

こども園における自然環境を活用した食体験の検討 ～野外での食事の意義と課題～

Consideration of the experience with food utilized natural environment in Centers for Early Childhood Education and Care.

～The significance of the outdoor meal and its problem.～

佐藤佳子*

平本福子*

Yoshiko SATO Fukuko HIRAMOTO

This study aimed to draw up the whole plan of the eating experience utilizing the natural environment of the forest, and review past practices to identify the significance and challenges for concrete activities. In June 2017, nine teachers carried out group discussions on outdoor meals, including (1) merits of outdoor meals, (2) troubles related to outdoor meals, (3) consideration about outdoor meals, and (4) future issues related to outdoor meals. As the results, the followings were clarified: Through the outdoor meal experiences, children's five senses were sharpened, they felt good at spending outdoors and led to motivation to eat. On the other hand, although the care providers felt that the merits of outdoor meals, they became also flurried by concerns related to outdoor meals such as sunshades and insects. It is needed to examine the issues in cooperation with the care providers and the nutritionist and create an environment that is easy-to-conduct outdoor meals for the care provider.

Keyword: Natural environment, Outdoor child care, Centers for Early Childhood Education and care, Food experience, Other occupational collaboration
自然環境, 野外保育, 認定こども園, 食育, 多職種連携

1 緒言

本稿で取り上げる「森のこども園」(以下、本園)は、仙台市郊外の自然林に囲まれた環境にあり、子どもが本物の自然に触れる体験ができる認定こども園として、2016年11月に新施設として開園された。

「認定こども園教育・保育要領」では、幼児教育において育てたい資質・能力として「知識・技能の基礎」「思考力、判断力、表現力等の基礎」「学びに向かう力、人間性等」を3つの柱とし、遊びや生活を通して、一体的に育むように努めることが示されている。また、乳幼児期の教育・保育は、環境を通して行うことから、環境設定が教育・保育の質に大きく関わるとされている¹⁾。

近年、自然を取り入れた保育が目ざされ、多くの先行実践が報告されている。A. シェパンスキーらは、乳幼児期の子どもの自然にふれる体験は、身体感覚を使い、子どもの学びをより深めるとしている^{2,3)}。また、今村らは「森は最高の保育現場である」というように、意図的には作れない自然環境が子どもの本来の姿や学びを引き出すとしている⁴⁾。さらに、北欧に始まる森の幼稚園についても、そ

の趣旨、目的、課題などの報告があり、日本における自然環境を活用する保育についての議論が高まっている^{5~8)}。このように自然にふれる体験は、幼児期に身につけさせたい子どもの資質・能力を育むことにつながり、保育研究の一面をなすことから、本園では自然の豊かな自然環境を活用した活動を保育の中核においている。

他方、乳幼児期からの発育・発達を支える食や健康の面からも、豊かな食の体験活動の重要性がうたわれている⁹⁾。また、近年、子どもの食体験の貧弱さが指摘され、家庭の役割が脆弱になっている中で、乳幼児教育の場に求められる役割は大きくなっている¹⁰⁾。

保育所・幼稚園での自然環境を活かした食育についての先行実践をみると、よもぎなど自然の恵みを取り入れた調理活動や稲作活動、畑を用いた栽培活動などの実践報告^{11~13)}は多くみられるが、森の自然環境を多面的に活用し、かつ日常の保育の中に組み込まれた報告は少ない。また、食に関する保育活動を進める上で保育者と栄養士との連携が必要とされている^{14~16)}、具体的に述べられたものあまりみられない。

*宮城学院女子大学食品栄養学科

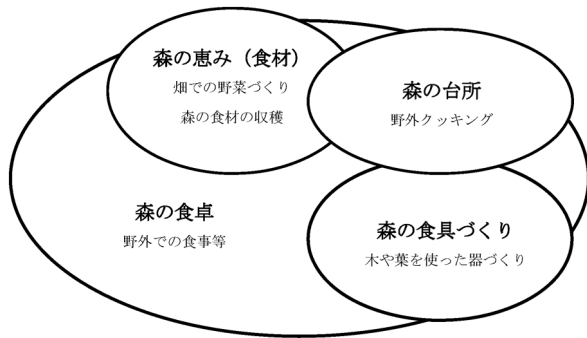


図1 食に関する教育・保育の全体計画（長期ビジョン）

本園は教育理念として、3つの心（不思議に思う心・感動する心・思いやりの心）を育むことを掲げている。食に関する保育活動は、これらの教育理念に基づいて展開されることとなる。

