



私たちが伝えたい

全私保連保育運動
新しい時代は
子どもから
子どもの今が未来を創る

全私保連保育運動推進会議
編



7
つ
の
メ
ッ
セ
ー
ジ
集



公益社団法人
全国私立保育連盟

新しい時代は子どもから

～子どもの今が未来を創る～



公社)全国私立保育連盟は、未来を生きていく子どもたちの為に
社会へ向けて、7つのメッセージを送ります。

 あおむし通信

<https://www.zenshihoren.or.jp/>



新しい時代は子どもから

<https://undou.zenshihoren.or.jp/>



全私保連
公式 YouTube チャンネル
<https://www.youtube.com/channel/UCy3LvUSg5wmwIXdA0RkkJXA>



公益社団法人
全国私立保育連盟



私たちが伝えたい7つのメッセージ

6

みんなで食べると美味しいんです

「家ではまったく食べないものを、園ではパクパク食べていて驚きました」。保育参観でよくいただく感想です。

コロナ禍ではいつもより静かな昼食の時間でしたが、集団の力、友だちの力で、嫌いなものもだんだんと食べられるようになります。

園ではテラスで食べたり、園庭にシートを敷いて食べたり、自分たちの作品を展示している会場で食べたりと、いろいろな工夫をしています。嫌いな野菜も自分たちで世話をして収穫すると、一味違います。また、1日1回外遊びをすることも、食欲増進のポイントです。

おうちでも、遠足ごっこや、家庭菜園などを取り入れるなど、楽しい食事を意識してみましよう。

園でお腹いっぱい食べることが出来る毎日の食事は、子どもたちが「食べることの楽しさ」を実感しながら成長していく大切な機会です。午前中のたくさんさんの遊びや学びによって、お腹が空いて食べる食事の美味しさが高まります。

毎日の食事には、それぞれの季節や行事に合わせた献立が考えられ、毎日違った食材を用いて、さまざまな調理方法を駆使した料理が安全に提供されています。そのような食事を食べながら、子どもたちは食べ物の大切さを学び、友だちや保育者と一緒に食べることを通じて、豊かな心を育んでいきます。

1 「みんなで食べることの大切さ」を理解する

食事は栄養補給の手段だけではなく、人間としての社会的な経験を積み重ねる場でもあります。特に幼児期は、周囲の人と一緒に食べることを通じて、さまざまな経験や学びを得ることができます。

① 食べる楽しさを感じる

友だちや保育者と一緒に食べることで、子どもたちは「食べるのが楽しい」と実感し、毎日の楽しい食事を積み重ねることで笑顔が増えていきます。

② 食べる体験を積み重ねながら学ぶ

食事の時間は、社会性を学ぶ大切な場面でもあります。感謝の気持ちをもつこと、食器と食具の扱い方を身につけること、それぞれの料理の食べ方についての基本的な作法を身につけることができます。園で大人が見本を見せながら、

楽しく食べることがとても大切です。

③ 食欲が増す、偏食の改善にもつながる

偏食がある子も、友だちが美味しそうに食べていると、食べてみようという気持ちになります。楽しい雰囲気の中で食べることは、苦手な食材にも挑戦するきっかけを与えてくれます。

2 「みんなで食べるの美味しい」の気持ちを高めるために、保育室と給食室でできること

① 午前中からお腹を空かす

お腹が空いて食べることで、美味しい食事の基本です。

② 食事の前にごそ、食事に向かう気持ちを高める言葉かけを行う

「いい匂いがしてきたね」「たくさん遊んだからお腹が空いてきたね」「今日のお給食は何かな」「美味しそうだね」「早く食べたいね」など、保育者の皆さんが「食いしんぼうの保育者さん」を演じてください。

③ 食事の場所そのものの雰囲気づくり

園の給食で出される食材の実物大の掲示物があると子どもたちの興味も高まります。献立立案時には「白身魚のフライ」ですが、実際に納品された魚がわかった時点で、子どもたちには正しい魚の名前を伝えていきましょう。

④ 食事中に子どもたちの耳に届ける言葉をポジティブにする

「今日のニンジン、甘くて美味しいなあ」などのように、食品名とその食品が美味しい理由を丁寧に言葉にしていきましょう。「美味しい」の

強要はやめましょう。「美味しさ」や「楽しさ」は子どもたち自らが実感するものです。

⑤ 気軽な会話を楽しみながら食べる

「○○ちゃんは△△が大好きなんだよね」など、子どもたち一人一人の食事へのこだわりを覚えて、「今日は大好きな食べ物が入っていて嬉しいね」と、食べる喜びを拡げていきましょう。

⑥ 子どもたちの「食べっぷり」を評価して給食やおやつを改善する

安全な食事を提供しただけで終わっていませんか。子どもたちの毎日の「食べっぷり」を正しく評価して、献立を改善し続けましょう。献立こそ「子ども中心」です。

⑦ 食物アレルギー対応こそ「みんなで食べるの美味しい」の環境を

食物アレルギーをもつ子どもたちがみんなと離れて「ひとりぼっち」で食べる「悲しい環境」をつくっているのは献立作成者（栄養士）、その環境を改善できるのも献立作成者（栄養士）です。「みんなで食べるの美味しい」を実現できるように配慮した献立を立案しましょう。

3 保育者の関わりが子どもたちの食体験を豊かにする

「みんなで食べると美味しい」この言葉を大切に、子どもたちと一緒に楽しく食事の時間を過ごしていきたいと思います。そして、子どもたちが食べることを好きになり、これからも健康的な食習慣を身につけられるよう、温かいサポートを続けていきたいと思います。

「みんなで食べると美味しい」を実感できる毎日の食事を大切に

上越教育大学大学院教授
野口孝則