



島根県保育協議会・調理担当者部会

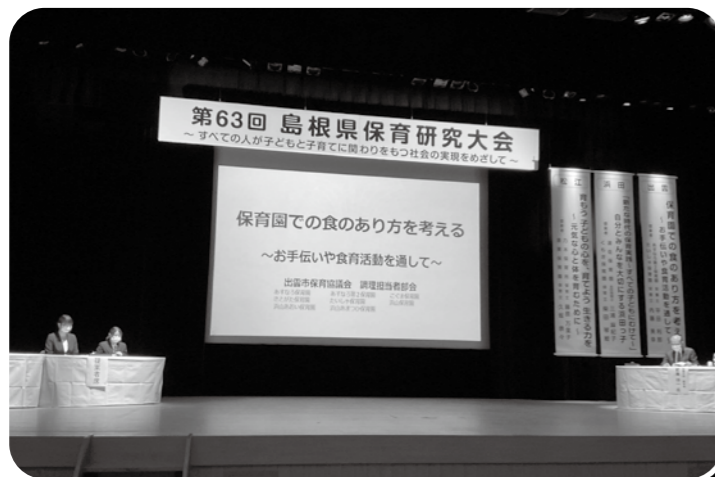
No.58

第63回 島根県保育研究大会 ～ 保育園での食のあり方を考える ～

令和3年12月17日(土)、大田市(大田市民会館で)、第63回島根県保育研究大会が、開催されました。

保育園での食を考えると、家庭との連携で子どもの食への意識をどうもってもらえるかなどの悩みは、どこにもある課題なのではないかと感じていました。「保育園での食の在り方を考える」という研究発表では、子どもが保育所で出汁とりやお米とぎなどの食育体験を継続的に積み重ねることにより、保護者の方に保育園での食育活動や家庭でのお手伝いなどに関心を広げていただけたということが丁寧なアンケートにより私たちは知ることができました。

発表をきいていて、こどもたちの「やりたい!」という気持ちや、目をキラキラさせてお手伝いによる発見をしている姿が目につくようで、保育園での食育活動の継続と子どもたちの意欲が、保護者の方に「子どもの食」について影響を大きく与えているのではないかと感じました。



講師紹介



●講師／伴 亜紀氏
Graine代表 大阪総合保育大学 乳児保育学科 非常勤講師

【プロフィール】

私立病院・公立学校給食センターを経て公立保育所・子育て支援センター・保健センターの栄養指導・給食業務・地域の食農団体担当者として食にかかわる。

1999年より保育園児に対し「食農教育」を実践。2010年3月まで保育所の現場で勤務。子どもの食にかかわる中で食器や補助具(スプーン・フォーク)などの開発にも携わる。

2010年7月より株式会社Graineを設立。「食と農のコンサルジュ」として子どもの食・食農教育・地域の農産物の商品の開発・食農アドバイザーなど「食」についての講演・講師を務める傍ら、「食のかかわる生活提案」ということでオリジナルのスプーン・食器等の販売も行う。また、子どもに関わってきた栄養士数名で「京都こどもの食事研究会」を立ち上げる。

2017年6月に佐井かよ子氏と共に「ごちそうさま! またつってね! から生まれたレシピ集〜五感を育む魔法のレシピ〜」を自費出版。自宅で離乳食教室・料理教室を主宰。長野県立大学・和歌山県立大学・京都文教短期大学等でも講義している。

2020年4月より大阪総合保育大学で非常勤講師として勤務。

2021年より京都府幼児教育センター 幼児教育アドバイザー。

今回も、WEBでの研修ではありましたが、伴先生のほんのり京都弁が入っていて聞きごちのいい声でのお話を頂きました。

離乳時期はこどもたちにとっては大切な時期であり、個々の発達も大きく差が出る時期でもあるので、個々に合わせて食事を進めていく大切さを改めて感じました。この時期を大切に育てていきたいと思えます。

また、アレルギー食のおやつも、いつも悩みの種だったので米粉、おからパウダーは参考にさせてもらっています。先生の料理教室に参加してみたいと思えます。島根でも……。先生のおじい様は小さいころ隠岐の島で暮らしておられたそうで、またおじい様のご縁を結んでくれることを願います。

アイテム紹介



今回の研修のスライドに登場したメニューなどがオールカラーで栄養計算・アレルギー表示・アレルギー表示・大量調理のポイントも明記されています。すぐに保育で使用できる内容になっています。

