

島根県保育協議会・調理担当者部会

しょくいく



新型コロナ時代の食育


今年度は、保育公開や試食会など保護者の方が園行事に参加される機会はほとんどなかったのではないのでしょうか？そんな制約のある生活の中で、保護者の方が抱えるさまざまな不安を解消できるコミュニティツールとして、おたよりはこれまでよりも大きな役割を担うと考えます。

そこで、研修でもお世話になっている上越教育大学大学院教授の野口孝則先生のコラムから、保護者向け情報提供の内容を紹介させていただきたいと思います。

*** 1 ***

感染症対策としての「食」の大切さ

健康




- ・毎日の食の大切さ
- ・健康の源としての食事・運動・睡眠
- ・しっかり食べることと食べ過ぎないこと
- ・食事を楽しむことが健康につながる
- ・衛生的に気をつけるべきポイント

*** 2 ***

防災や緊急時対応

防災



- ・自宅の食事や栄養について（経済的、簡便、作り置きなど）
- ・家族の一員としての助け合い（感謝の心）
- ・日頃からの備蓄の大切さ

*** 3 ***

食の流通やアクセスの問題

社会経済



- ・海外依存度の高さ（供給の不安定）
- ・国内流通と地産地消
- ・購買集中による弊害

*** 4 ***

食情報に関する倫理と行動

情報



- ・災害時や非常時に流れる偽情報（デマ）
- ・「正しく怖がる」というリスク・マネジメント



任期を終えて…

調理担当者部会長 土次 あゆみ (出雲・あすなろ保育園)

部会長という大役を仰せつかり、勤まるか不安ばかりのスタートでしたが、部員の先生方や県保協の方々、園に残っておられる先生方に助けられ、何とか2年間を終えることができました。まずは感謝の気持ちをお伝えしたい思いでいっぱいです。ありがとうございました。日常の保育園業務では体験できない経験を積ませ

て頂き、ひとつの研修会、一冊の広報誌に多くの方の思いや尽力があることを改めて知り勉強させていただきました。

今回の経験をまた日々に活かし、頂いたご縁は大切に温めて、これからの保育園給食をより良いものにしていきたいと思ひます。



柳楽 有里 (松江・認定こども園ふたば古志原こども園)

初めての県保協の役員で不安ばかりでしたが、素敵な先生方に助けていただきながら、任期を無事終えることができました。研修会や編集委員など貴重な経験を2年間させていただき、ありがとうございました。



緒方 敬子 (浜田・安城保育園)

何も分からないままに2年間が過ぎ不安と緊張の日々、励みや様々な助言をいただきました。職場を始め、たくさんの方々に支えていただいた事を強く感じ、東部、西部の先生方との出会いに感謝の気持ちでいっぱいです。貴重な経験を生かし今後も努力していきたいと思っております。本当にありがとうございました。



大賀 裕子 (益田・緑ヶ丘保育所)

この2年間、研修会や編集委員などを経験する事ができ、多くの事を学ばせて頂きました。素敵な先生方に会い、楽しく活動することができました。2年間の任期を無事に終えることができ、ホッとしています。ありがとうございました。

堀内 佳奈子 (雲南・かもめ保育園)

この2年間研修会やしょくいくの編集などいろいろな経験をさせて頂き、素敵な先生方との出会いもあり楽しく活動できたことに感謝しています。ありがとうございました。



羽野 睦子 (かのあし・かきのき保育所)

コロナ禍で、消化不良の活動になってしまい残念ですが、部会役員の皆さんと活動できるとも勉強になりました。



寺本 清美 (江津・さくらえ保育園)

初めての県部会の役員をさせていただき、自分に務まるのかとても不安でしたが、たくさんの方のおかげで任期を終えることができました。この役をしていなかったら出会えなかったであろう方との出会いをこれからも大切にしたいと思ひます。ありがとうございました。

荒砂 明子 (邑智・口羽保育所)

初めてのことで不安ばかりでしたが、先生方に支えられて研修会やしょくいくの編集など貴重な経験を楽しくさせていただきました。活動自粛などで十分お役に立てず心残りもありますが、皆さんに出会えた事で楽しく学ぶことが出来ました。2年間ありがとうございました。



