

## 第4節 就学前の子供に対する食育の推進

### 1 保育所における食育の推進

#### (1) 子供の育ちを支える食育 – 養護と教育の一体性の重視 –

保育所における「食育」は、「保育所保育指針」（平成29年厚生労働省告示第117号）において、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います。そして、子供が毎日の生活と遊びの中で、食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しむ子供に成長していくこと等に留意し、保護者や地域の多様な関係者との連携及び協力の下で実施しなければならないとしています。また、栄養士が配置されている場合は、専門性をいかした対応を図ることとしており、保育所の栄養士数（常勤換算）は、食育基本法が施行された平成17（2005）年の6,855人から着実に増加し、平成29（2017）年は14,572人<sup>1</sup>となっています。

また、平成29（2017）年4月に策定した「保育士等キャリアアップ研修ガイドライン」では、専門分野別研修の一つとして「食育・アレルギー対応」分野を位置付け、その専門分野に関するリーダー的職員を育成することとしました。

#### (2) 食を通した保護者への支援

子供の食を考えると、保育所だけではなく、家庭と連携・協力して食育を進めていくことが不可欠です。食に関する子育ての不安・心配を抱える保護者は決して少なくありません。保育所保育指針では一つの柱として、保護者に対する支援を重視しています。保育所には、今まで蓄積してきた乳幼児期の子供の「食」に関する知識、経験、技術を「子育て支援」の一環として提供し、保護者と子供の育ちを共有し、健やかな食文化の担い手を育てていくことが求められています。

さらに、保育所は「児童福祉法」（昭和22年法律第164号）第48条の4の規定に基づき、保育所に入所していない子供を育てる家庭に対しても、保育所の行う保育に支障がない限りにおいて、地域の実情や当該保育所の体制等を踏まえ、地域の保護者等に対する子育て支援を積極的に行うよう努めることが期待されています。具体的な食を通した活動として、次のような活動が展開されています。

①食を通した保育所機能の開放（調理施設活用による食に関する講習などの実施や情報の提供、体験保育等）

②食に関する相談や援助の実施

③食を通した子育て家庭の交流の場の提供及び交流の促進

④地域の子供の食育活動に関する情報の提供

⑤食を通した地域の人材の積極的な活用による地域の子育て力を高める取組の実施

上記のような「食」の場を通して保護者同士の交流の場の提供や促進を図っていくことで、



保育所における食育活動  
（食事と健康の関わりについてのお話）

1 厚生労働省「平成29年社会福祉施設等調査」

保護者同士の関わりの機会を提供し、食に対する意識が高まることが期待されます。また、実際、多くの保育所で、育児相談や育児講座等を通し、保護者の育児不安を軽減する活動が展開されています。

### (3) 子供の発育・発達を支援する食事の提供

近年は、保護者の就労形態の変化に伴い、保育所で過ごす時間が増加している子供も多く見られるようになり、家庭とともに保育所も、子供のための大切な生活の場となっています。そのため、保育所で提供される食事は乳幼児の心身の成長・発達にとって大きな役割を担っています。

厚生労働省では、乳幼児の発育・発達の過程に応じて、計画的に食事の提供や食育を実施できるように、平成22(2010)年に「児童福祉施設における食事の提供ガイド」を作成するとともに、平成24(2012)年に「保育所における食事の提供ガイドライン」を作成し、その普及啓発に取り組んでいます。

また、アレルギー疾患を有する子供が年々増加傾向にあり、保育所での対応に苦慮していることから、厚生労働省においては、保育所職員が保育所での具体的な対応方法や取組について共通の認識を持つとともに、保護者も含め、保育所を取り巻く関係者が連携しながら組織的に取り組むことができるよう、「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」を平成23(2011)年に作成しました。食物アレルギーを有する子供への食事の提供については、「保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表」を活用し、医師の診断・指示に基づいて原因食物<sup>1</sup>を給食から完全に除去することを基本として、食物アレルギーのない子供と変わらない安全・安心な保育所での生活が送れるよう、対応の基本を示しました。なお、同ガイドラインについては、平成30(2018)年度より適用されている改定保育所保育指針においてアレルギーを有する子供の保育に関する記載等が充実されたこと等を踏まえ、保育の現場での活用に資するよう、記載方法の工夫を図るとともに、地域の関係機関と連携した取組についての新規記載等、内容の見直しを行いました。

さらに、保育所を始めとする児童福祉施設の給食関係者を対象とし、子供の「食」を通じた健康づくりの一層の推進を図るため、毎年「児童福祉施設給食関係者研修」を全国4ブロックで開催しています。平成30(2018)年度は、「食物アレルギーへの対応」及び「社会経済的要因を踏まえた栄養・食育の推進」をテーマとして情報共有を行いました。

