

栄養士・保育士養成課程の短期大学生のための食育リーダー育成の検討

Study of Dietary Education Practice Leader for College Students at Dietitian and Nursery Teacher Training Course

三浦 さつき 島村 知歩 古海 忍 和田 公子

新正 敏子¹

MIURA Satsuki SHIMAMURA Chiho FURUMI Shinobu WADA Kimiko
SHINJO Toshiko¹

食育基本法が制定されてから数年たち、第二次食育推進基本計画においても、幼稚園や保育園において食農体験などを通じて食育を推進していくことが重要視されている。本取組では、栄養士や保育士・幼稚園教諭を目指す学生が、それぞれの専門分野を生かしながら連携して米作りの活動や保育園児を対象とした食育活動を行った。食材への理解を深めるための栽培から調理に至るまでの活動を、それぞれの学科コースの特性に応じて、実際に保育園の園児とともに関わりながら、実践力を高めていった。さらに、食育リーダーに必要な知識を学ぶ機会を充実させるために、食育リーダー育成講座も行った。また、アンケート調査を実施し、学生の現状把握とともに、取組実施の効果の検証を行った。昨年度からの継続した食育の実践活動を通して、学科・コースの連携や保育園との連携によって相互の理解が深まり、より効果的な活動が展開できたことから、こうした連携が今後も継続して続けられていくことが望まれる。

キーワード：食育、栄養士、保育者、環境教育、食育リーダー

Key Words: Dietary education, Dietitian, Nursery teacher, Environmental education,
Dietary education practice leader

1. 緒言

2005年に食育基本法¹⁾が制定され、保育園・幼稚園・小学校などにおいて、食育が少しずつ行われるようになってきた。その後数年たち、第二次食育推進基本計画²⁾においても、「周知から実践へ」を概念に、生涯にわたるライフステージに応じた食育の推進、生活習慣病の予防および改善、家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進が重点課題とされ、子どもの食育に

おける保護者や教育関係者等の役割、食に関する体験活動と食育推進活動の実践などが基本方針としてあげられている。そこで、父母その他の保護者や教育、保育に携わる関係者の意識の向上を図るとともに、相互の密接な連携の下で、家庭・学校・保育所・地域社会の場で子どもが楽しく食について学ぶことができるような取組が積極的に行われることが求められている。

昨年度、地域こども学科と生活未来科食物栄養コー

1 近畿農政局奈良地域センター

(Nara Area Center, Kinki Regional Agricultural Administration Office)

スでは、保育園児の食材への理解を深めるために、さつまいもの栽培から調理に至るまでの活動を実際に保育園の園児とともに学生が行うプログラムを両学科と奈良農政事務所（現 奈良地域センター）が連携して実施した³⁾。直接子どもと関わる保育士や食事の提供に関わる栄養士を目指す学生が、専門分野を生かしながら連携して食育活動に取り組むことで、食への意識の高まり、知識や技術の共有などの効果は見られた。しかし、こうした取組を単発のものではなく、数年にわたって継続することの必要性や学生自身に対する食育の必要性も明らかとなった。そこで今年度は、保育園との連携をより深めながら、学生が米作りなども含めた食育活動に取り組むことを計画した。さらに学生自身が食育リーダーとなれる資質を身につけるための育成講座として、講演会や農業関連施設の見学も行った。これらの実践的な活動を通して、地域・学校・家庭が連携して取り組むべき食育のあり方について、さらに検討した。

2. 取組内容

2-1 食育実践プログラム

今回のプログラムにおいて、昨年度と同様に、奈良市立高円保育園をモデル園とした。園児数は118名（0・1歳児26名、2歳児20名、3歳児25名、4歳児26名、5歳児21名：12月時点）である。昨年度に引き続きの実施であったため、スタッフ間の意思疎通や園児と学生との面識も深まっており、プログラムを円滑に実施する上で非常に有効であった。

プログラムは、以下の内容で計画した。

1. 短期大学における米作りの体験
2. 保育園児に対する食育実践（米作り、さつまいも栽培、クッキング）
3. 食育リーダー育成のための講演会と農業関連施設の見学

米作りについては、現在各地の幼稚園や小学校でも食農体験の一環で取り組んでいるところが増えていく⁴⁾。教員もほとんど経験がなかったが、奈良地域センターの指導を受けながら、学生とともに体験をすることとなった。さらに、学生が実体験した後に、保育園での米作りの食育活動としての実践とを連動させる

ことを計画した。また、地域こども学科では学生それぞれの個性を伸ばすフィールド制でゼミナールを実施しており、自然と遊びフィールドや一般音楽フィールドなどがある。前回よりも取組の実施回数なども増え、すべての活動にすべての学生が関わることは、時間的に難しかったため、活動の内容によって、放課後以外にもゼミナールなどの時間を活用し、地域こども学科の各フィールドおよび食物栄養コースのそれぞれの適性に合わせた活動を展開するように計画した。

4月26日に、地域こども学科と生活未来科食物栄養コースの学生を集めてプログラムの開講式を行った。昨年度の活動紹介や食育についての説明、今後の活動について紹介した。今年度の活動の動機付けだけでなく、昨年度の実践例を写真も含めて見ることで、これまで食育についてのイメージがよくわからないという1回生にとっても、より具体的なイメージができるようになったようである。

（1）短期大学での米作りの体験

今年度のプログラムとして、短期大学と保育園でそれぞれお米を作ることとし、短期大学の学生が学んだことをその後保育園児に実践して教えるという流れを計画した。まず、短期大学生による米作りの活動の主なスケジュールの概要を表1に示す。計画段階ではバケツを活用した小規模のバケツ稲⁵⁾の栽培も検討されたが、短大では大学自然広場のスペースの活用、保育園ではこどもプールの活用が提案され、バケツ稲よりも実際の田んぼに近い環境を設けて米を栽培することになった。米作りの経過を以下に示す。

4月26日 塩水選

開講式の後半において、自宅で米作りをしている奈良地域センターの中野一雄氏によって米作りについての説明と塩水選の実演を行った。写真なども交えた具体的な説明により、米作りの基本を学び、今後の活動への期待を膨らませるような内容であった。塩水選とは、よいもみを選ぶために、卵が浮く程度の食塩水（比重約1.13）にもみをつけて、実の充実した沈むもみだけを利用するものである⁶⁾。実際に食塩水につけると、もみによって浮くものと沈むものに分かれ、学生は実演を見て驚き、印象に残るものとなったようである。

表1 米作りの概要

	テーマ	日程	内容	参加人数 ^(注)
1	塩水選	4月26日(火)	米作りについての概要説明と塩水選の実演	63 (47+16)
2	もみまき	5月6日(金)	セルポットに土をいれて、もみまき	25 (19+6)
3	育苗	5月6日(金)～	もみの水やり 5月12日には屋外に出しシート掛け	4 (0+4)
4	土入れ	5月26日(木)	田んぼに土入れして水はり	2 (0+2)
5	代かき	6月10日(金)	田植えに備えて水抜き、石・枝の除去	スタッフが実施
6	田植え	6月13日(月)～	育苗した苗を田んぼに入って田植え	55 (15+40)
7	水管理・中干し	6月13日(月)～	田んぼの水管理 7月末に中干し 9月に網掛け	4 (4+0)
8	稲刈り	10月18日(火)	カマで稲を刈り、はざ掛けにして乾燥	12 (3+9)
9	脱穀・もみすり・精米	11月1日(火)	脱穀・もみすり・精米作業を手作業で体験	14 (8+6)

注) 参加人数は 学生数の合計 (生活未来科食物栄養コース+地域こども学科)

ある。今回の米作りで使用したもみの品種は、奈良の代表品種である『ヒノヒカリ』を選んだ。ヒノヒカリは、コシヒカリと黄金晴の交配によって生まれた水稲うるち米であり、やや短穂で耐倒伏性が十分でなく、いもち病には強くないが、収穫期が10月15日頃の中生種で食味は良く、コシヒカリ並みに粘りが強いという特徴がある⁷⁾。

