附属認定こども園並びに児童クラブと連携した食育の取組

Initiatives in dietary education in partnership with an affiliated certified child care facility and an after-school club

藤 澤 克 彦*1
Katsuhiko FUJISAWA

Abstract

Ⅰ report on the planning and implementation of dietary education for children by students aimed at raising their ability to deliver such content and encouraging children’s healthy development Relevant education was delivered to children attending our affiliated certified childcare facility and to children attending Nagao Kidz. a local after-school club. Analysis of improvement in the students’ ability to implement dietary education and of the healthy development of children has not yet been carried out in enough depth, and so this report covers only implementation of the initiatives and challenges relating to delivery in future years. At a later date, I will investigate and report on the impact of implementation of such dietary education.

Keywords: 食育、子ども教育、地域連携

Ⅰ 緒言

2005年に食育基本法が制定されて以降、各地域において食育活動が積極的に行われるようになり、地域住民の食知識の増加や食意識の向上が実感として感じられるようになってきた。この活動を絶やさないためにも食育を実施できる人材の育成、食育の場の確保は重要な課題となる。本報告では、学生の食育実践力の向上と小児の健全な発達を目的として学生が小児を対象に食育を企画・実施したことを報告する。

Ⅱ 取組内容

（１）児童を対象としたオンラインでの食育

2021年度栄養指導実習Ⅱ（３年次後期開講）において、地域の放課後児童クラブである長尾キッZ児童クラブを利用する児童を対象にZoomを用いてオンラインで食育を実施した。学生53名を12グループ（１グループ４～５名）に分け、１グループ５～10分を目安として食育を計画・実施した。実施時間は参加者を確保しやすいおやつの時間前後で16：30からとした。実施方法は、１回あたり学生２グループが交代して実施する形をとり、２グループ合わせて15分程度の食育となるように調整した。参加児童の数は回によってさまざまであるが、１クラス20人前後のクラスが１回あたり３～５クラス参加してくれた。テーマと実施日程は表１に示す。食育実施後は、学生に食育の振り返りとして自己評価、うまくできた点、うまくできなかった点、今後に向けた課題について記録させた。

*くらしき作陽大学　食文化学部　栄養学科　Department of Dietetics, Faculty of Food Culture, Kurashiki Sakuyo University

表１　児童を対象とした食育のテーマと日程

	グループ１	グループ２
11月４日	食事に感謝しよう	カルシウムについて
11月５日	おやつについて	免疫について
11月11日	食事のバランスについて	鉄について
11月12日	衛生について	カルシウムについて
11月18日	朝ごはんについて	野菜について
11月19日	発酵食品について	調理の工夫について

（２）園児を対象とした対面での食育

2022年度栄養指導実習Ⅰ（３年次前期開講）において、くらしき作陽大学附属認定こども園を対象に対面での食育を実施した。学生48名を16グループ（１グループ２～４名）に分け、１グループ５～10分を目安として食育を計画・実施した。実施時間は園と相談の上９：30からとし、１日に４クラスに分かれて実施した。実施方法は、１クラスにつき学生２グループが交代して実施する形をとり、２グループ合わせて15分程度の食育となるように調整した。テーマ等詳細は表２に示す。食育実施後は、学生に食育の振り返りとして自己評価、うまくできた点、うまくできなかった点、今後に向けた課題について記録させた。

表２　園児を対象とした食育のテーマと日程

		グループ1	グループ2
６月23日	４歳児クラスA	何ができるかな？（米、大豆、牛乳）	旬の野菜・果物
	４歳児クラスB	野菜のヒミツ	食べもののへんしーん！
	５歳児クラスA	野菜を好きになろう。食べ物に感謝しよう。	食べ物の大切さ（食品ロスについて）
	５歳児クラスB	３色レンジャーと一緒に食べ物の働きについて知ろう	岡山の有名な食べ物
７月１日	４歳児クラスA	野菜・果物断面当てクイズ	野菜紹介　紙芝居クイズ
	４歳児クラスB	季節の野菜・果物のクイズ	いただきますとごちそうさま
	５歳児クラスA	手洗い・うがい	３色食品群クイズ
	５歳児クラスB	食べ物の変身	包丁の使い方を知ろう！

Ⅲ 取組の様子

図１　３色レンジャーと一緒に食べ物の働きについて知ろう

図２　野菜のヒミツ

Ⅳ 取組結果

食育に対する対象者及び対象施設の関係者の反応や評価については客観的に評価できていないが、いずれの食育においても好評をいただけた。学生の食育実践力の向上については比較対象がないためきちんとした評価が難しい。しかし、食育実施の１グループの人数が４人以上になると、役割分担の境界が明確になり学生間での食育への思いや取組レベルに差が生じていると感じた。食育の時間はどちらの実施についても15分程度までが現実的であると感じた。特に児童クラブでの食育については、おやつ時間の前後ということもあり15分を超えて集中して聞いてもらうのは難しいと感じた。しかし、15分程度までであればいずれの施設においても、集中して食育に参加し良い反応が得られると感じた。

Ⅴ 今後の課題

今回実施して、学生全員が食育の企画から実施後の評価・改善まで関わることで食育実践力の向上を期待するのであれば、１グループの人数を３名程度までにした方が良いと感じた。この点については学生の特性にもよるので評価は難しいが、今後は基本的に３名程度のグループでの実施を検討していく。その際、１回の食育時間は15分弱を目安に調整する必要があると感じた。学生の対象者の反応への対応力がまだ発展途上ということから時間が延びるケースがあり、それにより対象者の集中力が減ったと感じたわけではないが、内容から考えて15分程度に収める力を習得ほうが重要であると考える。時間を指定時間内に終わらせるためには、対象者の反応への対応を考え実際にその機会を経験することが重要である。今回の食育はこの経験をつけるための機会ではあるが、その機会をより良い機会とするためにも、事前の教育とシミュレーションは重要になる。特に小児は問いかけへの反応が良く、その反応を制止する事が難しいため、この点についての教育とシミュレーションは十分に行っていく必要があると再認識した。

本報告での取組は各施設と連携して食育を実施するための流れを構築することを第一の目的としていたため、学生の食育実践力並びに小児の健全な発育に対してどの程度の効果があったかを測るのは難しい。しかし、実際に小児を対象に食育を企画・実施することで学生のモチベーションや行動が前向きになっていると感じた。今後は、食育実施後に記録させた資料を基に学生の食育実践力への影響を考察する。加えて、附属認定こども園での食育実施を初回として、その後も同様の食育企画を数回繰り返すことで、学生個人の食育実践力の向上レベルを検討していく。また、食育実施による効果の検討は行っていく必要がある。方法については今後検討するが、健康に向けた意識の変化とその定着、行動への反映度を評価していきたい。加えて、食育内容に関して、協力施設からの評価も得て、外部からの客観的な評価も加えて検討していく必要がある。