## 2 幼稚園における食育の推進

幼児期における教育は、生涯にわたる人格形成の基礎を培う重要なものです。この時期に行われる食育では、食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通じて自ら進んで食べようとする気持ちが育つようにすることが大切です。

幼稚園における食育については、平成20(2008)年に改訂された幼稚園教育要領に記載され、平成30(2018)年度から実施されている新しい「幼稚園教育要領」でも充実が図られています。具体的には心身の健康に関する領域「健康」において「先生や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心をもつ」ことがねらいを達成するために指導する内容とされています。また、幼児の発達を踏まえた指導を行うに当たって留意すべき事項として、「健康な心

1 食物アレルギーの原因となる(と思われる)食物

と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、食の大切さに気づき、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。」とされています。

また、こうした幼稚園教育要領の趣旨を各種研修等を通じて幼稚園教諭等に周知し、幼稚園における食育の充実を図っています。

### 3 認定こども園における食育の推進

認定こども園は、就学前の子供を保育の必要の有無にかかわらず受け入れ、教育と保育を一体的に提供する、いわば幼稚園と保育所の両方の機能を併せ持ち、保護者や地域に対する子育て支援も行う施設です。

認定こども園における食育については、平成26（2014）年に策定された「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」に基づき、各園において食育の計画を策定し、教育・保育活動の一環として計画的に行うこととしています。

平成29（2017）年に改訂され、平成30（2018）年から施行されている「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」においても、第2章「ねらい及び内容並びに配慮事項」や、第3章「健康及び安全」の中で、食育に関する内容の充実が図られました。特に第3章においては、食育の推進として、食育のための環境の整備や「保護者や関係者等との連携した食育の取組」について新たに明記されました。食育は幅広い分野にわたる取組が求められる上、家庭の状況や生活の多様化といった食をめぐる状況の変化を踏まえると、より一層きめ細やかな対応や食育を推進しやすい社会環境づくりが重要になってきます。

また、認定こども園では、栄養教諭や栄養士、調理員等がその専門性をいかし、保育教諭等と協力し、食育における様々な関係者と多様に、かつ、日常的に連携を図るよう努め、各園の実態に応じた取組が工夫されています。

## 事例

### 野菜作りって、たいへん！でも楽しいなあ ～「ぼくの畑・わたしの畑」で、自ら学び続ける食育～

鹿児島県保育所型認定こども園 つるみね保育園

つるみね保育園は、鹿児島県<sup>かのやし</sup>鹿屋市にあり、自然豊かな環境をいかして保育士が食育について「教える」だけの活動ではなく、園児自らが体験し、考え、行動して、学びを深める食育活動を推進しています。

#### 「ぼくの畑・わたしの畑」の活動

つるみね保育園の食育活動は、「収穫体験というイベント行事で終わっているのではないか」との疑問から、これまでの取組を見直し、日々の保育の中で、園児たちが主体となって、自ら食に関する体験を積み重ねることによって、発展させてきたことが特徴です。

例えば、「ぼくの畑・わたしの畑」の活動では、生産から消費までの食の循環を意識した食育活動を行っています。園児たちは、草むしりや害虫の駆除の大変さ、酷暑や台風、長雨等により思い通りに作業ができなかった困難さ、収穫時期を迎えたトウモロコシをカラスやタヌキに食べられた悔しさ等乗り越え、収穫した野菜を調理して食べる楽しさを通して、「食」に関する興味や知識を身に付け、食の大切さを理解していきました。

また、保育を展開する中で、園児は「ぼくの畑・わたしの畑」で収穫した野菜を持ち帰り、家庭で調理した写真等を用いて、仲間の前でプレゼンテーションをしています。この過程において、園児の食に対する関心や意欲が高まります。また、こうした一連の活動を通して、仲間や家族のコミュニケーションが深まっていることがうかがえました。

今後も、既存の活動にとどまることなく、常に活動の見直しをしながら発展させることで、更なる食育活動を展開していきます。



「ぼくの畑・わたしの畑」での収穫



プレゼンタイム



## 事例

## 自然に触れ、多くの気付きや感動を生む食育への取組

かがみいしちよう かがみいし  
福島県鏡石町立鏡石幼稚園

幼稚園における食育は、食べる喜びや楽しさを味わうとともに、身近な食べ物に親しみながら食べ物への興味や関心をもち、自ら進んで食べようとする気持ちが育つようにすることが大切です。

本園は、福島県のほぼ中央に位置する鏡石町にあります。周りには、田園地帯や里山などがあり、豊かな自然が残されています。また、地域とのつながりも強く、町内の小・中学校、高等学校、関係施設・機関などとの交流活動や地域行事に、年間を通して参加しています。こうした活動は、幼児が自分たちの住む地域に誇りを持ち、自分たちを支えてくれている地域の人々への感謝の気持ちを育てることにつながっています。