そこで、新施設が開園し、管理栄養士が配置されたことから、2017年4月に著者らがあらためて食に関する保育の長期ビジョンとなる全体計画を構想した（図1）。

まず、全体計画に基づいて食に関する保育の場（環境設定）として、著者らが次の4つの環境を設定した。すなわち、食事（昼食）の場である「森の食卓」を土台としつつ、「森の恵み（食材）」は森で食材を栽培し、収穫して食べる、「森の台所」は野外で調理し食べる、「森の食具づくり」は森の木や葉を使って箸や皿などの食具をつくる、である。また、それらの場合は、収穫したものを野外で調理して食べるなど複合的に用いられることもある。

そして、これらの食に関する保育活動の計画・実施・評価にあたっては、(1)活動を通じた子どもの姿の把握、(2)保育者の知識・技術の向上、(3)保育者と管理栄養士の有効な連携の以上3点を重点項目とした。

次いで、食に関する保育の全体計画（長期ビジョン）に基づいて具体的な活動を始めるにあたって、まずは実際に子どもたちと関わっている保育者の声を聞き、子どもの姿や実施上の課題などを整理することとした。

そこで本稿では、本園の前身である幼稚園から行っている、弁当をもって野外で食事をする保育実践を振り返り、「森の食卓」の意義を再確認するとともに、実施上の留意点、検討事項などを明らかにし、今後の活動のための知見を得ることとした。

II 方法

実施時期：2017年6月16日 18時50分～19時25分（35分間）

実施場所：宮城学院女子大学附属認定こども園「森のこども園」

参加者：保育教諭9名、ファシリテーターは本園の管理栄養士の著者が担当した。

内容：野外で食べることについて、①良いと思うこと、②

困ったこと、③配慮していること、④今後の課題の4点について、グループディスカッションを行った。

なお、グループディスカッションでは、発言する際にひとつの内容は1枚のラベルに記述してもらい、ホワイトボードに貼り、全員で共有できるようにした。

解析：グループディスカッション後、記述されたラベル計50枚を山浦（2012）の質的統合法を用いて¹⁷⁾、項目ごとに類似したラベルを著者ら2名でグループ編成した後、保育者らにも確認してもらった。

III 結果および考察

1. グループディスカッションから抽出された内容

グループディスカッションの結果をグループ編成し、図2に示した。以下の表記は、“ ”（ゴシック体）は元ラベル、< >は1段階目のグループ化、<< >>は2段階目のグループ化、【 】は3段階目のグループ化した内容である。なお、図中の数字はラベル数を示す。

1) 【野外で食べることの良さ】

野外で食べる良さとして、20ラベルが抽出され、最終的に3つのグループに分けられ、それぞれを《感性が豊かになる》《子どもが生き生きする》《保護者の交流が深まる》と名づけた。

まず、《感性が豊かになる》のグループは、さらに<気持ちが良い><特別感><五感を刺激される>の3つの内容で構成されていた。また、<気持ちが良い>では“景色が変わる”“外の方が明るいから”など室内とは違う風景や明るさについての景色のよさと、“開放感があり、楽しい”“声がうるさく感じない。落ち着いて食べることができる”などの開放感があげられていた。さらに“気持ちいいね”おかわりを求める”と<気持ちが良い>が<よく食べる>という食べる意欲にもつながると考えられた。

また、普段、室内で食べる機会が多いことから、野外で食べることが“特別感が嬉しい”“遠足のように”と<特別感>を感じる機会にもなっていることがわかった。

さらに、“食べ物の色があざやかに見える”“鳥のさえずり・緑の美しさ・陽のあたたかさを感じながら食べられる”“味覚が増す。五感がとぎすまされる”と、野外で過ごすことで視覚や聴覚、味覚などの<五感が刺激される>体験であるとの意見がみられた。

