

令和8年度 宇治市乳幼児教育・保育協働研修通信

みんなで創ろう!「こどもまんなか」研修

第7回開催 令和8年8月25日(火)

テーマ

「保育とともに
～食べることで遊ぶことは子どもの権利～」

参加者内訳: 保育所(園)5名・幼稚園2名・認定こども園9名・小学校1名

実践発表



- ◆ひいらぎこども園 園長
- ◆宇治市乳幼児教育・保育推進協議会
保幼小連携専門部会員

中田 純子 先生

講評・講演



- ◆京都府幼児教育センター
架け橋期コーディネーター
- ◆大阪総合保育大学・和歌山大学
教育学部 非常勤講師

伴 亜紀 先生



※ この研修通信は、研修での学びを広く共有するために、研修後の参加者の振り返りシートをもとに作成・発行しています。

園(校)内研修や日々の振り返りにご活用ください。

次回の研修へのご参加もお待ちしております。

ご質問等がございましたら、下記メールアドレスまでお気軽にお問い合わせください。

nyuyojicenter@city.uji.kyoto.jp





実践発表からの学び

発表の中で最も心に残ったこと(参加できなかった仲間にも知らせたいこと)



命をいただく

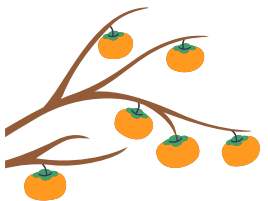


- ・ ぶりさんありがとうの会で、命をいただくことが子どもたちの印象に残っているという話を聞いて、すごいことだと思った。
- ・ 給食では調理済みしか見られないので、ぶりをさばくところから見られるのは良いと思った。
- ・ ぶりの解体を通して、食育について学んでいるところが心に残った。



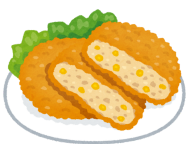
子どもの「やってみたい」を支える・環境を整える

- ・ ○○ちゃんの「柿を取りたい」という思いを支え続ける。(椅子が倒れて泣いていたところから大きな台へ変えていくという学びまで)
- ・ 食育の中でも幼児の「やってみたい」を支える、応援することの大切さを感じた。
- ・ 気持ちが盛り上がった時に、活動が出来る環境を整えることの大切さ。
- ・ 子どもがぶりの解体後、絵を描きたいと言った時に、すぐに表現できる環境をつくることも大切だと気付いた。
- ・ 子どものやりたいことがすぐにできる教育・保育



「おいしい」から自分で食べる

- ・ 大人に食べさせられることよりも「おいしい」と感じて、自分で食べたいという気持ちをもつことが大切だと学べた。
- ・ 初めはコロッケを触ることにすごく躊躇していた子でも、おいしいと分かった瞬間に自分で持って食べることができたというエピソードが最も心に残った。
- ・ 手で触るのが苦手な子がいるけど、食べたい気持ちが触ってみようとする行動を起こす。
- ・ 感触の苦手な子が「おいしいから」掴んで食べたいと思ったこと



子ども自身の発見と学び

- ・ 人参の輪切りを最初縦にして口に入れたが、自分で発見して横向きにして食べた子のエピソードを聞いて、小さい子も学んでいることを実感した。



職種を越えて子どもの思いを支える

- ・ 子どものやりたいを叶えるために職種を越えて一体となっていく。
- ・ 給食に使われる食材の本処理のお手伝い。
- ・ 調理師さんとの連携が取れ、その日のおやつに手を加えて春巻きやピザを作れたということ。





講評・講演からの学び

講評・講演の中で最も心に残ったこと(参加できなかった仲間にも知らせたいこと)



「食べること」と「遊ぶこと」は同じ



- 食べることと遊ぶことは同じだということ。
- 食育と保育は同じであって、子どものやってみたいを実現できるようにサポートすることの大切さ
- 食べるということは保育（あたりまえの生活）に直結しているということを改めて気づかされた。
- 保育と食育は同じ！ということ！！全てつながっている！！



スプーンの持ち方・手首の使い方



- スプーンの持ち方が苦手な子も多いので、教えていただいたキラキラ星(手のひらを自分に向けたり外に向けたり、手首を左右交互にひねる動き)をしようと思った。遊びで手首を使っていきたい。
- スプーンを使う時は手首を回せないと使えない。砂場遊びや普段の遊びの中で手首を使えるようにしていきたい。
- スプーンの持ち方がぎこちない子は、手首の使い方に注目する(手首が自由に動くようになっているか)とよいというお話が心に残りました。



「食べること」と「心」はつながっている



- 人の食べるは「心」とつながっている。
- 味と思い出は一緒に思い浮かぶもの。いい思い出をたくさん積み重ねる。



「離乳食・乳児期の重要性」



- 幼児になっても食べることに課題がある子どもは、離乳食の時期も関わっているということが心に残った。
- 離乳食の介助等が後になって重要になること
- 手づかみ食べの重要性。
- 離乳食は唇に触れるように与える必要があること。
※①スプーンを下唇の上におき、口が開いて自分で取り込むのを待つ。
②上唇がおりてきて取り込めたら、スプーンをゆっくり水平に引き抜く。
(上顎に擦りつけないようにする)