田村 望 (大田・いそたけ保育園)

初めての役員で不安でしたが、素敵な先生方と出会い、たくさんの貴重な経験と勉強をさせていただき、2年間楽しく活動することができました。ありがとうございました。



ありがとうございました

『出会いを大切に』という前任部会長の思いを引き継ぎ、9名の部会員で楽しく活動することができましたのは、皆様のおかげと感謝の気持ちでいっぱいです。

今後も機関誌を楽しみに、研修でさまざまなことを学び、保育所給食がより良いものになるように研鑽を積ませていただきます。

クッキング保育も含む

調理中の衛生管理のいろいろ コロナ禍の今再確認してみませんか?



手洗いのタイミング

《前に実施する》

- 調理場に入る前
- 後に加熱工程がない食品を扱う前 (そのまま食べるものも含む)
- 盛り付け前
- 手袋着用前



《後に実施する》

- 身支度を整えた後
- トイレの後
- 微生物の汚染源になる恐れがあると思われる食材等に触れた後 (生肉・生魚・生卵など)
- 廃棄物処理の後
- 顔や頭に触れた後やマスクに触れた後



身支度 (髪の毛・三角巾・指輪)

- 清潔なエプロン
- 前髪をしっかりと三角巾に入れる
- 髪の毛が長い人は結ぶ
- 指輪は外す又は、手袋を着用する

指輪の内側には手洗いをしても雑菌が残っている



手袋の正しい使い方

- 1.手袋をつける前にしっかりと手を洗う。
- 2.手袋の手首側から取り出し、食品に触れる部分に触らないように装着する。
- 3.手指の汚染を手袋の収納容器につけないようにする。
- 4.使い捨て手袋は、作業が変わるたびに交換する。
- 5.一度使用した使い捨て手袋は、再使用しない。

《手袋の保管方法》

使い捨て手袋は、専用のケースに保管する。

《手指のキズがある場合》

手のキズには、細菌がたくさん付着しているため、食中毒を引き起こす危険性もあるので必ず手袋を着用し、調理、配膳を行う。

台布巾の管理

台布巾を置きっぱなしにしていますか? 一度使用した台拭きには、菌が繁殖しているので、使用したらきれいに洗い、次亜塩素酸水に浸漬させて再度使うようにする。



※給食の調理作業中、配膳する時はもちろんですが見落としがちなクッキング保育の時も同様です。楽しい活動のために、衛生管理もしっかりできるといいですね!

※今回掲載させていただいた内容はあくまで目安であり、園の状況等を踏まえて参考にいただき、日々の衛生管理の確認をしていただきたいと思います。

令和2年度 島根県保育協議会 主任保育士・主幹保育教諭研修& 食育推進研修合同研修会

◇限定YouTubeにて配信 ◇動画配信期間:令和2年11月20日~12月31日
講師:野口 孝則氏 演題:「食と保育のつながり」

新型コロナウイルス感染症も含む昨今の子どもを取り巻く環境や課題について共有を図るとともに、保育所・認定こども園等における各職種の専門性を生かした連携の重要性を学び、「食育」の意義や役割を考えたいと思い、この研修会を開催しました。

全国を飛びまわり、講義をされている野口先生の分かりやすく実践をまじえたお話を、今回は県内の各保育所・認定こども園等で聞くことが出来ました。この講義を園内研修として活用し、より多くの職員と情報を共有している園もありました。その中でたくさん感想が寄せられましたので、紹介します。