次に、《子どもが生き生きする》のグループでは、“普段食べない子がもりもり食べ、残食がなかった”“食がすすむ”と<よく食べる>姿や、“外の環境によって見た、聞いた情報をみんなで共有しながらタイムリーで楽しんで話せる”“会話がうまれる”など子ども同士の<話はずむ>姿も見られ、これらのことが子どもが生き生きする姿につながっていると考えられた。

また、野外で食べることの良さは、子どもだけでなく、“親同士が話すようになる→子どもが変わる”ことから、《保護者の交流が深まる》にもつながるとの声もみられた。

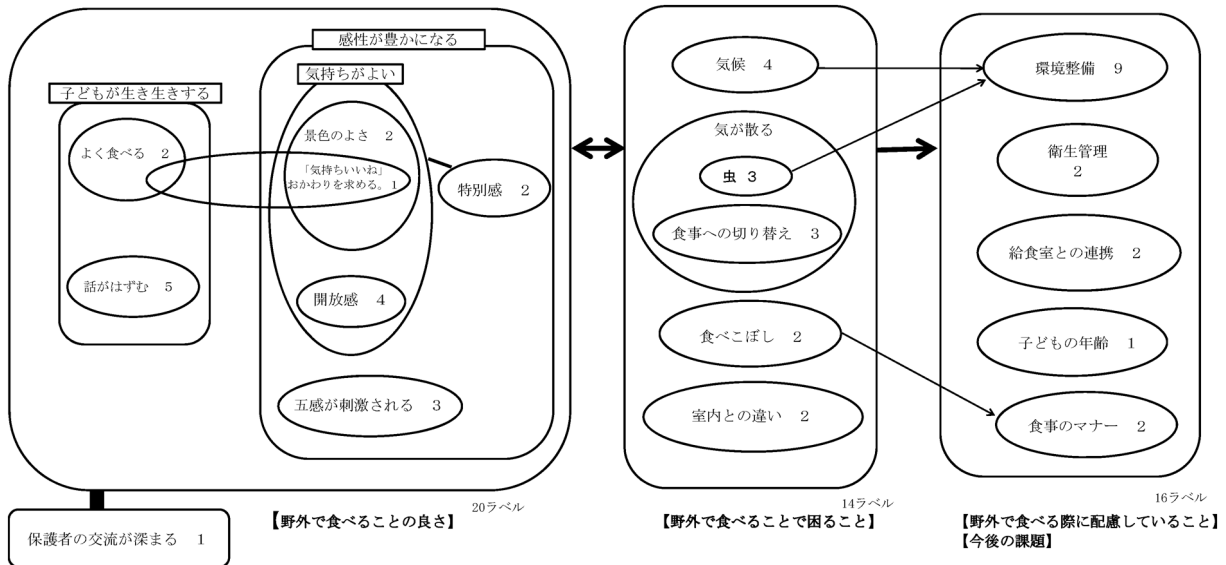


図2 野外での食事の意義と課題

2) 【野外で食べることで困ること】

野外で食べることの良さがある反面、野外で食べることで困ることもある。グループワークから14ラベルが抽出され、それらを4グループに分け、《気が散る》《気候》《食べこぼし》《室内との違いによるトラブル》と名づけた。

まず、《気が散る》のグループでは、“虫に反応してしまう”“虫が気になり、集中して食べられない”など<虫>が関連することと、“いつも遊んでいる場で食べるので、きりかえがつけられない”“椅子がない分、自由に行動してしまう”と<食事への切り替え>によることの2つの内容が考えられた。

また、“風”“日差しの強さ”“途中で雨が降ってきたらどうしよう？”と《気候》が影響した困難さを感じていることもわかった。

さらに、“座って（シートで）食べることでこぼしやすさ”“楽しくなってしまうこぼしが多い”など、普段の食事のスタイルの違いが《食べこぼし》につながっていると考えられた。

加えて、“普段の室内と行動が変わるのでトラブルがおきる”“トイレに行きたがる（1人行くと次々行く）”などの姿も見られ、《室内との違い》から困ったという声もあげられた。

3) 【野外で食べる際に配慮していること】【今後の課題】

野外で食事をする際の配慮事項と今後の課題は、整理していく中で重なる部分も多く、2つの項目をまとめて整理することとした。16ラベルが抽出され、それらを5グループに分け、《環境整備》《衛生管理》《給食室との連携》《子どもの年齢》《食事のマナー》と名づけた。

