

保育計画(新規事業計画)成果報告書

法人名等	社会福祉法人ビハーラ
施設名	らららこども園
報告者(役職)	月門 海(園長)
住所・連絡先	群馬県桐生市東 5-6-47
	☎ 0277-47-1066
	E-mail info@lalalakodomo.com

○タイトル(保育計画 or 新規事業計画)

みんなで育てた野菜、みんなで食べよう！
重ねられるテーブルで遊戯室を食育ランチルームに！

○主な助成備品

スタッキングテーブル

1. 保育計画(新規事業計画)策定の目的

当園は、人間の生きる力に直結すると考えている「食育」に力を入れた保育を提供しています。毎月「食育の日」に、季節の野菜や箸の正しい持ち方、栄養についてなど、食に関するあらゆることを楽しみながら学んでいます。園庭にある畑で無農薬野菜を栽培しており、収穫の時期になると、それぞれの子どもが収穫をして調理室へ持って行き、給食の先生に調理をしてもらいます。季節ごとにある「お料理の日」では、収穫した野菜を使ってカレーやすいとん、おでん、焼いも、ピザなど、子どもたちでも作ることができる献立を料理して食べることもあります。また、群馬県民の日にはうどん打ちをしたり、寿司職人を招いてお寿司ショーを見る機会も設けています。

食育の観点から言うと、本当は全員で集まって食の喜びを共有しながら食べることが理想だと考えていましたが、子どもたちは年齢別に分けられた教室でクラスごとに食事をしていました。そこで、園舎の中で一番広い遊戯室をランチルームにして、そこにテーブルを並べれば、全園児で集まって食べることができると考えました。しかしながらそこに必要なテーブルがありませんでした。

食事に使用していたテーブルは保育活動と兼用していたため、給食専用として移動することができず、調理台としての利用を考えると衛生面でも不安があり、ラップでグルグルに巻いて調理をしている状況でした。食事専用のテーブルを購入することで、子どもたちが安心して調理をし、給食を食べることができるようになると考えました。みんなで食べる喜びは、食を更に豊かにします。そし



スタッキングテーブル

てそれは子どもたちの「食べる力」になり、「生きる力」へと繋がります。

2. 具体的な実施内容

- テーブルは年齢に応じた高さに調節することができるので、全年齢の園児と一緒にランチルームで食事をすることができます。
- スタッキングでき、軽く、キャスター付のテーブルであるため、遊戯室内にランチスペースを展開しやすいため、保育者の負担が減り、子どもと関わる余裕ができると考えています。
- テーブルは料理体験や配膳のお手伝いなど、子どもの作業台としても利用することができます。
- 昨今問題視されている、子どもの食生活の乱れや孤食、肥満、思春期痩せなど子どもの健康問題を防止する観点からも重要とされている「食育」を更に実践することが可能となります。

3. その成果と評価

食事用テーブルの導入で広がる可能性

食事用テーブルを導入したことで、全員が一番広い部屋に集まって一緒に食事ができるようになり、より快適で楽しい食事の時間が生まれました。コロナ禍を経て、職員も子どもたちと一緒に食事を食べるようになりました。みんなで顔を合わせながら食べることで、以前よりも食事の時間が賑やかになり、子どもたちが食事をより楽しいものと感じることができているようです。また、嫌いなものも挑戦して食べてみようという意欲や、好きなものがもっと好きになったり、「食」への関心が更に高まったように感じます。この環境の中で、食べることの大切さや楽しさをしっかりと伝えていくことで、食育の効果もより高まります。

法人としても、以前よりも食材の質により重きを置き、お米は新潟産「こしひかり」に、肉や魚、野菜も全て国産で新鮮なものを地元業者から仕入れるようにしました。

これからも、食事の時間を「楽しく・おいしく・大切に」できるよう、さまざまな工夫をしてまいります。

<図1> 食事の様子



4. 今後の課題と展望

子どもの食育は、成長や健康だけでなく、将来の生活習慣にも大きな影響を与える重要なものです。しかし、現代社会ではさまざまな課題があり、十分な食育が行われにくい状況もあります。

現代社会における子どもの食育の課題

1. 家庭での食事時間の減少
2. 偏った食習慣（ファストフードや加工食品の増加）
3. 食文化の継承の難しさ
4. 食への関心の低下
5. アレルギーや食の多様化への対応
6. 食材ロスや環境問題への意識不足

解決に向けた取り組みと展望

これらの課題を解決するために、以下のような取り組みが求められます。

- 食事の時間を大切にし、できるだけみんなで一緒に食べる機会を増やす
- 畑仕事を含む園での食育活動を充実させ、食への関心を高める
- 子どもと一緒に料理をする機会をつくり、食の楽しさを伝える
- 地産地消や食材の旬を学び、環境にも配慮した食生活を意識する

子どもたちの食事風景を見ていると、「食」でお腹だけではなく、心も満たしていることがよくわかります。乳幼児から豊かな食の体験を積み重ねることは、生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送る基本としての食を営む力が育まれていきます。

今後は、園内だけではなく、それぞれの家庭でも充実した食事の時間を設けられるように保護者支援としての食育に更に力を入れたいと考えています。お仕事で忙しい家庭が多く、料理に時間をかけられなかったり、買い物に行く時間がない保護者も多いと思います。現在は園で作っている簡単なレシピを配布したり、玄関で地元の無農薬野菜を販売していますが、今後はすぐに食べることができる調理済みのおかずやお惣菜をお迎え時間に合わせて販売したいと思っています。家族みんなが笑顔でおしゃべりをしながら楽しく食事をする時間が何よりの栄養になることでしょう。

食育は、単に「食べること」を教えるだけでなく、「生きる力」を育む大切な要素です。子どもたちが健康的に成長し、将来、自分で考えて食事を選び、食を楽しむことができるようにするため、これからの「食育」に注力した保育・教育を提供して参ります。

以上