

園内実践研修を通じた保育者の成長

— 10の姿を意識した食育活動の取り組み—

木村 たか子

1. はじめに

近年、少子化や保育園待機児問題等が表面化し、就学前教育・保育の問題は社会的な関心事となっている。子ども・子育て新制度、幼児教育・保育の無償化等の施策により、就学前教育・保育の制度や量の確保というハード面の対策は充実し、今後は保育の質というソフト面の充実が課題となっていると考えられる。保育の質には安全・衛生面や教育・保育の内容等様々な視点があるが保育者の質の確保も重要な側面である。

保育者は専門的な知識や技術を取得して保育の現場に出るが、その後の保育の実務、いわゆる子どもとのかかわりや先輩保育者からの学び等の影響を受けながら成長していくと考えられる。その過程は、毎日の保育の営みを通して、子どもを観察しながら計画を立て、実践し、評価し、改良して次の実践を行う、いわゆるPDCAサイクルを意識した保育を自分自身の中で行っている。例えば、今日子どもにかけた言葉は子どもの年齢に合っていただろうか？違う言葉のほうがよかったのか？明日は子どもの並び方を変えてみようか？というようにである。このような見直しの循環をする中で、保育者は子ども理解、保育技術、クラス運営等のより専門的な知識、技術、判断を獲得していく。個々人で行っているPDCAサイクルを生かした食育活動の実践を研修として園全体で取り組んだ事例を通して、参加した保育者の学びと成長を調査した。

2. 調査の方法

M市にある社会福祉法人立の認定こども園Mでは園内研修の一環として実践研究を行っている。実践研修後に保育者が記入したレビューを基に研修後の保育者の学びと成長を考察した。

2.1 対象者と手続き

研修に参加した保育者18名が2月に記録したレビューを調査の対象とした。研

修開始前に調査の目的他、調査は強制ではないこと、レビューデータは匿名化されこの調査以外の目的では使用しないことを口頭で説明し、調査参加への同意を得た。なお、保育者18名の内訳は幼児組担当保育者5名（うち副主幹1名）、2歳児担当保育者3名、0・1歳児担当保育者7名（うち副主幹1名、障害児担当1名）、フリー保育者3名である。

2.2 実践研修の内容

昨年度は食育活動の保育内容が「幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿」（幼保連携型認定こども園教育・保育要領、以後「10の姿」と表記する）のそれぞれの項目にどのようにつながっていくのかを考えた。それをもとに、今年度は「幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿」からその目標やねらいを達成するための活動内容を考え、日々の保育に取り入れていくというPDCAサイクルを意識した保育を5月から1月まで行い2月にレビューを行った。

子どもの年齢により1日の過ごし方や保育活動に差があることから「0,1歳児」「2歳児」「幼児組（3～5歳児）（以後幼児組と表記する）」を区別し、別々の食育活動を行った。

2.2.1 10・1歳児の保育の計画と実施状況

「10の姿」から ア 健康な心と体、 エ 道徳性・規範意識の芽生え、 オ 社会生活とのかかわり、 キ 自然とのかかわり・生命尊重、 ケ 言葉による伝え合い、 コ 豊かな感性と表現、の6項目が活動を積み上げることでなくむことが期待される力に関係するのではないかと話し合い、それぞれの項目のねらいを考えて活動を組み立てた。その結果以下のような活動が主に行われた。①食材の手作りおもちゃや野菜マグネット等の手作りおもちゃを製作し収穫や食事のごっこ遊びを体験したり食育の絵本を読んだり遊びの中に食育活動を取り入れる。②毎日給食で使用される野菜を保育室の一角に飾り、見たり触れたりする体験③豆苗やなめこの栽培を保育室で行う体験

2.2.2 2歳児の保育の計画と実施状況

「10の姿」から、イ 自立心、 ウ 協同性、 オ 社会生活とのかかわり、 キ 自然とのかかわり・生命尊重、 ケ 言葉による伝え合い の5項目がふさわしい活動を積み上げることでなくむことが期待される力に関係するのではないかと話し合いそれぞれの項目のねらいを考えて活動を組み立てた。その結果以下のような活動が主に行われた。①簡単な調理の手伝い（トウモロコシの皮むき）や調理体験（焼きスイートポテト）②豆苗やなめこの栽培に加え、ニンジンジャガイモ、玉ねぎ等野菜の切れ端の水栽培の世話の体験③野菜スタンプや食育絵本等を通じた遊

びの体験

2.2.3 幼児組の保育の計画と実施状況

幼児組については年間を通して指導計画として行事や保育の活動が細かく組み込まれており、新しく活動を設定することは子どもにも保育者にも負担になるという配慮から既存の①サツマイモの苗植えと収穫と②お楽しみ保育の活動について「10の姿」を意識して活動を行うよう考えた。2つの活動は以下のようである。

①サツマイモの苗植えと収穫

サツマイモの畑は園から徒歩2分ほどのところにある。苗植えは4・5歳児、収穫は3・4・5歳児が行なった。

②お楽しみ保育

年長児が土曜日にこども園において自分たちで考えたスケジュールで過ごす活動で、4、5、6月と準備をし、7月に行く。子どもが話し合いの中で夕食のメニューを決め、給食職員も含めて、食材を考え、園内にある畑で栽培したり、買い物に行ったりする。