5月6日 もみまき

塩水選の後、真水に浸漬しておいたもみを使用して、もみまきを行った。米作りの前半の流れについて説明を聞いた後、学内の農園脇で作業した。土は農園の土をふるい乾燥したものを使用し、ポットに8分目まで土を入れ、水をかけてから、1マスに3粒のもみをまき、さらに土をのせて水やりした。細かい作業であったが、学生は顔を寄せ合って丁寧に作業をしていた。その後、保温・保水のためにビニールをかぶせ、農作業小屋の窓際に1週間保管して、芽が出るのを待った。多くのマスから2～3本の芽が伸び出し、5月12日には屋外に出し、日よけと雨よけの育苗シートをかぶせた。地域こども学科4名が作業し、その後の田植えの日まで水やりと、日中の日当ても分担して行った。学生は苗床を乾燥させないように注意しながら毎日水やりを行い、順調に苗は成長していった。水やりの水の勢い

で苗の根が土から露出しないように注意し、ポットの下から苗が白い根を伸ばしていく様子などを楽しみに観察していた。

6月13日 田植え

田植えまでの準備として、地域こども学科の学生が大学自然広場に田んぼを作るために、穴掘りや土入れ作業を行った。大学自然広場の手押し水ポンプから水を流しこめる位置に縦3m横5m深さ50cm程度の穴を掘り、防水シートを敷き、貯水できるようにした。その後、農園の土や水田の土を穴に入れ、水を入れた状態で混ぜ合わせて泥状にし、石や枝を取り除く作業を行った。学生はぬるぬるした土の中に足を入れ、泥の冷たい感触に歓声をあげながら作業を行っていた。

田植えには興味がある学生が多く、当日は放課後にも関わらず50人を超える学生が集まった。中野氏から田植えについての説明をうけ、田んぼに移動し、5人一組で学生が裸足または靴下をはいて田んぼに入った。20cm間隔に目印をつけたヒモを目安に、3本の苗を育苗トレーから抜いて土を落としてから、3本指で田んぼの土に押し込んで植えていった。1人3ヶ所程度で15名程度が田んぼに入り、ほかの学生も田植えの様子を観察した。田んぼの端は、田んぼに入らない学生も植えることができた。全部で140株程度であった。「今

はほぼ機械ですることのほうが多いが、昔の人はあの広い田んぼに一つ一つ手で心を込めて植えたんだなぁと思うとすごいと思った」「結構簡単な作業だったが、あの体勢ですっと作業はしんどいと感じた」「自分たちが植えた苗が成長していく姿を見ていきたい」などの感想が聞かれた。その後、稲が分けつ（株が増えること）していく経過を観察し、成長を見守った。

7月末 中干し

田植え後は水の管理が重要で、水が干上がらないように水位を確認して手押しポンプから給水した。7月末までは給水を続け、その後、水を全てくみ出して『中干し』を行った。中干しとは、水を抜くことで土の中のガスを抜き、空気中の酸素を土の中に入れる作業である。根は水を求めて伸びるので、丈夫な稲が育つという⁸⁾。その一週間後、たっぷりと水を入れて出穂の時期を待った。実際には、8月25日頃出穂し、ちょうど学生は夏休み中であり、その様子を観察することができなかったのが残念であった。その後稲刈りの日まで間断灌水（2～3cm深さの水を入れ、乾いたらまた水を入れる、の繰り返し）を行った。夏休み時期の水やりは学生も担当して、米の生育状況を観察した。出穂の後、成長とともに、スズメの害がでてきたため、9月13日に竹を組んで枠を作り、網掛けを行った。

10月18日 稲刈り

稲刈りの開始前に、網掛け用に使用していた竹を組み替えて、はざを準備した。機械乾燥も増える中で、はざ掛けで乾燥する農家は少なくなったが、日本の田園風景の一部を大学自然広場に作ることで、景観からの学びも期待して、はざ掛けを行うこととした。稲刈り当日は、中野氏が稲刈りの方法を説明し、「稲を刈る際に稲を持つ手は親指が上になるように持つとケガをしない」などと注意を呼びかけた。当日は、補講や実習指導が重なったため参加人数は少なかったが、集まった学生は3人一組でおよそ3～4束ずつ刈り、その後稲わらで束ねてはざ掛けにした。最初は遠慮がちに作業を行っていた学生もそのうち慣れて、進んで作業を進めて行った。家でいつも手伝っている学生は、手際よく束ねていた。一株がおよそ2000粒で、おにぎり1個程度の量とのことで、およそ100株程度の量が収穫できた。網をかけた状態で脱穀の日まで自然乾燥させ

ることとなった。「今回は少ない量だったので新鮮で楽しみながらできたが、実際にあの作業をずっとやったり、稲が育つまで見守ったりするのを考えると大変そうだ。お米が食べられる幸せをちゃんとあらわすために、毎食のいただきますとごちそうさまを感謝して言いたいと思う」という感想も聞かれた。

11月1日 脱穀・もみすり・精米

当日の6号館のホールには、いろいろな用具や機械が並び、学生も興味津津であった。当日の流れの説明を聞いてから、まず稲を千歯こきで脱穀した。民俗博物館などで千歯こきを見たことのある学生はいたが、実際に使うのは初めてという学生がほとんどであった。米粒がばらばらと面白いようにはずれていく感触に歓声があがっていた。その後、綿布をつけたすりこ木とすり鉢を使って手作業でもみすりを行った。少量だったので、徐々にもみは落ちていったが、収穫できた米は大量にあったため、最終的には機械で行った。この時点で収量は1957g（12合程度）であった。最後の精米作業は小さい瓶に1/3の高さまで米を入れて、太い菜箸2本を上下に差し込んで行った。交代でやっても少し粉が出るかという程度であったため、最終は機械で行った。小型機械のため3回まわす必要があり、後日まとめて機械での作業となった。学生は、先日刈り取った稲が白米になるまでの過程を実体験し、その手間に驚きながらも、自分の力で玄米を白く精米していく作業に夢中で取り組んでいた。「どう？だいぶ白くなったでしょ！」とすり鉢の中の米を見せあったりしながら、初めての作業を楽しんでいた。中野氏からは、「黒いお米も入っているが、無農薬で育てた証拠の虫食いなどがあったためであり、できれば悪かったわけではない。お米作りは手間がかかるが、手間をかけるほどその分おいしいお米ができていく。今後米作りをすることはないかもしれないが、仕事や子育てなどでも同じことが言えるので、こんなお話があったこと思い出してほしい」とまとめていただいた。学生からは、「今回短大でお米を作付け、収穫、脱穀、精米をすることを通して、いつも自分が常に食べているお米が具体的にどのように作られているかを体験しながら知ることができた。お米を作っていく上で数々の手順を追うことの大変さも知ることができた。この経験

を何らかの形で、今後に生かしていきたいと思う」という感想が聞かれた。最終的に、砕米（34g）や着色米（201g）を除き、精米としての収量は1467g（10合弱）にもなった。

（2）保育園児に対する食育実践活動

食育活動の実践として、保育園児に対してお米作りやさつまいも栽培の活動をともに行った。さらに、昨年度と同様に『野菜となかよし』では、食べものに対する関心を深めさせるような出し物の発表、親子交流会において、一緒に調理して食べる活動を行った。主なスケジュールの概要を表2に示す。

5月11日 もみまき

保育園で準備したプールでの米作りの活動において、作業1回目である。もみまきの説明後、4・5歳児の園児が学年ごとに4グループに分かれて作業した。参加した食物栄養コースの学生は直前に短大で作業を経験していたので、土の入れ具合などを見本として見せたりしながら、わかりやすく声かけをして作業をした。子ども対応に慣れない学生もいたが、楽しみながら作業していたようである。先に作業の終わったクラスは学生と教室に戻り、一緒に輪になって遊んで交流を深めていた。学生からは、「園児たちはちゃんと話を聞いて手順よくもみまきをしてくれたと思う。園児はも

みまきにとっても興味をもって楽しんでいたと思う」という感想が聞かれた。

5月26日 さつまいもの苗植え

4・5歳クラスの園児約50名が本学農園に来て、さつまいもの苗植えを行った。地域こども学科の自然と遊びフィールドの2回生と一緒に農園の畝に入って作業した。園児たちは「さつまいもの苗を土のおふとんに寝かしつけるようにしようね」と優しく声をかけながら苗植えを行った。園児ができるだけ自分の手で穴を掘って苗を植え付けられるように、関わった学生は、声かけをし、手を出し過ぎないように配慮している様子が見え、土に触れながら楽しみながら作業をする園児を身近に見て、体験活動の大切さを実感する機会となった。その後収穫の日までの水やりや草引きなども、園児が関わるのが望ましかったが、猛暑のため、今年度も実施できなかった。