鏡石町では、平成24（2012）年度から「かがみいし田んぼアート」を実施しています。「かがみいし田んぼアート」は、地域や町外の人々が共に力を合わせて、田植から稲刈りまでの作業を行い描かれているものです。本園では、町の産業課からの声掛けにより、田んぼアートと同じ苗を幼児たちが栽培しました。苗は、赤や白、黄色、緑、茶色、黒などの色があり、幼児たちは楽しみながら田んぼアート米の苗植え体験をしました。苗が生長した7月、幼児たちは町の田んぼアートの見学に行き、園で育てているものと同じ苗が描く田んぼアートに、時間を忘れるほど見入っていました。田んぼアートに使われたお米の一部が、給食で出されたこともあります。給食のときなどに「このお米はだれが育てたのかな」と話し合うなど、身近な食べ物であるお米への関心が高まっている様子でした。また、田んぼアート米栽培のほか、本園では、さつまいも、じゃがいも、バケツ稲、トマトなど、いろいろな作物の栽培活動を行っています。バケツ稲から収穫したお米とさつまいもを使ったさつまいもごはんを食べたり、収穫したトマトを使ったパンケーキづくりを保護者と一緒に体験したりしました。平成30（2018）年度には、園庭にある柿の木から収穫した柿で干し柿づくりにも挑戦しました。初めて食べる干し柿に戸惑っていた幼児たちも、食べてみると「あま〜い。」と大喜びでした。自分たちで栽培・収穫し、調理して食べるという食育活動は、たくさんの気付きや感動を生み、幼児一人一人にとってかけがえのない体験となっています。



パンケーキづくりの様子

こうした活動などを通じて、幼児たちは食に対する興味・関心を深め、食べることの楽しさや大切さを学ぶことができました。また、これらの活動をきっかけに、家庭でも「親子で料理を楽しむことができ、ふれあいの場をもつことができた。」など、保護者の食育への関心も高まっています。これからも、更に工夫をし、特色のある食育活動に取り組んでいきたいと思ひます。



田んぼアート米の苗植えの様子



田んぼアート見学の様子

## 第2章

## 学校、保育所等における食育の推進

## 「食べられる園庭 (The Edible playground)」の試み

広島県認定こども園さざなみの森

認定こども園さざなみの森は、広島県東広島市<sup>ひがしひろしまし</sup>にあり、ため池や田んぼ、畑に囲まれた自然豊かな里山の中にあります。その里山の地形をいかし、緑あふれる園庭で「子どもたちが「里山で育つ」⇔子どもたちを「里山で育てる」」を理念とする活動を広げています。里山の中で子供たちが、いろいろな体験を通して五感を養い、豊かな生活・暮らしをデザインし、そして、新しいことに挑戦し、新たなアイデアを生み出す力を育む環境づくりに取り組んでいます。



プランターに種植え

その取組の一つとして、園児が日々の生活や遊びの中で、意欲をもって食に関わる体験を積み重ね、食べる楽しみを味わい、みんなで一緒に調理し食べ成長していくことを願う「食べられる園庭 (The Edible playground)」の試みがあります。自然豊かな立地をいかし、園庭内に畑や実のなる樹、菜園やプランターを配し、園児が遊びの中で種を植え、水やりをしながら育てることで、芽が出て、花が咲き、実を付け、食べられるようになる様子を身近に体験します。自分たちが食べるものを育てることは、地球とつながっていることを実感でき、また、育てたものをみんなで一緒に調理し食べる喜びによって、新しい自分を発見し、自分の成長を感じることができます。

食に関わる体験の一つに、地域の方々との連携・協働の中で、主食であるお米を園舎から見える田んぼで育て、収穫して調理し、食べることも継続しています。田んぼの提供や日々の管理、刈り入れ、精米など、保護者、近隣の農家の方々の協力を得ながら進めています。

また、保護者の方々とは、保護者会の機関紙「MoRi モリ」を



保護者会の機関紙「MoRi モリ」

通して、子供たちの食に関する体験報告だけでなく、家族の食生活改善情報や園で開催される食文化講座を共有しています。これは、失いかけている「味覚」や「食文化」を取り戻す活動にもなっているのではないかと考えています。

このように「食育」が特別な行事ではなく、子供たちの日常の中で継続的に行われ、1年間を通した四季の里山風景やその季節の移ろいを味わいながら生活と遊びと食が相互に結び合う環境となるよう、これからも保護者や地域の方々とともに取り組んでいきたいと思ひます。



園庭で食べるランチ



みんなで田植