

令和3年度（第3回）
米倉れい子 先生 基調講演（録）



【テーマ】

「和歌山の‘食’から、保育の展開を考える」

～保育現場から考える“食”を通じた子育て支援～

【はじめに】～今回の講習について～

- 保育所7割を含む児童福祉施設の給食、栄養管理の担当をしていた際のノウハウ
- 実際のガイドライン作成にあたって検討していたこと
- 直近の「第四次の食育」ではどのような事が求められるのか

【レジュメ P1～P2 +補足資料ページ】

〈本日のテーマ・内容〉～地域の中で「食」を通じて、どんなふうに食育を進めていくのか

- ①「食」、「食育」にまつわる最新情報
- ②保育現場で求められるこれからの「食」を通じた子育て支援について

〈お願い〉～この研修はオンラインなので次の3つの流れで捉えていてもらいたい

- ①「食」にまつわる最新情報の今を一緒に共有する
- ② ①を踏まえて各園がこれまでどんな風に活動してきたのか、各々の思いで振り返る
- ③これから取り組みたいこと、現在の活動にアレンジするだけで取り組める活動はあるのか、次へのアクションを想像する

【レジュメ P3～P4】

○これまで、どんな「食」を通じた子育て支援、「食育」を計画・実践してきたか振り返る

- ・コロナの前とコロナ禍1.2年の間ではかなり違う
- ・実際にやれることとして、どんなことを大切にしてきたか？何を考えてきたか？

○食育とは？

- ・食育とは？と聞かれたら何と答えるか～例えば保護者に聞かれたら？
- ・通常法律だと定義が書かれている場合があるが「食育」については書かれていない
⇒その代わりに食育基本法前文に記載がる

○食育とは・・・（空白【 】）

- ・食育を生きる上での基本であって、【知育、徳育及び体育】の基礎となるべきもの
- ・様々な【経験】を通じて「食」に関する【知識】と、「食」を【選択する力】を習得し、【健全な食生活を実践】することができる人間を育てること
- ・上記の中で一番大切なのは、「様々な経験を通じて」という部分である

【レジュメ P5 +補足資料ページ】

○第四次食育推進基本計画のリーフレット化「食育の環」

- ・食育で目指す世界、理念は、
「生涯にわたって【健全な心身】を培い、豊かな【人間性】を育む」ということ
- ・保育の視点だと当たり前だが、栄養業界では「豊かな人間性を育む」についてはなかなか考える機会がない

【レジュメ P6~P7】

○第四次食育推進基本計画について

- ・国から5年に1度「食育推進基本計画」が出される
- ・和歌山県、和歌山市ともに2月8日時点「食育推進基本計画」の最新版は出されていない
- ・国が「基本計画」、自治体「推進計画」を立てる
⇒必ず有識者や行政が集まって「基本計画」を作成
- ・現場の方では「食育基本法」に基づいて動くと言われているが、具体的な事が分からない
- ・和歌山県の「推進計画」に即して活動していると思うが、4月に新しく変わったばかり
- ・多くの行政（県や市町村）ではこれから国の「基本計画」を踏まえて変わっていく

【レジュメ P8~P9】

1. 重点課題3つの観点はどう変わったかを一緒に考えよう

①第三次では若い世代の課題が多い⇒どの年代でも食育は大切、特に若い世代が重点課題

- ・今期は第二次に戻り「生涯を通じた心身の健康を支える」が一番目になる
⇒要は、子どもの「食育」も大事、中高年・高齢者の「食育」も大事

②持続可能な「食」を支えるについて、第三次の時に食の循環や環境を意識する事が大切で項立
⇒加えて、人の輪、和食文化の輪について、環境や社会として食を支える場を作る必要があることも項立

③コロナ禍の新たな日常、デジタル情報を駆使して無関心層にも「食育」が届く可能性がでる
⇒新たな日常やデジタル化に対応した「食育」の推進
⇒全体的にSDGsの観点からも進めていこうとなったのが、今期の新しい特徴

2. これまでは3つあるいは5つの課題が並列に出されていた

○重点事項① 子どもに対してマナーを伝える、一緒に食べる楽しさ美味しさ、健康を伝える
→個々人に対応している

○重点事項② 社会・環境・文化の観点から整備～連携

○重点事項③ 手段として新たな日常、デジタル化の下支え、横断的実践として考える

→第四次で大事な点として新たに設ける（袋栽培も持続可能な環境づくり）

【レジュメ P10~P12 +補足資料ページ】

○目標について

- ・ここ1、2年で重視してきたものが全て重要であることから変更へ
(※資料の黄色い網掛け部分に変更になった箇所、それ以外は変更なし)
- ・変更なしの箇所については、今まで行ってきた「食育」を丁寧に持続的に続けること

