

保育活動に「食」を加えて楽しむ地域の文化

信濃町立保育園 管理栄養士 小林 真澄

和食や郷土食、季節の行事食など「食」を通じて子どもたちに伝えられる地域の文化は多く、家庭で経験することが難しくなってきた文化を経験できる場を設けてあげるとも保育所の役割ではないかと感じています。

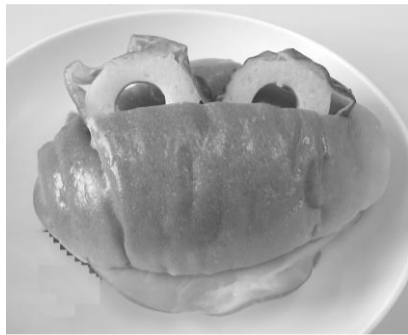
信濃町では、保育園から学校教育を通して、地域に親しみをもち、ふるさとを誇りに思う子どもを育むことを大切にしています。

子どもたちが楽しみに感じている「食」を媒体として保育に加えることで、伝えることが難しかった文化も身近になるのではないかと思います。思いから、地域の特色を生かした献立を2年前から取り入れています。「一茶俳句献立」と「野尻湖献立」です。

俳句も野尻湖も一見「食」とは無関係ですが、子どもたちが散歩や遠足で関係施設を訪れた経験を生かして、工作で博物館を作る様子や、俳句が描かれたかるたで遊ぶ姿にヒントを得て、子どもたちの興味関心を広げてあげたいと思います、この献立を考えました。

「一茶俳句献立」では、

『やせがえる 負けるな一茶 これにあり』の句にちなんだ



▲「小林一茶献立」で提供している『まけるな！かえるパン』

地域に密着した食育活動

飯綱町食生活改善推進協議会 会長 黒柳 美和子

飯綱町食生活改善推進協議会は、町の事業への協力を積極的に進めています。例えば、離乳食講習会や地区健康教室での試食作り、小学校の料理クラブでの調理指導、男性の料理教室の開催など数々あります。

そのひとつとして、子どもたちに向けた「食育シアター」に取り組んでいます。なんでも好き嫌いをなく食べることの大切さ、食事や料理の楽しさを感じてもらいたいという思いからスタートして5年になります。

今までは、子育て支援センターのクッキングに合わせて行っていました。今年度からは、2歳児を対象とした「歯っぴいお誕生教室」で発表しています。各クラスでテーマを決めて、子どもたちにうまく伝わるよう、歌や身ぶりや表現を大きくしたり、興味をひくために使用する道具を可愛らしくするなど工夫しながら頑張っています。

この「食育シアター」を通して、子どもたちだけでなく、その保護者自身の食生活への振り返りと、食に対して関心を持つてほしいと考えています。

また、男性の料理教室は、ある地区の男性数名からの「料理教室をやってみよう」という声から始まりました。料理教室



▲ 活動の様子（男性の料理教室⑤ / 食育シアター⑥）

たのしく！みんなで食育活動

NPO法人食育体験教室・「コロボ」理事長 飯島 美香

子どもたちへの食育活動を推進して8年がたちました。東日本大震災を機会に、『ごはんとうま汁』の和食が皆を元気にする素晴らしい献立であるかを通して、『いつか親の元を巣立つこともたちが、どんな時でも自分でごはんとうま汁の煮炊きのできる子に育って欲しい』と思いい、活動を続けています。

今年度は、多くの小学校や子育てサークル・子育て支援施設からの要望があり、『和食を学ぶ』授業をさせていただきました。和食・だし・文化・味噌・キワードは、子どもたちにとって「聞いたことはあるけど、詳しくは知らないな」と興味を沸かすテーマを作り、一緒に考え、ワークシヨップをしていきます。鯉節を削る・出汁をとるといった難しく感じるかもしれませんが、実践してみると「簡単だねーこれならやってみる！」だし、おいしい！味噌汁もおいしい！と実感してくる姿が見られて、とても嬉しいです。

こうした活動を続けていく中で、子どもたちは自分に自信が付き、積極的になり、今までやらなかった『料理』にも興味を示し「お家でも作ったよ」と

▼ 小学校での出前講座「和食を学ぶ」の様子



▲ 出汁について学ぶ子どもたち