6月2日 野菜となかよし

一般音楽フィールドの学生により、保育園でパネルシアターや人形劇を実施した。2歳クラスは『とんでったバナナ』のパネルシアター、3歳クラスは『はらぺこあおむし』の紙芝居、4・5歳クラスはホールに集まって『大きな大根』のパネルシアターと『3匹のこぶた』の人形劇を行った。それぞれの学年に対しての発表で、終わったあともパネルシアターの紙に触れて

表2 保育園児との食育活動の概要

	テーマ	日程	内容	参加人数 ^(注)
1	もみまき	5月11日(水)	もみまきを園児に教えながら作業	47+11
2	さつまいもの苗植え	5月26日(木)	短大の農園でさつまいもの苗植え	47+20
3	野菜となかよし	6月2日(木)	保育園のホールや各部屋で食べ物に関する出し物	60+22
4	かかし作り	9月13日(火)	各クラスに分かれて、いろいろなかかし作り	60+28
5	稲刈り	10月6日(木)	稲刈り後、一緒に束ねてはぎ掛けにして乾燥	45+19
6	さつまいも掘り	10月20日(木)	短大の農園でさつまいも掘り	43+19
7	親子交流会でクッキング	11月26日(土)	収穫したお米とさつまいもを各クラスで調理して試食 舞台でも出し物	53+40
8	リース作り	12月15日(木)	稲わらを活用して、クリスマスリースを作成	69+21

注) 参加人数は 保育園児+短大生

もらう時間を設けるなど、学生は園児に対する働きかけも心がけていた。自然と遊びフィールドの学生はこれらを見学し、保育園の園児たちがどのような様子でパネルシアターなどの出し物を見ているか観察を行った。これから秋までに、さつまいもや稲を栽培し、それを収穫して、自分たちで調理して食べる、という一連の活動への期待感を園児たちが抱けるような取組であった。同時に1回生にとっても、初めて訪問する保育園で園児たちと交流を持ちながら秋まで活動を行うための動機付けとなり、今後自分たちが同じように園児の前でパネルシアターなどを演じるイメージを持たれたようであった。最後に園長先生から、「日頃から歌ったりしている身近な題材を選んでもらい、園児も興味深く聞いていて、園のスタッフにもいい刺激になった。今後もいろいろ話にきてほしい」との講評をいただいた。

6月17日 田植え

田植えの日は、計画段階での予定日は雨のため、翌日の実施となった。残念ながら、短大生は授業との調整がつかず参加できなかった。園児がプールに入れた土に田植えをした。5歳児クラスはプールの中に入って植え、4歳児クラスは外側から植えるなど、年齢ごとにいろいろな方法で植えていたとのことであった。田植えをしたプールは園庭に設置されており、園児が外で活動をするたびに、成長の様子を観察できるようになった。

9月13日 かかし作り

園児がかかし作りを行う前に、自然と遊びフィールドの学生自らがいくつかのグループに分かれ、それぞれのかかしを作ることになった。最近ではかかしを見かけることが少なくなり、学生もイメージをしにくかったようだが、屋外に置いて雨や風にさらされることも考えながら材料を選定し、かかしの骨格は、学内の竹を切り取ったものや、落ちている枝などを使って形を整えた。そこに、材料を巻きつけ、頭や体、手などを固定していった。

保育園でのかかし作りの当日は、ホールで学生が手遊びとじゃがいも料理のパネルシアターの出し物をした後、学生が事前に作ったかかしが登場した。その後、各クラスの保育室に分かれて、かかしを作った。学年

によってさまざまなかかしが作られ、学生も一緒に製作活動に加わった。3歳児クラスは、ゴミ袋にペンで絵を書き、最後に洋服としてかかしに着せていた。昨年から題材にしているというピーマンマンのかかしも作っていた。4歳児クラスは、好きなテーマに分かれて各グループが形のイメージを絵に描き、それをもとに学生も入ってどんな材料を使って作るかを話し合った。段ボールやペットボトルを土台にして、ゴミ袋などを身近にあるものを活用して、忍者やイルカ、怪獣、おぼけのかかしを作った。5歳児クラスは、はじめて金槌を使って釘打ちをして木でライオンのたてがみを作っていた。当日は完成しなかったので、続きは後日することになった。学生は園児に話しかけ、気持ちを引き出しながら一緒に作業に取り組んでいた。2歳児クラスは、手遊びやさつまいもほりの紙芝居の後、園児と一緒に歌や踊りで遊んだ。

学生たちが考えたかかしは、帽子を被せたり、髪の毛をつけたり、服装に工夫がこらされているものの、すべてが頭や体、腕、足など人間の姿かたちをしていた。一方、保育園の園児が考えたかかしは、固定観念から離れて怪獣やライオン、魚など、非常に多彩であり、大人が考えるかかしのイメージとは異なり、非常に自由な発想で作られていた。年齢に応じて、身近な材料を用いて工夫されており、学生も実際の園児の作業に関わりながら、子どもの能力や発想力に感心していた。食物栄養コースの学生は、複数数の子どもとの作業は難しそうであったが、保育士や地域こども学科の学生の関わり方を見ながら作業を進めていた。「4歳児クラスの担当で、かた結びを教えたら、言わなくてもできる子や一回教えたらできる子、一緒にやったらできる子など、一人ひとり違っていた。完成したときみんなの反応がうれしそうだった」という感想も聞かれた。できあがったかかしは園のプール稲に夕方設置され、稲刈りの日までお米を見守ることとなった。

10月6日 稲刈り

生育状況の違いにより、保育園での稲刈りは、短大での稲刈りに先駆けて実施された。中野氏が稲刈りの方法を説明後、園児3人ずつがプール田んぼの端にすわり、先生に手を添えられながら、ハサミで少しずつ

稲を切っていた。最後は、中野氏や園長先生、各先生がカマで一気に刈り、園児から歓声があがっていた。その後地域こども学科の2回生が合流し、園児と一緒に麻紐で稲をくくり、はぎに掛けていった。刈り終わった田んぼを観察すると、園児がタニシを見つけてじっくり眺めており、落ちていたお米一粒を見て「もったいない」という声も聞かれた。はぎ掛けに寄ってにおいを嗅いで「まっちゃんにおいがする」と言った園児、稲わらが「まるでピアノみたい」と触っていた園児、稲わらを指に結んで学生に指輪を作ってくれた園児もいた。その後の脱穀作業などは、授業などの調整ができず短大生が関わることはできなかったが、最終的に、碎米(65g)や着色米(144g)を除き、精米としての収量は687gであった。短大での収穫分と合わせて、後日の親子交流会にて、試食することとなった。

10月20日 さつまいも掘り

短大の農園のさつまいもも収穫時の時期を迎え、さつまいも掘りの日がきた。晴天にも恵まれて、学生よりも先に園児40名近くが到着した。稲刈りの済んだ短大の田んぼを見学してから、農園に向かった。農園脇で待っていると、誰からともなく園児がバツヤやダンゴムシを探し始めていた。地域こども学科の学生が集合して、手をつなぎながら、順番に農園に入って行き、手で土を掻きわけながら芋を掘っていった。園児たちは学生の手を借りながら蔓を辿り、根元のさつまいもがある場所を掘り始めた。さつまいもの頭が少し見えると、夢中で掘り進め、どんとどんとさつまいもを土から取り出していた。掘り出したさつまいもを嬉しそうに学生に見せる園児たちの姿があちこちで見られた。今年のさつまいもは小ぶりであったが、最後に一列に並べてみんなで1本目から順番に数えると296本もあった(去年は233本)。このような経験を通じて数や大きさに親しみ、興味を促すきっかけを作ることも保育者の役割の一つである。学生はこの様子を見ながら、そのねらいや意図を感じたようであった。その後時間がなかったため、昨年度のように蔓で遊ぶ時間がとれなかったが、何本か持ち帰って保育園で遊びに使うとのことであった。今回収穫した芋は、交流会まで日があるため、園児が持ち帰って、それぞれの家庭で楽しむことになった。