〈変更箇所〉

①学校給食における地場産物を入れた取り組みを増やそう！

⇒特に子ども達への教育的な観点からも指標を変更してでも進める

- ・大切なことは、量的評価が可能な学校給食を目標に挙げている

⇒保育現場で給食を出しているところは、学校給食と同じように取り組むべき

- ・今後大切になってくる、地場産物を使った給食を提供すること、みんなで栽培すること等

⇒まさに第四次食育推進基本計画で目標化するところ

②地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法の継承を繋ぐ国民を増やす

- ・保育現場ではなく、家庭や地域に保育所が拠点となって伝え、一緒にイベント等をする

⇒商品・食品を選ぶ人たち、郷土料理や伝統料理を食べる人たちの増加が目標化

【レジュメP13 +補足資料ページ】

○栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす

- ・東京都の場合は、野菜や果物の摂取量や摂取者数が目標になっている

⇒栄養管理報告では、摂取量や摂取者の数値が毎回求められる

- ・主食・主菜・副菜を1日2回は食べよう！

⇒評価は「健康日本21」等と合わせ、実質の量での評価へ

- ・和歌山は伝統料理が沢山あるので、保育所が食の伝承をどのように進めればいいのか？

○具体的な取り組みについて

- ・変更箇所はなく、枠組みは同じ

⇒今までやってきたことを丁寧かつ独自性をもって行う

【レジュメP14】

重点事項が変更になり、重点事項に繋がる取り組みの中で未だされていない取り組みがある

- ・他の園との連携、共同することでできる取り組みが園の認識と合致すれば進めてほしい

①環境の環・・・食品ロス

- ・SDGsの観点から作る責任、使う責任 ～ここに絡めた取り組み

②人の輪・・・農林漁業体験、地産地消をしっかりと進める

③和食文化の和・・・行事食、郷土料理、学校給食での地場産品の展開

(資料P9参照)

OSDGsの観点から相互に連携、総合的に推進しようという取り組み

- ・元々、SDGsと食育とは、親和性があるとされている

【レジュメP15～P17 +補足資料ページ】

OSDGsとは・・・子どもや孫さらにその先の世代が豊かに安心して暮らせる未来が続くために

今やらなければいけないこと、やっていこうと思っていること

OSDGsのイメージとして(米倉先生)・・・

- ・③「すべての人に健康と福祉を」、④「質の高い教育をみんなに」は、保育では既に成されてきていることで、気を使って丁寧に進めていくことで少なくとも③④には繋がっている

- ・①「貧困、飢餓をなくす」は、取り組み次第で子ども食堂やフードバンク等が食育に繋がる

- ・③「食物アレルギー対応」は、新たな視点として重点的に行う必要が出てくる

- ・④「防災」は、第三次には入れられなかったがここ5年間災害が増えてきたため、拠点として保育現場が活躍できる地域体制となる
 - ・⑫「食品ロス対策」
 - ・⑭⑮「海や陸を守ろう」は、地産地消、旬産旬消等を学校給食に取り入れていこう
- ◎上記を実際におこなっていれば、和歌山市は先進的に行っていることになる！
- ◎和歌山の地域的な課題やニーズが「第四次食育推進基本計画」とマッチしてくる！

●ここまでが「食育」の最新情報として、和歌山市の活動に照らし合わせて紹介。
ここからは本題の「保育現場から考える「食」を通じた子育て支援について」の講演。

【レジュメP18 +補足資料ページ】

- 保育とは・・・人間らしく育てていく営み
 - ・「他者と協働しつつ生きる力」、「豊かな感性」、「知性や人間性をもった人間」
 - ・栄養士等のスタンスからは「健全な心身を培う」に目が行きがちで、「豊かな人間性を育む」のところには行きついていなかったと思われる
- 豊かな人間性を育むとは・・・「五感」を刺激する食育が意味するところ
 - ・フランスには味覚教育という「味覚」の授業がある
 - ・子どもたちの感覚（味覚）から「言語表現」を引き出すことを大切にしている
 - ・小学生を対象とした授業（12時間）のパッケージ
〈五感、味覚についての学び〉⇒〈実践〉⇒〈地方（物産）と食（文化）についての学び〉
- 和歌山の地域性を活かし生産者と繋がり、農産物を絡ませた「栽培して食べる」という営み