- ★日々の仕事に追われ、なかなか食育活動を評価することまでにとりつけない。やりっぱなし食育になっている。子どもの個々の発育状況はもちろん、毎年クラス全体の特徴も様々であり、それに沿った計画を立て実施していきたいと思いがながらできていない現状である。
- ★保育所における食育の質向上のためには、調理担当者と保育士のどちらか一方だけが力を入れても成立せず、共に子どもの様子や活動の改善点を伝え合い、相談しやすい関係性を構築することが大切であると感じた。
- ★興味を持ってくれる献立名やメニュー(切り方、盛り付け方、お皿の種類等)どのような環境で等、日々調理師をはじめとする保育者がアイデア、知恵を出し合い工夫していくこと、それこそが食育。日々の積み重ねこそ食育なんです!!(コロナだから食育できない…ではない)
- ★保育所では毎日の「給食」がすでに食育であり、大切だということを改めて知る機会となりました。
- ★自分はどんな声かけやかかわり方ができていたか日々の生活を振り返ると深く反省する点がたくさんありました。その中でも、なんでも食べてほしいという思いが強くなっていったなと思いました。まずは楽しい雰囲気食べたいような気持ちに繋がるように、保育士のちょっとした声掛けやかかわり方を工夫していきたいと思えます。
- ★コロナの影響もあり研修の場があまりないですが、今回のようなオンライン研修は園のみんなが勉強できるので良かったです。今後もこのような機会があるといいです。



講師紹介

●講師/野口 孝則氏
国立大学法人上越教育大学大学院
学校教育研究科・教授(臨床・健康教育学系)
健康教育研究センター・センター長
管理栄養士、臨床検査技師、京都大学博士(人間・環境学)

【プロフィール】

理化学研究所脳科学総合研究センター行動遺伝学 研究員・基礎科学特別研究員を経て、神戸学院大学 講師、福岡女子大学 准教授、帝塚山大学 准教授を勤めておられました。厚生労働省 健康局総務課生活習慣病対策室 栄養管理係長にお勤めの際には、東日本大震災を経験され、災害時の対応についても著書を書いておられます。

現在では、上越教育大学大学院で「保健、医療、福祉(保育・介護)、教育分野における実践的な食教育(食育)について」ライフステージに応じた健康づくり活動をテーマに、教育・保育をはじめ地域・職域と連携した食育の推進、栄養管理と食事サービスの機能的な連携と評価、健康増進を目指した食品(地域特産品)の研究開発やヘルスツーリズムなど産学連携研究に取り組んでおられます。

生涯の研究テーマは、「美味しさを感じる事が体とこころの健康につながる。こころの健康につながる。」

新潟と島根が繋がりました



パパ向けの調理実習をされているそうです♪

昨年に引き続き、野口先生に島根で講義をしていただく予定ではありましたが、新型コロナウイルスの感染拡大により、リモートでの研修会となりました。「ぜひ島根にまたおじゃましたい」とおっしゃっていた野口先生でしたのでとても残念がっておりましたが、「オンラインだからこそ、より多くの人に“いつでも”“どこでも”伝える事ができる」と今回も学びの多い講義をしてくださいました。

次こそは島根でお会いできる機会を楽しみにしております。

☆野口先生の講義より…

- ★食事は「楽しく」「美味しく」「つながる」食育の実践をしていく。
- ★食育計画は、毎年見直すこと。
- ★『保育所における食事の提供のガイドライン』(厚生労働省)より、食の質の向上の為に必要な10項目を年に一度職員全員で、1項目5点満点で評価する。自園の平均値を出し、来年度の目標になる。
- ★魅力を伝えること。例えば、切り方・盛り付け方・食器や食具の変化、アイデアや工夫・知恵を絞ること。子どもの視線に立ち、観察力をもって、子どもに食の魅力を伝えることが大切。

食育は「栽培からクッキングまで」のようなイベント的な活動と捉えがちであったが普通の食事が大切!
食事の中で、見る・触れる・匂う・運ぶ・選ぶ・洗う・むく・ちぎるなど保育における食育活動として実施できる。

叱責ではなく褒め言葉が飛び交う保育室に!
「今日は朝食食べてきたのね!」など褒め言葉を大いに使うこと。いいところ探しをしよう。“できない探し”ではなく、子どものやる気を育てて、楽しい食育をしよう!

子どもに努力させる食育はやめよう!
「頑張って食べよう!」ではなく、「昨日と(形・色・味付け・硬さが)違うね。」など、認識させる声掛けが楽しい食事に繋がる。

コロナ禍のため、何が実践できて何が実践できなかったのか、見直すこと。
5歳児は卒園までに、体験させてあげるべきことを、是非取り入れて欲しい!

