することの必要性和各々の専門性を明確にし、他職種が連携して食育を行うことの重要性を理解する機会となった。連携に関しては、幼児教育学科の食育劇を見学した食物栄養専攻の学生から、「栄養士が子どもに伝えたいことを、このような方法で保育士に伝えてもらえれば楽しく食育ができると思いました。栄養士と保育士の連携の意味がよくわかりました。」との気づきがあったことも合同ゼミの成果の一つと言える。

一方、主体性という面では学生たちの意欲や意識に差があり課題も多かった。本取り組みの趣旨を理解して参加しているにもかかわらず、取り組み姿勢に個人差が見られた。準備段階でよりその傾向が見られたが、食育劇においても、レシピ集や小冊子の作製においても、実施後の達成感が大きかったので、経験を繰り返し積むことが実践力や連携力の涵養に繋がると考える。

保育園における食育実践活動は初めての試みであったが、学科・専攻の専門性を活かした取り組み方ができた。今回、学生の意識が取り組みの前後でどの様に变化したかを十分把握できなかったが、食育の実践を体験的に学ばせることは、子どもたちの食への興味や関心の高さを具体的に知ることができた点で有効であったと考える。また、幼児教育学科の学生には「食」に向き合うきっかけとなる点でも教育効果があったといえる。

連携力育成のために他学科・専攻との共同活動の継続には、前報³⁾でも報告したが時間的な制約をいかに解決し、学生の活動時間やゼミ間で共有する時間を増やせるかという点にある。今後も問題点を検討し、実践的な学びの機会づくりを試行していきたい。

尚、本研究は京都文教短期大学研究助成、科学研究費（萌芽研究）の助成を受けて実施したものである。

- 1) 坂本裕子 中島千恵 浅野美登里 落合利佳 2009
京都府南部の保育所における食育状況 京都文教短期大学研究紀要 48 p21-29
- 2) 中島千恵 坂本裕子 浅野美登里 落合利佳 2008
女子短大生の食意識の構造 京都文教短期大学研究紀要 47 p76-89
- 3) 浅野美登里・坂本裕子・落合利佳 鳥丸佐知子 中島千恵 2009 学園祭における食育の実践 京都文教短期大学研究紀要 48 p129-134