【レジュメP19～P20 +補足資料ページ】

- フランスの味覚【4つ味が基本】・・・甘味、塩味、苦味、酸味 ～日本は加えて旨味がある
 - ・視覚・・・食材の色だけでなく、みずみずしさやふわふわ感、オクラの形なども大切
 - ・聴覚・・・食材の音、調理、食べるときの音が大事
 - ・味覚は勿論、嗅覚や触覚にも気づきながら「五感」を刺激した食育が求められる
 - ・保育現場を拠点とした「五感教育」＝「食育」という活動がとても意義がある
- 色を見て思い浮かべる季節は何に？ 食べ物は？
 - ・「五感を刺激する」とは感じたことを表現すること、自者に対して他者理解することも大切
- 人は記憶を通して「食」の豊かさを感じる
 - ・日々の保育の中では、「食」を通して五感を刺激すること、味覚を表現して楽しむこと等々
- 保育において子どもたちに対して求められるもの
 - ・今まで行ってきた保育現場での「食育」を誠実かつ丁寧に進めること
 - ・栽培→収穫→調理→食事という流れを言葉にする、感じる等、積み上げていく食育が大切
- 保護者に対して求められるもの
 - ・食生活を世代間でぐるぐる回そう！ ～例えば、親子クッキングや保育参観等々
 - ・保護者が子どもに対する「食」の困りごとが多い（離乳食や幼児食等／乳幼児全国調査）
 - ・食の知識がないのではなく氾濫する情報が整理できない状況 ⇒保育者への相談が増加
 - ・親になったことで「食育」に興味・関心を持つケースが多い
 - ・一世帯当たりの世帯構造が2.2人と減少しているので、家庭内伝承も少なくなっている

【レジュメ P24 + 補足資料ページ】

- 『農産漁村の郷土料理百選』（農林水産省）
 - ・和歌山が選ばれているもの ～クジラの竜田揚げ
- 『うちの郷土料理』（農林水産省）
 - ・和歌山 28 品（お寿司が豊富）～ホームページにて確認
 - ・地域の郷土料理を給食へ、そして家庭に繋ぐことが大切
- 「地域」を巻き込んで何ができるか？
 - ・コンポスト（循環）・・・園から家庭へ繋げ、子どもを通して保護者が大切さに気付く
 - 【SDGs】 家庭で⑪⑫⑮が達成、保育園から地域を巻き込むと⑰が達成できる
 - ・【防災】の観点から「食育」に繋がる場所
 - ⇒ローリングストック法 ～補充する（購入）→貯蔵する（備蓄）→食べる（消費）
 - ⇒パッククッキング ～保育園でも取り組み、JA も実践
- 保育の現場で求められるこれからの食育
 - ・保育園として地域のメンバーとして、様々な「SDGs」を達成していく取り組みが可能
- これから大切な視点
 - ・保育現場が拠点として世代を超えること、地域を巻き込んで領域を超えること
 - ⇒保育園がコーディネーターの役割になることで、子どもの持続可能な社会の実現

【レジュメ P25～P26】

- これからどんな食育活動を計画、実践していきたいか？
 - ・今日の講演を参考にして、仕掛けを加えて、新たな食育活動を！

米倉れい子先生&馬場耕一郎先生
ディスカッション（録）

- 園で「SDGs」をやらなければと考えていたが、何をすればいいのかヒントを貰えた
〈馬場先生〉
- 「五感」について、日頃食べているものや特産品などが浮かんだのではないかと
自分のこととして捉えて欲しい 〈米倉先生〉
- 「第四次食育推進基本計画」の重点施策を和歌山市の活動では既に取り組んでいたこと、
保護者をもっと巻き込んでいかなければならないこと 〈馬場先生〉
- 和歌山は自然が溢れている恵まれた地域であることが大きなポイント 〈米倉先生〉
- JAの「袋栽培」の取り組みは間違っていない、これからの時代に必要 〈馬場先生〉
栽培から活動を広げて、家庭へ繋いで、循環することが大切 〈米倉先生〉
- 包丁やまな板が家庭から消えたことも耳にするが料理をするきっかけも必要？ 〈馬場先生〉
目の前で調理して試食すること（スーパー等）をヒントに、親子クッキング、フードドライブ
や梅干しづくり等を園で行って、家庭に持ち帰るような動機づけが効果的である 〈米倉先生〉
- 世帯人数が減少している状況下、保育所を拠点として地域の高齢者と食をとおした繋がりをつくる
ことが、地域の活性化や味の伝承にも繋がってくる 〈米倉先生〉
- 「和食」離れが危惧される中、若い時分に色々なものを食べるという経験をするには、感性を豊かにし、
食の楽しさや興味を持つことで可能性や幅を広げることにつながる 〈米倉先生〉
- 保育園や小学校の時の給食が美味しかったから調理師や栄養士になった人も多い 〈米倉先生〉
- 結婚や出産をきっかけに「食」に関心が高まり、子どもの反応がきっかけで想起されることが多いので、
給食で食べたものを掲示するなど家庭へ情報発信をすることが大事 〈米倉先生〉
- 子どもの体力と食の関係から子どもたちに上手く食べさせられる方法は？ 〈幼年機構飯田〉
アスリートの活躍はとても影響や反響があるので役割も大きい。和歌山はアスリートのタレント発掘事業で
全国トップ5に入っているなどスポーツ業界では注目されている 〈米倉先生〉