11月26日 親子交流会でのクッキング

保育園行事である「親子交流会」において、収穫したお米やさつまいもを使ったクッキングと試食、食に関する出し物などによる食育に取り組んだ。各クラスに園児と保護者総勢90名が集まり、学生も加わって身支度をして作業に入った。3歳児は油揚げ・しめじ・こんにゃく・ねぎを手ちぎりやハサミで切った。「揚げは手がぬるぬるする～」と言う声があがっており、いろいろな食材の感触を楽しみながら、調理作業を体験していた。4歳児は、大根・人参を庖丁で切った。一度だけ保育園で庖丁は使ったことがあるようだったが、まだ慣れない手つきで保護者や学生らに手を添えられながら作業していた。5歳児はさつまいもをピーラーで皮をむいて、小さく切っていた。硬いさつまいもを手で、園児は一生懸命切っていた。さらに各部屋では、炊飯体験として、短大と保育園で栽培した田んぼのお米を3合ずつ使って、ガラス鍋を使った炊飯のデモンストレーションを行った。点火してから沸騰していきお米が水を吸っていく様子を、調理の手を止めて園児と一緒に観察した。ホールでは、2歳までの園児が集まり、野菜白玉団子を作る作業を見学した。農園の3種のさつまいも(鳴門金時、紫芋、安納芋)とかぼちゃ、ほうれん草の合計5色の野菜を使ったカラフルな白玉団子であった。白玉粉と野菜ピューレをビニール袋に入れてこねる作業は、園児も一緒になって感触を確かめていた。作業が済んだクラスから、食材を調理室に預けて仕上げてもらい、ホールに全員集合した。園児や保護者を前に、地域こども学科の学生が2つの出し物をした。1つ目は、食べ物の消化に関するパネルシアターで、口から入った食べ物がどのように消化されていくのかをわかりやすく説明していた。2つ目は『オオカミと七匹の子やぎ』のオペレッタで、ピアノ演奏も加わって盛り上がり、園児から歓声があがっていた。出し物でお話の世界に親しみ、気持ちが一つになる共通の体験をして、その後の試食では和やかな雰囲気調理や出し物の感想などを語り合いながら食事を楽しむことにつなげられたといえる。

試食では、まず作ったお米を一口ずつ試食した。自分たちが栽培に関わり成長を見守ったお米の味は格別で、少量ながらも、小さなもみから栽培に関わったお

米の味を、園児や学生らは味わっていた。さらに、さつまいも入りのご飯をラップで握って、さつまいも入りの豚汁と一緒に試食した。自分たちで切った食材がたくさん入っていて、一段と満足感のある食事となった。最後に食物栄養コースの学生が一つ一つ手で丸めてゆでた野菜の白玉団子を食べ、きれいな5つの色とそのおいしさに驚いていた。ホールや玄関の一角に奈良地域センターが食育に関する野菜の展示物や動物のウンチの標本を、短大生が手作りで作った飲料の砂糖量に関する媒体などを用意した。交流会の最後が慌しくなり、展示物をじっくり見たり、食育すごろくなどで遊んだりする時間は少なかったが、交流会の間には保護者が媒体などを見ており、家庭においても食への意識を高める上では有効であったといえる。野菜の白玉団子を家庭でも作れるように、作り方のレシピも準備した。

交流会終了後に実施したアンケートでは、学生からは、「調理では園児がケガをしないように、楽しめるように心がけた」「自分一人でやりたいという園児の気持ちもよく伝わってきて、安全に作業できるように見守った」「1つのことを飽きずに集中してやっていて感心した」「オペレッタでは、大きい声を出すよう心がけたが、園児の掛け声に合わせてアドリブが必要だと思った」などの感想が聞かれた。また、保護者からは、「子どもが楽しそうに作業をしている姿を見ることができてよかった」「調理ではもっと積極的に接してくれてよかった」「どの料理もおいしくて、オペレッタなどの出し物もおもしろかった」との声も聞かれた。

12月15日 クリスマスリース作り

米作りで出た稲わらを活用してクリスマスリース作りを行った。園庭にブルーシートを敷いて、3・4・5歳児70名が集まった。園児は各自で自分のリースを作り、3歳児はあらかじめ作ったリースに飾りつけし、4・5歳児はリースを作るところから始めた。リースを作るのは難しい作業であったが、地域こども学科1回生も声かけしながら作業を手伝った。飾りつけには、近くで拾ってきた松ぼっくりやドングリなどの木の実、リボンやスパンコールや様々な形の Pasta など、園児が好きなものを選んでボンドで貼りつけた。一時間程

度の時間で、思い思いの個性的なリースがたくさんできあがり、園児たちは満足そうにリースの作品を手にしていった。米作りで出た副産物や身近にあるものを使って作品に仕上げることで、物を大切に作る気持ちや、創意工夫する意欲などを引き出すことにつながったといえる。学生は、園児と一緒に飾りを選んだり、貼り付けの作業を手伝ったりしながら、園児の真剣に作業する表情などを間近に見ることができ、保育者としての園児との関わりについても学ぶことができたと考えられる。

(3) 食育リーダーの育成講座

昨年度の取組の結果、学生自身の食育のための教養も必要と考え、将来食育実践するにあたって、リーダーとして活躍するのに必要な知識について強化するために、生活未来科食物栄養コース1回生を対象に、表3のような食育リーダー育成講座を開催した。

5月30日 第1回食育講演会

奈良市保健所の管理栄養士、清水有美氏を講師に『ごはんde食育！ごはんを中心とした日本型食生活について』と題して講演会を実施した。食育とは何をすること？から、体の栄養（和食と洋食のPFCバランスの比較）、心の栄養（一緒に食べること、思いやり・感謝の気持ちを持つことの大切さ）などのお話があった。保健所の栄養士として、相談事例や取組活動の紹介もあった。食物栄養コース1回生にとっては、卒業後の進路も含め、将来食育に携わる立場となる学生にとって、いい動機付けとなった。

6月18日 食育討論会

奈良市西部公民館において、奈良地域センター主催の『ごはんde討論会』に本学食物栄養コースの1、2回生も参加した。野菜ソムリエでフードコーディネーターの松田弘子氏による調理のデモンストレーションの後、5～6人で6班に分かれて、タコライス、夏野菜のミネストローネ、キャラメルバナナを作った。あらかじめ班で決めたテーマに沿って盛り付けし、班ごとに発表した後、試食した。その後ごはんをテーマに前日食べた三食についてなど班でディスカッションをした。他大学の学生や一般の参加もあり、調理もすることでコミュニケーションが深めやすい場面で、食を

表3 食育リーダー育成講座

	テーマ	日程	内容	参加人数
1	第1回食育講演会	5月30日(月)	奈良市保健所栄養士による事例を交えた講演	29
2	食育討論会	6月18日(木)	奈良市西部公民館でのイベントで調理・討論に参加	11
3	吉野川分水の見学	8月12日(金)	奈良の農業を支える吉野川分水の現地視察	2
4	FAMICの見学	9月7日(水)	食の安全性を守る検査の状況の見学	9
5	第2回食育講演会	9月28日(水)	食と環境教育アドバイザーによる食育実践の講演	26
6	奈良県中央卸売市場見学	2月3日(金)	奈良県の食材の流通を学ぶための市場見学	—
7	第3回食育講演会	2月3日(金)	近畿農政局員による野菜の旬と流通の講演	—

テーマに意見を出し合い、交流する機会となった。

9月28日 第2回食育講演会

食と環境教育アドバイザーである中尾卓嗣氏による講演会を開催した。『心の栄養 体の栄養』と題して、食べ物と歯、ウンチの話や現代の食の問題点など、食物栄養コースの学生にとって普段授業で聞く内容とは違った切り口の内容であった。ご自身の沖縄での食育ボランティアとしての活動なども紹介された。笑いあいの楽しい雰囲気の中で進んでいたが、ある親子のエピソードについてのスライドショーでは涙する学生もあり、印象深い講演会となった。

8月12日 吉野川分水の見学

農業関連施設の見学として、夏休みを利用して2件の見学を行った。1回目に吉野川分水の現地視察を行った。まず大和紀伊平野農業水利事務所にて吉野川分水の概要について説明を聞いた後、近くの下淵頭首工を見学し、さらに東西分水工や26号開渠を見学した。和歌山(紀ノ川)との交渉の歴史や警報活動についても聞くことができ、飛鳥の景観に配慮した26号開渠などを現地で見るとは有意義であった。参加者は少なかったが、家で米作りをしている学生の参加もあり、奈良の農業を支えた水に改めて感謝の気持ちを抱いたようである。

9月7日 農林水産消費安全技術センターの見学

神戸市の農林水産消費安全技術センター(FAMIC)を現地視察した。FAMICは、原産地や品種、加工食品の原材料が正しく表示されているかなどについて、

科学的な検査を行っている機関である。農林水産省が関わるJAS表示や、表示偽装の有無の分析についての説明を聞き、ミネラル検出による原産地確認や同位体元素検出によるはちみつの加糖などの検査室、木材の検査室を見学した。日頃見ることのない機器や検査の現場を目にして、食の安全・安心を守る仕事について理解を深めることができた。