まず、《環境整備》では、“日よけ”“水はけ”“はやく芝がもつとはえたらいいなあ”“虫などが原因で外で食べるのがイヤな子にテラス席などで対応したい”など、2)

【野外で食べることで困ること】とも関連し、気候や虫への対策が必要と感じ、日陰を探したり、テラスで食べるなど内容によっては既に対応しているものもあった。

また、“作った時間、食べる時間を守ることが大事”“家からもってきた弁当の保冷の状況は大丈夫か”など園で提供されるお弁当に加えて、家庭から持参するお弁当に関しても、《衛生管理》の必要性を感じていた。

さらに、“食器が汚れる（砂）のは大丈夫か？”“食べてから片付けるまでの時間（下膳の時間）”と《給食室との連携》を必要とする声もあった。

加えて、“年齢別での配慮事項”から《子どもの年齢》によって異なる配慮の必要性や、2) 【野外で食べることで困ること】とも関連し、“姿勢の維持”“食事のマナー”と子どもが野外で食べる際の《食事のマナー》についても課題としてあげられた。

2. グループディスカッションから得られた知見

本研究では、野外で食事をする保育実践を振り返り、「森の食卓」の意義を再確認するために、保育者らがグループディスカッションを実施した結果、今後の活動のために以下の知見が得られた。

1) 野外での食事の良さ

野外での食事は、自然とのかかわりを大切にしている本園の特徴的な活動のひとつである。保育者による活動の振り返りにより、この活動を通して、こどもたちは五感が研ぎ澄まされ、野外で過ごすことの良さを体感し、そのことが食べる意欲につながっていることが確認できた。

また、日々の食事の場所を固定せず、野外も選択のひとつとしていることは、子どもたちに特別感を与え、嬉しさや楽しさを与えていた。厚生労働省（2004）では子どもの健やかな心と身体を育むためには、食事内容だけでなく、「いつ」「どこで」「誰と」「どのように」食べるかも重

要であり、そのことが子どもの心の安定をもたらし、食べる意欲につながるとしているが¹⁸⁾、本研究はそれらのことを具体的に明示したものとなった。

さらに、野外の環境は、子どもだけでなく、保護者同士が打ち解けやすい場となっていたことから、一緒に過ごす子どもたちにとっても居心地の良さにつながっていることが推察された。認定こども園では在園する子どもの保護者だけでなく、地域の保護者に対する子育ての支援が義務づけられており¹⁹⁾、野外が与える開放感は、保護者支援の視点からも有効な活動になるのではないだろうか。今後、保護者支援の観点からの検討も課題である。

2) 野外での食事への保育者の戸惑い

野外での食事は多様な良さがある一方で、保育者はさまざまな戸惑いを感じていることも確認できた。

まず、野外での食事は、開放感はあるものの、子どもたちが食事に集中できない環境でもあった。また、特別感も味えるが、室内とは違う環境での対応に慣れないことで子どもや保育者に戸惑いが生じていたことから、この活動の良さとも困りごとが表裏一体になっていることがわかった。

一方で、子どもたちの食べこぼしが気になる保育者の声も聞かれた。ピクニックシートでの食事に慣れておらず、食事の姿勢を保つことが難しい子どもの姿が窺える。幼児期において育てたい「食べる力」には、『食事マナーを身につける』という項目がある²⁰⁾。しかし、野外で弁当を食べるという環境設定の中で、どのような食事マナーに留意すべきか、保育の視点からの検討が必要であろう。

今村らは、自由で多様性をもつ野外の環境が、保育者の意図する環境構成や保育の計画性を拒むとし、だからこそ、子どもの自主性を育み、多様性への気づきをもたらすのだと述べている²¹⁾が、この視点に立ち返り、野外で生じた戸惑いを通して保育を振り返ることが重要なのではないか。そして、そのことから今後の対応を検討することが必要だと考えられた。

3. 今後の課題

野外での食事について、保育者はその良さを感じているものの、戸惑いもあり、実際の実施状況は保育者により異なる。そこで、野外での食事が可能な時期や気候、場所などについて話し合い、情報を共有しながら、多くの保育者が気軽に実施できるようにしていく必要がある。