大量調理のポイントの明記がうれしいです



- ①：離乳食介助食用スプーン
- ②：初めてのスプーン
- ③：スプーン
- ④：フォーク(3~4歳くらいから大人まで幅広く使用できます)

注文方法

メールのみの対応 granie0529@gmail.com

★郵便番号・住所・氏名(保育園名)・電話番号・必要部数・食具の場合は本数を明記

★必ず「島根県保育協議会の研修」を明記してください
(研修資料に詳しく記載されています)

令和4年度 島根県保育協議会 食育推進研修会

◆動画配信期間(令和4年10月3日~10月17日)

講師／伴 亜紀氏 演題／「子ども一人ひとりに応じた食事の提供について」

研修で学んだこと

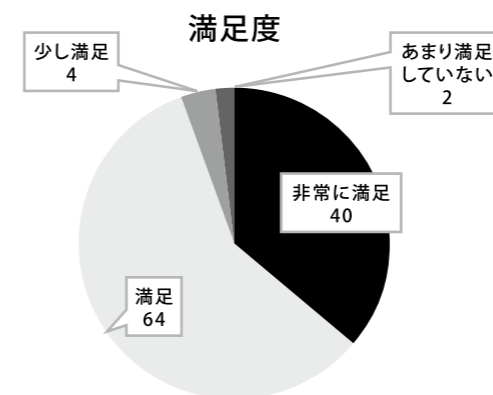
- ★摂食機能の発達に応じて食事提供を行うことや全職員がアレルギーに対しての共通認識を持って食事の補助を行っていくことの大切さを学びました。
- ★保育所での離乳食開始の目安、離乳食の工夫、注意点について
- ★給食室では間違いのないように声出し確認の徹底

ご意見・感想

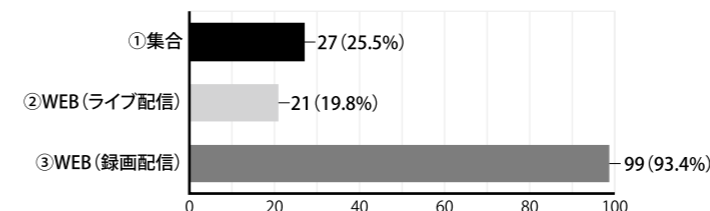
- ★アレルギー対応備蓄のローリングストックの話が聞けてよかったです。
- ★アレルギー児の代替え食について、必要な栄養が摂れているのかを改めて考え直すことができてよかったです。
- ★職員間の連携をしっかりと取り合いヒューマンエラーが起こらないように気をつけていきたいです。

講義内容・テーマ等の希望

- ★コロナ禍におけるクッキング保育、黙食、衛生管理、検食記入例。
- ★開催方法の希望ですが、動画配信だと普通出張での参加だと参加しにくい職員も通常勤務の中で都合に合わせて視聴が可能なので、ぜひ録画配信での開催を希望します。

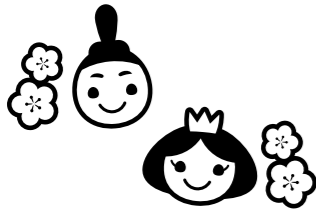


今後の開催方法について



任期を終えて…

調理担当者部長 鳥井 久美子 (江津・めぐみ保育園)



役員経験は初めてで最初のWEBでの会議は緊張で顔が引きつっていましたが、県保協の方々や、部員の先生方に助けてもらいながら、無事に任期を終えることができました。コロナ禍で集まれる機会も数なかったのですが、先生方と色々な話をしている中で勉強になることが多々あり、感謝しております。

時代の流れをしっかりと見て、その時の状況に合った食育をと思います。



岩本 美世子 (松江・融合こども園)

県保協の仕事に携わる中で改めて食の大切さを学び、子ども達に伝えていきたいという思いが更になり強くなりました。2年間、貴重な経験をさせていただいた事に感謝し、これからも日々誠実に仕事に取り組んでいきたいと思えます。



井谷 和子 (出雲・須佐保育所)

この2年間、たくさんの貴重な経験をさせて頂きました。活動当初はzoomでの会で始まり、実際に各市郡の先生たちと会うことが嬉しく充実するものと改めて感じました。皆さんに出会え感謝です。ありがとうございました。



三浦 紀子 (浜田・ちどり第2保育所)

初めての事だらけで不安でしたが、調理部会や研修を通して他園の先生方と意見交換をし新たな知識を学べて、とても充実した時間を過ごすことが出来ました。こちらで頂いたご縁を大切にしながら、今後も日々の業務に邁進していきたいと思えます。二年間本当にありがとうございました。