さらに2月3日には、大和郡山市にある奈良県中央卸売市場において、市場内の見学と野菜の流通についての講演会を行う予定である。

2-2 食育に関するアンケート調査

プログラムの実施前(5月)と実施後(12月)に学生にアンケート調査を実施した。12月時点では、市場見学や閉講式など、プログラムの一部は終わっていなかったが、実施前後での、学生の意識や行動の変化をみる目的で実施した。食育への関心(図1)では、昨年度と同様に、地域こども学科よりも食物栄養コースのほうが関心が高かった。食育に対するイメージの有無(図2)では、1回生よりも2回生のほうがイメージできる傾向があった。昨年度と同様に、地域こども学科よりも食物栄養コースのほうが高い傾向がみられた。昨年度から食育プログラムを実施していることもあり、実施前の時点でも、2回生は食育の関心やイメージをある程度もっているという予想があったが、実際には食物栄養コースでは2回生以上に、1回生が高い傾向があった。その理由として、今回のプログラム

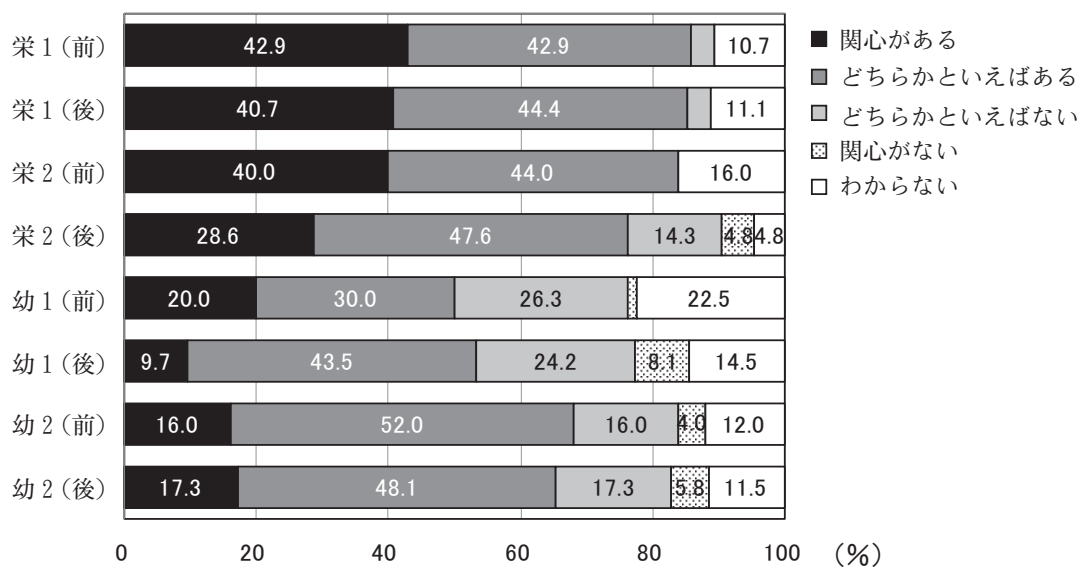


図1 食育に対する関心

注) 栄1(前)(後); 食物栄養コース1回生 実施前後 (n=28,27)
 栄2(前)(後); 食物栄養コース2回生 実施前後 (n=25,21)
 幼1(前)(後); 地域こども学科1回生 実施前後 (n=80,62)
 幼2(前)(後); 地域こども学科2回生 実施前後 (n=50,52)
 ※ 以下, 図2・3も同様

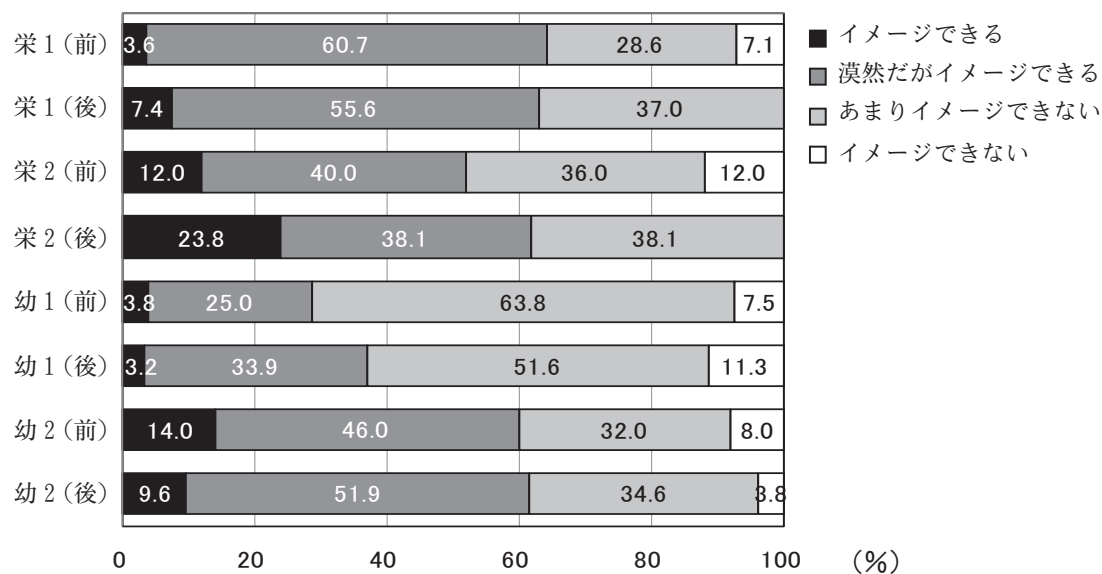


図2 食育に対するイメージの有無

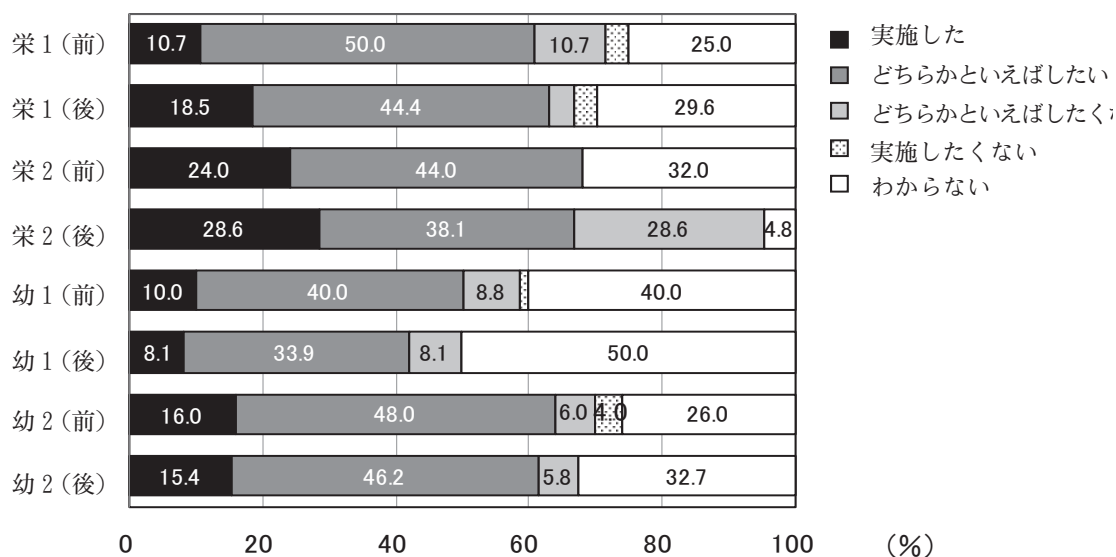


図3 食育の実践

の参加は1回生が多く、4月から始まっている食育実践演習(1回生科目)の授業での動機付けや食育リーダー育成講座などの効果のため、1回生のほうが実施前後ともにモチベーションが高かったものと考えられる。一方、地域こども学科では、学外実習で幼稚園や保育所などで実践されている活動に触れる機会も多く、1回生よりも学外実習の経験がある2回生のほうがイメージできている傾向がみられた。食育の実践については(図3)、2回生のほうが実践したいという傾向があった。2回生では卒業も近づいて、その後の進路のことも考えての結果といえる。また、地域こども学科の2回生では、学外実習での経験から保育者として食育に対する活動を効果的に実施できるか自信が持てず、実施前後で「わからない」が増えたものと考えられる。実施したくない理由としては、「知識が不足していると思う」が最も多かった。実施前の段階で、家の手伝いや学校での活動として米作りをしたことのある学生は全体で27名いたが、ほとんどが田植えや稲刈りのみであり、もみまきからの一連の作業を体験できたことは意義があったといえる。