活動後（2月）に「10の姿」の項目の中で、子どもたちが学ぶ機会ができた項目は ウ 協同性、エ 道徳性・規範意識の芽生え、キ 自然との関わり・生命尊重、ク 数量や図形、標識や文字のなどへの関心・感覚、 ケ 言葉による伝え合いの5項目が上がった。

この他に食育として給食前に当日の食材を3つの仲間に分ける活動、月1回のクッキング活動、食育絵本の設定等の活動を保育に入れている。

2.3 実践研修の結果

各クラスで保育者同士話し合い、子どもに以下のような変化が認められたことを保育者は認識していた。

2.3.10・1歳児、2歳児の実践研修の学び(特に子どもの変化に着目して)

- ・保育者の意識や声掛けで子どもの食に対する意欲が変わる
- ・野菜の名前を声に出すだけで給食が楽しい時間になった
- ・実物を見たり触れたりすることで食材への興味に繋がった
- ・苦手な食材を食べようとする姿が増えた
- ・未満児でも“育てる”という喜びを知ることができる
- ・幼児組と一緒に活動を行ったり、見たりすることで進級へのあこがれが強くなる
- ・食育の絵本が好きで毎日読むことで先生と一緒に関わる時間や話を聞く時間を子どもが認識していった。
- ・食材等の手づくりおもちゃを食べるものとして認識し、食べたり食べさせたりと

いうごっこ遊びに発展し、それがまた実際の食事へとつながる場面が見られた。

- ・野菜の実物を見て、料理されて形が変わっても「同じだよ」等説明をし続けることで理解していった。

- ・植物が成長するということに触ったり匂いを嗅いだりという体験を通して理解した。

- ・調理室に行き、給食を作っている様子を見て、給食の先生に声をかけてもらうという体験を通して食べるものを誰がどこで作っているか知る機会になった。

- ・食事中に簡単な食材についての会話のやりとりが増え、言葉の力がついたと感じた。

- ・絵本や図鑑の絵と実物が同じものと認識できていた。

2. 3. 2 幼児組の実践研修の学び(特に子供の様子の変化に着目して)

- ・自分がかかわった食材は食べたことがなくても食べられるようになった

- ・クッキング体験が食につながる大事な機会になる

- ・子どもと給食の先生との会話が増えた

- ・子どもからの食に関する質問が増えた

- ・子どもが知る食事のレパートリーが増えた

- ・経験のない食材を食べる機会になった

- ・「今度は何をするの？」と期待を持つようになった

- ・味覚を知り、食べた時の自分の気持ちを言葉にしていることが増えた

（酸っぱい、辛い、甘い、苦い、おいしい、ヌルヌルする、あまり好きじゃない、苦手、まあまあ好き、結構好き、等）

- ・グループでの活動で自分の気持ちや意見を言ったり、友達の気持ちや意見を聞くことができるようになった。（相談する機会が増えた）

3. 調査の結果

レビューの内容を「子どもの変化」「保育者としての自分の変化」「保育者同士や他クラス、多職種との連携」「その他」の視点から検討した。「子どもの変化」については食育活動実践の結果（2. 3. 1及び2. 3. 2参照）に示すように意欲的主体的に食事に向かう姿を全員の保育士が認識していた。他の3つの視点について検討する。

3. 1 保育者としての自分の変化

- ・食育だけではなく、普段何気なく行っていた活動も「10の姿」を意識して行

うことで子どもへの接し方を考え直して保育にあたるようになった。

- ・保育士の声かけ一つで子どもの意欲がわく姿を見て、保育者の子どもへの接し方が子どもへ影響を与えると実感した。
- ・「10の姿」や食育についての意識が変わった。
- ・子どもの食に対する興味や関心を持つには保育者の働きかけや環境設定が重要であることが分かった。
- ・保育者自身も食についての知識が深まった。
- ・3歳未満児の教育・保育は見たり、触ったり等の体験をすることが効果がある

3.2 保育者同士や他クラス、多職種との連携

- ・クラスや園の保育者が「10の姿」について考え意識している事が、子どもに対する言葉かけが増えた事や食育に積極的に取り組んでいる姿が見られた事でわかった
- ・職員みんなで同じねらいをもって一つの事に取り組む雰囲気や、ミーティングを通して話し合うことの大切さを感じた
- ・普段特に幼児組の活動を知る機会が持てなかったが、園全体での取り組みなので他のクラスの取り組みの様子が分かり参考になった。
- ・活動を行う前にクラスの保育者の役割や導入の仕方、声のかけ方等を打ち合わせをしておく必要があった
- ・給食の職員が食育計画を立ててくれることで保育の中に食育がしっかり入れられている。計画の視点が具体的でわかりやすい。保育士と栄養士の専門性が生かされている。
- ・給食の職員を保育室で見ることも増え、頼もしく、心強く、ありがたいと思った。