保育士等と給食担当の連携

- 保育士と給食担当の連携の大切さ



★グループ交流での気付き

グループ交流の中で最も心に残ったこと（参加できなかった仲間にも知らせたいこと）



子ども主体の調理体験



- ・ **子どもたち主体**でみそ作り、うめぼし作りをされていた。
- ・ さんまを丸々一匹焼いたり、パンを自分たちで作ったり、園庭で採れた実をシロップにして飲んでみたり、身近な発見や興味で楽しく食べることを学んだ。
- ・ あゆ釣り→その場で焼く。ピザ作り→子どもと作っていく。
- ・ 月1～2回おやつビュッフェをしているところがあったこと
- ・ 保育者からではなく子どもからの「これしたい」「こうしたい」を実現できるように支える。



給食室との距離感・連携



- ・ 「給食室でトウモロコシの皮むきを手伝える」や「給食室が見えるような形になっている部屋がある」園の話を聞き、子どもたちと食との距離が近いのがいいなと思った。
- ・ 給食室にお手伝いボードがある園があって、子どもたちがお手伝いしたものが給食に出ていることが心に残った。
- ・ 給食室との連携の大切さ、難しさ。



経験の積み重ねと発信



- ・ 食育を4期、3期に分けてまとめている園があった。
- ・ 食育活動内容を(ドキュメンテーションを作成する等)具体的にわかりやすく、保護者に発信されていたこと。



小学校での工夫



- ・ 各園での野菜作りの取組みを多々教えてもらい、小学校で出来ることは何だろうかと考えた。(小学校教諭)



明日からの実践で活かしたいこと

研修での学びをどう現場に落とし込むか、参加者の皆さんの実践への意気込みをキーワード別にまとめました。

1. 「子どもの思いに寄り添い、発信を待つ」

- ★ 子どもたちの「おいしい」という気持ちを大切にしていきたい。
- ★ 食育でも子どもからの発信（こうしたい）を待ってみたい。
- ★ 「思いと味はつながっている」ことを心掛け、子どもの給食に向き合いたい。

2. 「一人ひとりの姿や発達に応じた具体的なアプローチ」

- ★ 一人ひとりの発達にふさわしい保育ができていたか、振り返りながら保育していきたい。
- ★ 早食いの子がどれだけ噛んでいるか確認したい。
- ★ 0歳の子どもを担当しているので、かじり取りが出来るような援助や食べさせる時に唇に触れるようにしていきたい。
- ★ スプーンの持ち方が気になる子がいるので、手首の動きに注目してキラキラ星をやってみたい。

3. 「食材への興味を引き出す・栽培活動」

- ★ 園にある果樹や育てている野菜等に興味を持てるような声かけ、関わり、活動、クッキング
- ★ 食育でぶりの解体ショーをやりたいです！！
- ★ 小学校で畑を使って、たくさん育ててみたいです。

4. 「職種間の連携」

- ★ 保育士と調理師の思いをすり合わせること、考えや思いを口に出していきたい。

まとめ

今回の研修を通して、多くの先生方が『「食えること」と教育・保育は、つながっている』という原点に立ち返っておられました。

命の尊さを知るダイナミックな体験から、遊びを通してスプーンを持つ手首の動きを育む日常の工夫まで、アプローチは多種多様です。

しかし、その中心にあるのは常に、子どもたちの「おいしい！」の笑顔や「やってみよう！」という主体性だということを確認し合うことができました。

また、「思いと味はつながっている」からこそ、大人の都合で食べさせたり教え込んだりするのではなく、「子どもからの発信を待つこと」や「一人ひとりの発達に応じた環境を用意すること」が何より大切だということも学び合いました。

これからも教育・保育の現場と給食室がワンチームになって、子ども自らが食に手を伸ばす瞬間を支えていきましょう。

明日へのヒント

【ヒント1】「キラキラ星」をして遊んでみましょう！

スプーンの持ち方が気になる子がいたら、食事中に注意するのではなく、クラスみんなで「キラキラ星」などの手遊びをやってみましょう。「どの子がどれくらい手首を回せているかな？」と注目して観ることが、一人ひとりの発達に合わせた適切な援助の第一歩になります。

【ヒント2】0歳から始まる「食べる力」を大切に

乳児期からの関わりが、幼児期の食の姿に直結しています。

0歳児であれば「かじり取りができるような援助」や「スプーンを唇に触れるように当てる丁寧な介助」を意識してみましょう。目の前の子どものペースに合わせて、食べる心地よさを積み重ねていきます。

【ヒント3】思いを口に出して、チームになろう！

保育士等と調理師・栄養士が「考えや思いを口に出していくこと」が、豊かな食育に繋がります。まずは、お互いの思いを言葉にしてみることから始めてみませんか？

小学校でも、畑を使った栽培活動など、就学前からの経験を繋ぐステップに挑戦してみましょう。