食育実践プログラムの活動に1回以上参加した学生

は、食物栄養コース1回生28名(100%)、2回生12名(57.1%)、地域こども学科1回生52名(83.9%)、2回生39名(73.6%)であった。その学生に対して、これらの活動が今後の仕事に役立つか(図4)、自分の食生活に役立つか(図5)をたずねた結果、いずれも80%以上の割合で、役立つ・少しは役立つと思うと答えていた。その理由としては、「園児が食べ物のでき方などを知れたと思う」「食がどれだけ大切なのかが分かるから」「肌で触れて経験し、刺激できて心が豊かになることにつながるから」という意見が聞かれた。食育で伝えたいこととしては、「食べ物の大切さや栄養について」「食べ物を収穫して食べること」「残さず食べて、感謝の気持ちを持つこと」など、今回の活動の趣旨を反映したようなものが多くあがっていた。活動が保育園児や保護者にとって役立つものだったかについては(図6)、食物栄養コース1回生はやや低めであったが、役立たなかったと思う学生はいなかった。さらに、食育に取り組んで意識や行動に変化があったかを自由記述でたずねたところ、「食育を身近に感じることができた」「栄養士になるための心構えがしっかりできた気がする」「食べ物の育て方をもっとよく

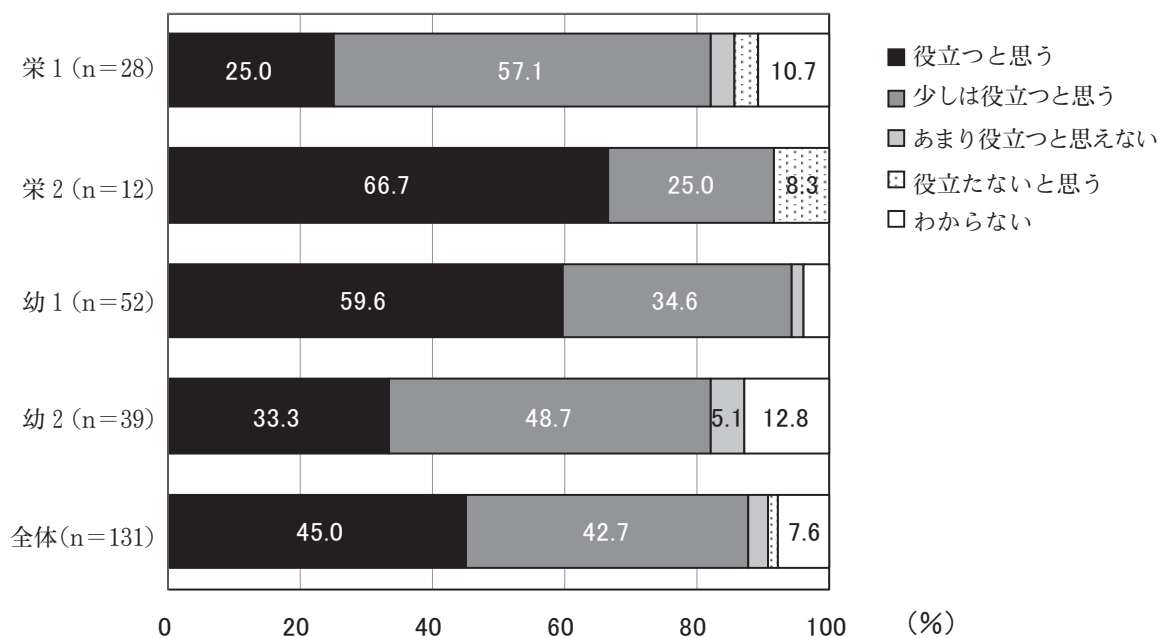


図4 将来仕事に役立つか

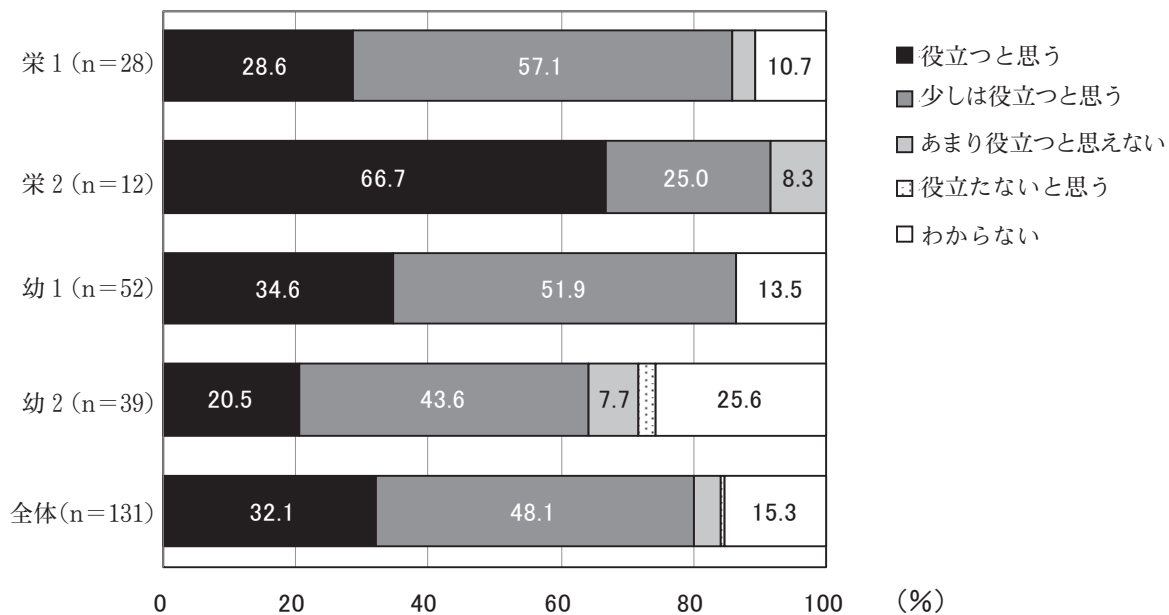


図5 自分の食生活に役立つか

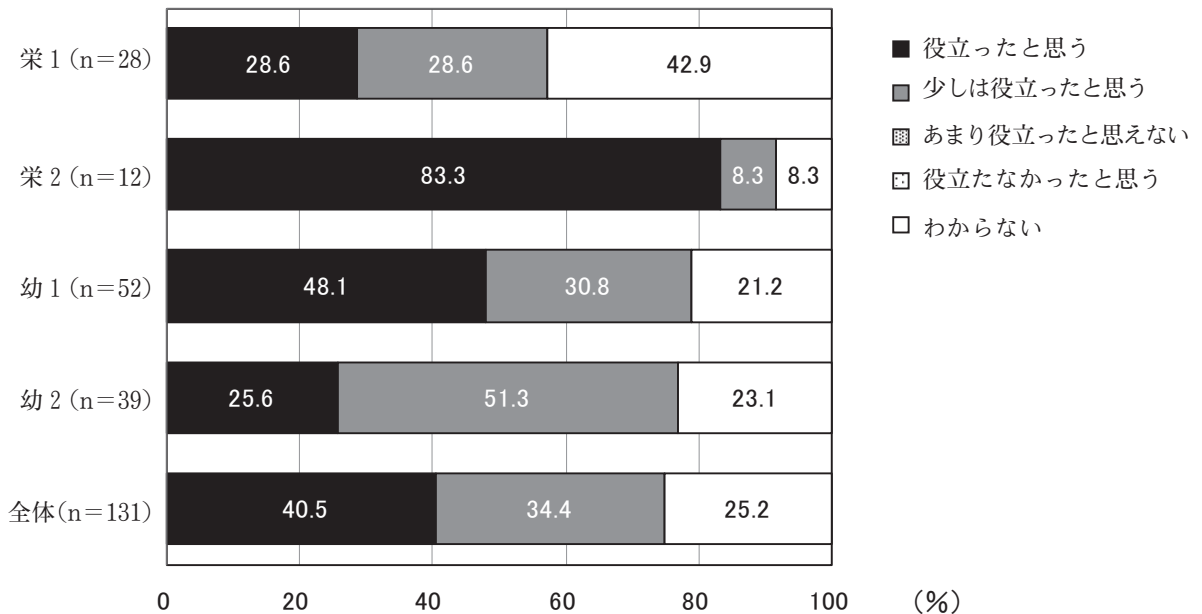


図6 保育園児や保護者に役立ったか

知ろうと思った。もっと育てたいと思った」などの意見が聞かれ、今後の前向きな活動につながるようなものが多かった。活動全般の感想でも、「米作りが楽しかった。初めてやるのが多くて新鮮だった」「園児と直接関わることができてよかった」「調理の場面で園児が楽しんでやってくれるのを見て、自分自身もさらに調理の楽しさを知った」「講演会でいろいろな話を聞いたことが勉強になった」という意見が多く、一連の活動が学生にとっての有意義な経験となり、よい意識付けになったものといえる。