3.3 その他

幼児組では研修自体への取り組み方について以下の意見が担任保育者から課題として出された

- ・指導計画に沿って活動がどんどん進んでいき、意図的に保育者から仕掛けるということができなかった。活動終了後に「10の姿」と照らし合わせる事となってしまう。
- ・毎年行う活動でも事前に「10の姿」と照らし合わせて保育者同士で確認し合っで行うことで保育者自身の気づきや子どもへの伝わり方等変化があったのかもしれない

3.4 保育者が学んだこと

3.4.1 子ども理解と環境の重要さ

様々な食育活動を展開させていく中で子どもの食に対する興味や関心に変化が出て、食事に意欲的になり、楽しみに食事をする子どもの姿を全保育者が認識していた。言葉の獲得と相まって、食材や食事内容に対する様々な表現につながり、質問や提案をしたり、子どもや保育者と食事をしながらの対話に広がったりしていく姿がレビューから想像することができた。このような子どもの成長の姿は最初に保育者からの仕掛けがあり、毎日コツコツと説明し、一緒に体験するという保育者の働きかけが重要で意味がある事を保育者は体験的に実感として学んでいた。年長児においては食育活動を通して仲間意識や食事につながる語彙が増えていったことも保育者は認識していた。ハードな環境設定（仕掛け）と保育者というソフトの環境（話しかけや一緒にするという体験等）が重要で子どもの主体性を引き出すには効果があるということの再確認につながっていると考える。

1・2歳児では実物の食材、絵本や図鑑の食材、食事に入っている調理された食材は形や見た目の違いから同じものであるという認識が保育者の説明や調理の見学等を積み重ねることで頭の中で一致させていく象徴能力や想像力の発達場面を観察でき、こども理解が進んだと考える。

もともと食は生きることに直結し、遊びというよりは生活の基本的な部分である。食材の玩具からごっこ遊びに発展し、実際の食事体験にまたつながっていくという子どもに共通した遊びと生活の区別のないサイクルが特に3歳未満児のクラスで展開された。保育者はこの時期の保育・教育の遊びの重要さを再確認したと考える。

また、多くの保育者が今回の学びを食育だけではなく、普段行っている教育・保育についても「10の姿」を意識して関わりたいと考えていた。

3.4.2 保育者同士、多職種との連携

各クラスの保育者同士のミーティングの重要性を大半の保育者が再確認していた。特にクラスリーダーのレビューにはその重要性が記入されていた。今回の研修もクラスミーティングがうまくできているクラスが研修を効果的に運営できたように思われる。

幼児組についてはクラス全体の指導計画があり、行事や活動の内容が詳細に計画されている。ともすると計画通りに行事や活動を進めていくことにのみ注意が行き、行事は無事終了したが個々の子どもにどのような力が育ったかという視点が抜けてしまう危惧がある。幼児組の保育者の学びにもあるように、計画に組み込まれている行事や活動を行う際には、ねらいや子どもに育ってほしい姿を保育者同士で確認

し連携し合うことが重要である。忙しい保育の中でミーティングの時間の確保と効率のよい時間の使い方が課題となる

研修を運営していくうえでクラスや年齢を超えた担当保育者のミーティングが数回開かれ他の年齢でどのような活動が行なわれていくのか知る機会ができ、園全体を俯瞰してみることの重要性の認識につながっていた。

2歳児クラス、幼児組から給食職員が専門職としての的確な支援をしてくれ、効果が上がっているという記入が確認された。こども園Mでは食育に力を入れており、毎月1回の食育会議を行っている。今回のお楽しみ保育の準備でも献立作り、買い物、調理等様々な場面で給食職員が子どもの相談に直接にのることも多かった。お楽しみ保育にも終日参加し、子どもとの距離が近い状況であった。給食職員も今回の研修には参加しており、「10の姿」についても勉強をしている。食育に関して、給食職員と保育者の専門性を生かした連携が両者にとっても学びの機会になるということを認識していた。

4. まとめ

実践研修を通して保育者ひとりひとりが、子ども理解が進み、今まで知識として考えていたことが再確認され、新しい発見もあったと考える。毎日の保育を活動として作業のように遂行していくのではなく、ねらいや子どもに育てほしい姿を「10の姿」という具体的な狙いとして明確にイメージして子どもと関わっていく姿勢が大切だと保育者全員が感じた実践研修になった。こども園は3歳未満児と幼児組の連携が保育の内容や生活の違い等から行なわれにくいところがある。副主幹がクラス同士やクラス内で食というテーマで話し合いが行われ、それぞれの意見が出され全員で考える機会となったと記入しているようにクラスごとに活動して完結してしまうことがないよう、各学年や各クラスがオープンな雰囲気できちんと切磋琢磨できるような雰囲気づくりが重要である。

給食職員との連携が食育活動には効果があると特に2歳児、幼児組の保育者は認識していた。今後このような連携が給食職員にとってどのような効果があるのか、どのような連携が可能なのかを引き続き調査を行いたい。

参考文献 幼保連携型認定こども園教育・保育要領 (2018) 内閣府