また、現在は3歳以上児を中心に行われている活動であるが、今後は3歳未満児での実施も視野に入れ、年少の頃から本園の特徴的な活動として展開していくことが考えられる。

さらに、配膳時間や弁当の管理など食事(弁当)の提供方法についても再検討が必要である。先行実践で紹介されている「森のようちえん」ではカリキュラムが柔軟で昼食の時間も決まっていない事例が多い^{22,23)}。しかし、本園は、仙台市の認可こども園であり、食事を提供する際の衛生管理等の指導を受け、配膳時間や提供する弁当の管理

は、実施マニュアルに沿った形で提供しなければならない²⁴⁾。このことが活動の障害にならないよう、保育者と栄養士で連携し、弁当提供の時間や方法などについて検討する必要がある。

本稿では、保育者の声を聞き、子どもの姿や実施上の課題などを整理することができた。今後、課題の検討を重ね、保育者と栄養士の連携を深め、子どもたちにとって充実した活動となるよう進めていきたい。

参考文献

- 1) 幼保連携型認定こども園教育・保育要領 内閣府・文科省・厚労省共同告示 (2017)
- 2) 小笠原明子・前田泰弘 (2009) 野外保育による幼児「育ち」の支援 保育学研究第47巻第2号 121-131
- 3) A. シェパンスキー・L. O. ダールグレン・S. ショーランドル 編著 西浦和樹・足立智昭 訳：(2016) 北欧スウェーデン発 森の教室—生きる知恵と喜びを生み出すアウトドア教育— 北大路書房
- 4) 今村光章 (2011) 編著 森のようちえん 自然のなかで子育てを 解放出版社
- 5) 福田靖 (2006) 森の幼稚園と環境教育のかかわり—五感を使って自然を体験する— VISIO No35 83-88
- 6) 杉山浩之 (2013) 「森のようちえん」の理念と研究課題 広島文教女子大学紀要 48
- 7) 金子 仁 (2015) 自然体験が育む幼児の生きる力の育成—森の幼稚園での活動を通して学ぶこと— 育英短期大学幼児教育研究所紀要 第13号
- 8) 井上美智子 (2009) 幼児期の環境教育研究をめぐる背景と課題 環境教育 VOL19-1
- 9) 楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～ 厚生労働省 (2004)
- 10) 第2期仙台市食育推進計画 仙台市 (2010)
- 11) 磯部裕子監修みどりの森幼稚園 (2007) 食からひろがる保育の世界 ひとなる書房
- 12) 亀山秀郎 (2012) 幼稚園における稲作の意義の検討—KJ法による保育者記録の分析を通して— 保育学研究 第50巻第3号
- 13) 師岡 章 編著 (2006) 食を育む 食育実践ガイドブック フレーベル館
- 14) 上杉宰世 稲葉理恵子 (2013) 保育所における食育活動の現状と栄養士の関わり 大妻女子大学家政系研究紀要 第49号
- 15) 西尾久美子 佐藤理沙子 小塚美由記 杉村留美子 (2013) 北海道文教大学研究紀要 第37号
- 16) 曾退友美 赤松利恵 (2016) 保育所における保育士と管理栄養士との連携による食事のマナーに関する実践— 栄養学雑誌 VOL.74 No.6 174-181

- 17) 山浦晴男 (2012) 著者 質的統合法入門 考え方と手順 医学書院
- 18) 楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～ 厚生労働省 (2004)
- 19) 幼保連携型認定こども園教育・保育要領 内閣府・文科省・厚労省共同告示 (2017)
- 20) 楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～ 厚生労働省 (2004)
- 21) 今村光章 (2011) 編著 森のようちえん 自然のなかで子育てを 解放出版社
- 22) 仙洞田結 山内紀幸 (2011) 幼児の環境教育に関する事例的考察―「森の幼稚園」の教育実践― 山梨学院短期大学研究紀要 第31巻 89-100
- 23) 今村光章 (2011) 編著 森のようちえん 自然のなかで子育てを 解放出版社
- 24) 大量調理施設衛生管理マニュアル 厚生労働省 (1997)