2-3 その他の取組

6～7月 食生活の改善プログラム

6月は食育月間であり、6月22日～7月6日の2週間、学生ホールにおいて食育の普及啓発活動を行った。食育や食事バランスガイドに関するパネルを展示し、パンフレットも設置した。7月6日には、食物栄養コース2回生が食育アンケートの実施とパソコンで食事バランスガイドを活用した食生活チェックを行った。当日は給食管理実習の七夕メニューとして、ちらしずし・

にゅうめんスープ・なすの揚げびたし・フルーツヨーグルトの提供があり、食事バランスガイドのコマを利用して1日の栄養バランスを考えるような夕食にとるべき料理などのアドバイスを行った。学生だけでなく教職員も参加しており、食生活について考える機会を提供できた。毎回の給食管理実習の提供において、媒体で食事バランスガイドの表示を示していることもあり、アンケートでは6割近くの人が、「食事バランスガイドについて、内容も含めて知っている」と答えていた。

10月23日 大学祭における食育活動

10月23日の大学祭において、高円御流高円会による庖丁式が奉納された。庖丁式とは、庖丁と真名箸を巧みに操り、魚を料理するもので、古来より神々との交わり(懸り)を通じて、生き物の死骸を清め祓い、食材に変える儀式である⁹⁾。昨年の『龍門の鯉』に引き続き、今年の演題は『羽衣の鯛』で、学生が船を漕ぎ出す大海に、伝説と言われる蓬莱の、希望にあふれた島があることを祈ってお題ということであった。今

年は食物栄養コースの男子学生2名も式に加えていただき、衣装をまとって参加した。会場のレストラン鹿野園の一般客も含め、学生・教職員のたくさんの方が見学できた。

また、大学祭の展示コーナー、食育コーナーを設けて、食育関連の媒体展示や高円保育園などでの今年度の食育プログラムの紹介も行った。学生が手作りした食に関する媒体や食育実践演習の授業で栽培している野菜についての説明を実物と一緒に展示した。さらに11月27日のこどもフェスタなどにおいても、高円保育園との食育活動など食育実践プログラムの内容をパネルで紹介した(付図1-3)。

11月30日 サイエンスカフェ

近畿農政局の企画で、レストラン鹿野園において食の安全性に関するサイエンスカフェを実施した。事前にユッケの食中毒の資料を読んでレポートにまとめる課題が出ており、当日は4~5名ずつの6グループに分かれて座席に着き、課題の発表を行った。講師の稲津康弘氏(食品総合研究所)による食中毒事例に関する説明を聞きながら、事前資料なども参考にグループ別に代表者が報告していった。後半は、食中毒の規制に対して賛成・反対にわかれてグループで話しあって発表した。紅茶とデザートをいただきながらの場で、食の安全に関するリスクコミュニケーションの実践的な学習の場となった。

3. まとめ

現在2回生の学生にとっては、昨年度から食育活動に参加しており、2年目の取組となる。昨年度は、さつまいも栽培を通じて畑の準備、苗の植え付け、草引き、水やりを行い、秋に収穫したさつまいもを調理して食べる一連の体験を行った。今年度は、さつまいも栽培に加え、米作りにも挑戦し、かかし作りや稲わらのリース作りに取り組んだ。昨年度の取組の反省として、畑作業にかなりの時間を取られたことや、初めての取組が多く、準備や計画が十分に行えなかったことから、同じ学生が食育活動の全体を通して関わられるように配慮できなかったことが挙げられる。取組に十分な準備期間が取れず、丁寧な振り返りも行えなかったことから、今年度は、取組全体に関わることで食育に

対する意識向上につなげることを期待して、できるだけ同じ学生が全体の食育活動計画に参加できるよう心掛けた。実際には、例年のようにさつまいも畑の準備に追われ、米作りは今年度初めての取組であったことなどから、水田の準備や種もみの植え付け作業、水の管理、スズメ除けの網掛け作業などは結果的に一部の学生やスタッフだけが関わる形になってしまった。季節の変化や天候、稲の成長に伴って、その時々に必要な維持・管理には初めてのことも多く、全てにおいて学生の関わりを求めていくことは非常に困難であった。しかし、参加した学生は水田や稲もみがどのように変わっていくのか興味を抱いたようであった。虫や台風の大きな影響をうけることなく、たくましく育っていく稲を、学生それぞれが活動に少しずつ加わることで、食物への興味・関心をさらに持つようになっていた。水の入った水田は絶好のビオトープであり、無農薬で育てたおかげでカエルやトカゲが多く生息し、秋になるとトンボも見かけるようになり、実った稲穂にはスズメも集まった。自然の食物連鎖の中で生きる多様な生き物の姿を観察できることも大切な教育的要素であると感じた。さらに、4月よりオープンした学生レストラン鹿野園の窓からも眺めることができことから、すべての学生や教職員が興味をもって成育を見守ることができ、一般客も景観としても楽しめる要素も大きかったといえる。

今回の取組により、種もみを植え付け、それが成長して、より多くの米になり、自分たちの口に入る、という当たり前のことを一連の作業として経験できたことは、園児だけでなく学生自身にとっても、目の前に食べられる形で提供されることの多い食材の大切さを実感する良い機会となった。外山ら¹⁰⁾は、作物の生育・栽培を流れとして経験することで、食物の生産・加工・流通についての理解につながると述べており、自分たちで育てたお米がご飯になり、それを味わうことで、農と食の結びつきについて理解が深まったのではないかと考えられる。2回生にとっては、2年続けて、多数回にわたって保育園児と関わることにより顔なじみになり、園児とのコミュニケーションが図りやすくなってきたようである。親子交流会では、みんなで育てたものを協力して調理して体験することにより、さらに

連帯感も深まった。さらに、当日は保護者や園児の兄弟の参加もあり、園児らと一緒に体験し、食育実践について考えることができた。堀田ら¹¹⁾は、保護者への食育への態度が幼児の食育にとって重要であり、親に対しての働きかけをすることが大切であることを述べており、家庭に帰ってからも今回のことが話題にのぼり、さらに園児が調理に関心や意欲を深めていくことが期待される。2月には保護者を対象として子どもの食に関する食育講演会も計画している。さらに、保育の現場では望ましい食習慣の定着や食べることを喜び、食事を楽しみあう子どもの成長が目標とされており、栽培や調理に加えて、食事の楽しみや喜び、食べることを通して育つ習慣やマナー、食べる意欲や食事をともにすることによる人との関わりなども視野に入れることが求められている。これまでの活動で意識に入れながらも栽培が活動の中心となりつつあったこともあり、今後もプログラムを継続していく中で、食べることをさらに意識して「食べることを楽しむ」ためのプログラムなど、切り口を変えて計画することが必要と考えられる。さらに、これまでのプログラムはスタッフ主導で計画したものを学生が参加して実行していたため、今後は学生が主体的に計画した活動も盛り込んでいくことが望ましいといえる。その上でも、学生自身の資質を高めていくことが必要であり、それが食育の実践力を高めることにつながっていくといえる。

食育リーダー育成講座は、食物栄養コース1回生が主な対象であったが、実際の経験者からの講演や現地での視察を通して、通常の授業とは違う形で食育についての学習を深めることができた。また、地域こども学科の学生は、食育への関心が食物栄養コースの学生よりも低く、日頃調理などをする機会がほとんどない学生も多いことから、栽培活動や交流会以外にも食品の生産や栄養、調理などの食育について講座を行うことが望ましいといえる。砂田¹²⁾は、食育は五感を総動員した総合学習であり、自ら考え、進んで行動する食育は生きる力、人間力を育てると述べており、保育園児への食育実践活動を通して、園児が五感を通して発見し、学んでいく姿を学生もともに学びながら見ることができ、今後の将来においてもかけがえのない貴重な経験をすることができたといえる。

今後、2月に奈良県中央卸売市場の見学と野菜の流通や旬に関する講演会、閉講式を実施する予定である。閉講式においては、米作りや保育園児との食育活動などを振り返り一年間の取組を総括する。さらに、授業時間以外にも自発的な参加により意欲的な活動を行った学生に対して、表彰状を授与する予定である。今回のプログラムでの体験をもとに、短期大学での学びをさらに深めて、卒業後にも継続して食育を実践できる人材が増えていくことを期待する。

最後に、本研究は平成23年度奈良佐保短期大学の共同研究費により実施したものです。このプログラムにご協力いただきました近畿農政局奈良地域センターの中野一雄氏および折口圭子氏、奈良市立高円保育園の皆様、高円御流高円会の皆様、地域こども学科の中村恵先生に感謝申し上げます。

引用文献

- 1) 内閣府：『平成20年版食育白書』（2008）
- 2) 内閣府：「第二次食育推進基本計画」
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/index.html>（2011.11.30）
- 3) 三浦さつき、島村知歩、古海忍、和田公子、新正敏子：「栄養士・保育士養成課程の短期大学生による食育実践の検討」、『奈良佐保短期大学研究紀要』, 18, pp.1-18（2011）
- 4) 全国農業共同組合中央会：「お米が実った！」
- 5) 全国農業共同組合中央会：「バケツ稲づくりマニュアル」
- 6) 「特集 米づくり体験コツのコツ」、『食農教育』, 農文協, 74, pp.18-57（2010）
- 7) 奈良県農林部農業水産振興課：「主要農作物（米・麦・大豆）生産改善技術指導書（平成18年度版）」, pp.10-11
- 8) 奈良県：「奈良県お米・菜園づくり応援のページ」
http://www.pref.nara.jp/dd_aspx_moduleid-38546.htm#moduleid38546（2011.11.30）
- 9) 高円御流高円会：「古流庖丁道 庖献 高円御流」
<http://takamado.wordpress.com/>（2011.11.30）
- 10) 外山紀子、野村明洋：「保育園の作物栽培実践に

基づく食物の生産過程に関する学び」、『日本食育学会誌』, 4 (2), pp.103-110 (2010)

- 11) 堀田千津子, 高田晴子, 木村友子, 内藤通孝:
「幼稚園児と母親に対する食育プログラム実施の効果」, 『日本食育学会誌』, 2 (4), pp.141-148 (2008)
- 12) 砂田登志子: 『楽しく食育』, 潮出出版, p.95 (2005)

付図1 食育実践プログラム報告（米作り）

【平成23年度食育リーダー育成プロジェクト】

日本の主食「お米作り」に挑戦！

4月26日 お米作りの講座



まずは、お米づくりの講座から



よい種もみを選ぶには、塩水にもみを浮かべて……「塩水選」



5月6日 もみまき



まずは、土をふるって…



もみは奈良県のお米「ヒノヒカリ」



シートをかぶせて、毎日水やりで順調に成育中

田んぼができました

バケツで「お米作り」の予定でしたが、佐保のゆめの丘に「田んぼ」が出現…



小さいけれど、田んぼが完成！

6月13日 田植え



田植えと秋までの管理の講座



いざ、田んぼへ……土の感触を感じながら作業



きれいに植えられました



順調に生育中(7月6日)



田植えから2ヶ月(8月11日)

8月25日 出穂と開花



稲は順調に生育し、稲穂が出てかわいい花が咲きました

9月13日 網かけ



すずめに食べられないように、網をかけました

10月18日 稲刈り



学生がカマで刈り、わらで束ねて、はざ掛けに干しました



少人数での作業おつかれさまでした
夕日に照らされて、はざ掛けをバックにポーズ！

11月1日 脱穀・もみすり・精米



6号館ホールが作業場に



千歯こきで脱穀
パラパラ落ちて
おもしろい！



機械の力も借りました



もみはなかなかとれません



やっと白いお米に
なってきたかな

付図2 食育実践プログラム報告（保育園での食育活動）

【平成23年度食育リーダー育成プロジェクト】

奈良市立高円保育園での食育活動

5月11日 お米づくり(もみまき)

水につけておいた「もみ」からかわいい芽がでてきて、園児と一緒にもみをまきました



もみからかわいい芽が・・・



準備もOK



「上手にできたね」
学生の言葉に園児もうれしそう



3粒ずつトレイに
まきました

5月26日 さつまいもを植えよう

奈良佐保短期大学の農園でさつまいもの苗を植えました



「土のお布団に寝かせてあげて、
やさしくトントンしようね」
先生から植え方を教わりました



一列に並んで、一緒に植えました
地域子ども学科1年生も見学
(来年は皆さんの出番・・・?)



みんなが帰ってから、少しお手入れ・・・
大きなさつまいもができるように
秋までお世話をお願いします

6月2日 野菜となかよし

みんなの大好きなお話で楽しいひとときを過ごすことができました



♪キャベツの中か～ら
あおむしでたよ♪



「大きなダイコン」のお話

「はらぺこあおむし」の歌とお話



「三匹のこぶた」のお話

9月13日 かかし作り・野菜となかよし 田んぼのお米を守るかかしをみんなで作りました



パネルシアターでは、
じゃがいも料理がたくさん
出てきたね



「おもいほり」の手作り紙芝居



お姉ちゃんと一緒に金づちでトントン
立派なライオンかかしのたてがみに

“かかしさん”の服ができました



みんなの願いを込めて、すてきなかかしがたくさんできました

10月6日 稲刈り お米がたくさんできて、はさみで刈りました



お米博士のお話をしっかりと
聞いています



先生といっしょにはさみで
チョキチョキ



ひもで束ねて
「はざ」にかけて干します

稲刈り後の
田んぼで、
生きもの発見！！



10月20日 さつまいもほり たくさんおいもがほれました



大きなおいもがたくさん
見えてきました



ホラッ！長～い
さつまいものつるだよ



ひと～つ、ふた～つ・・・みんなで数えたら、
なんと295本の大収穫でした



12月15日 リース作り 稲わらや木の葉を使って、クリスマスリースに挑戦



飾りはどれに
しようかな・・・



みんな夢中で
作っています



かわいいリースが完成！

11月26日 お米とさつまいものクッキング

親子交流会で、みんなでクッキングに挑戦、みんなで作ったお米も食べました

【今日のメニュー】
さつまいもごはん
さつまいも汁
カラフル野菜の白玉団子



油揚げやこんにゃくを手でちぎりました

みんなで作ったお米が
ちゃんと炊けたかな



力を込めてさつまいもを切りました



庖丁を使うのにドキドキしながら、
人参と大根を切りました



小さい手で団子をこねこね



みんなでおいしくいただきま〜す



ごはんができるまでは、楽しい食育タイム



食べたものは
体でどうなるのかな・・・？



オオカミが食べちゃうぞ・・・
「オオカミと七匹の子やぎ」のオペレッタ



付図3 食育実践プログラム報告（食育リーダー育成講座）

【平成23年度 食育リーダー育成プロジェクト】

様々な視点で「食」と「農」を考える ～食育リーダー育成講座～

【食育講演会】

5月30日 ごはんde食育！（ごはんを中心とした日本型食生活）

奈良市保健所栄養士の清水有美栄氏を招き
日本型食生活の良さについての講座を行いました

「日本型食生活」とは、日本の気候風土に適した米を中心に、魚や肉、野菜、海藻、豆類などの多様なおかずを組み合わせるものです



9月28日 心の栄養 体の栄養 食育実践

食と環境教育アドバイザー中尾卓嗣氏を招き
笑いあり涙ありのお話で 食育実践について学びました



【施設見学会】

8月12日 奈良県の農業を支える吉野川分水

大和紀伊平野農業水利事務所の協力を得て、吉野川分水の施設見学を実施しました



ダムと頭首工での水の管理について説明を受けました



下淵頭首工



東西分水工での説明



景観に配慮した明日香村を流れる26号開渠

9月7日 農林水産消費安全技術センター(FAMIC)

JAS規格の表示や検査の状況について学びました



JAS規格の表示などについて説明



分析する検査室を見学