日高 由架 (邑智・美郷町都賀保育園)

初めて役員をさせていただき不安でしたが、素敵な先生方に出会い、和やかな雰囲気の中で、研修会や「しょくいく」の編集など貴重な体験をさせていただくことができました。2年間ありがとうございました。



吉村 里恵 (益田・認定こども園 原浜保育所)

島根県内9つの市郡調理担当者部会員が集まり、食育の観点から島根の子どもたちの育ちを会員のみならずみなさんと共に支えていきたいという思いの2年間でした。9人寄ればいろいろな知恵が…。私自身が勉強させていただきました。感謝・感謝!



稲田 東希 (大田・志学保育園)

コロナ禍での活動は思ったことが出来ず残念なことも多く、みんなで直接お会いする機会も少なかったにも拘らずとても気さくにお話をさせていただき大変貴重な体験をさせていただきました。副部长という大役を私が出来るかと不安だらけでしたが2年間の任務を無事終えることが出来たのもみなさんのおかげだと思っております。



藤村 美佐恵 (かのあし・六日市保育所)

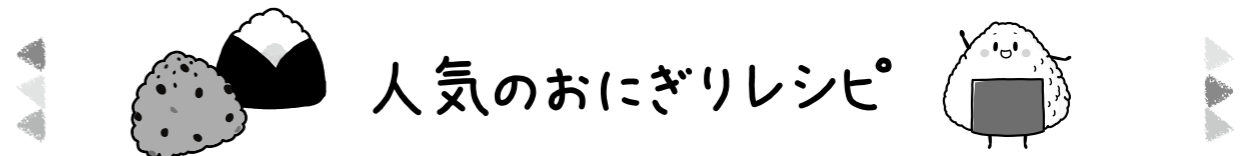
この2年間の活動で市郡の先生方との交流があまりできなかった事が心残りですが、研修会や編集委員にかかわる事ができてとても良い経験でした。これからは日々の仕事に活かしたいと思います。ありがとうございました。



有間 奈津子 (雲南・三刀屋保育所)

初めての部会はWEB会議だったため、二度目の部会で皆さんに会えた時はとても嬉しかったです。初めは緊張と不安だけでしたが、縁ありこのメンバーで学び合えたこと、色々な経験をさせてもらったこと、振り返ってみれば素敵な2年間だったと思えます。

★
**2年間
ありがとう
ございました**



人気のおにぎりレシピ

保育園(所)で、朝ごはんは何を食べて来た?と聞くと、クリームパンやメロンパンなどの菓子パンと答える子どももいます。菓子パンの主な材料は小麦・砂糖・油でお菓子と同じになってしまいますね。食べやすいけど、カロリーも高く栄養バランスも悪い…でも忙しい朝に、色々準備するのは大変ですよ。そこで、保育園(所)でも人気のおにぎりレシピをご紹介します。

具たくさんのおにぎりと、余った野菜でおみそ汁! ぜひご家庭でも作ってみてください。



とうもろこしのおにぎり

★材料★
(1合分)

お米……………1合
とうもろこし(軸つき) ……4cm
塩……………1g
酒……………2.5g

★作り方★

- ①お米をとぐ。
- ②とうもろこしは、包丁で軸から実をとる。
- ③炊飯器に酒、塩、とうもろこしの実・軸を入れ、炊く。
- ④炊いたら、とうもろこしの軸を取り、おにぎりを握る。

★ポイント★

- ◎とうもろこしの軸から、いいエキスがでます。
- ◎旬のとうもろこしを使えば、甘みのあるご飯が炊けます。

ひじきおにぎり

★材料★
(1合分)

お米……………1合
鶏もも肉 ……30g
芽ひじき ……1g
にんじん ……10g
さやえんどう ……2g
酒……………2g
しょうゆ ……5g
さとう ……5g

★作り方★

【下準備】

- ・ひじきは水で戻しておく
- ・鶏肉は1cm角程度に小さく切っておく
- ・にんじんは粗みじん切りにする
- ・絹さやは4等分くらいの斜め切りにして火を通しておく

- ①熱したフライパンに油を入れ鶏肉を炒める。
- ②①ににんじん、ひじきと少量の水を加え炒め煮にする
- ③絹さやと調味料を入れ煮る。
- ④炊いたご飯に③を混ぜ込む
(汁気が残っていれば、具だけを入れるようにしてください)

炊き込まないので、水加減の心配がありません。保育園では土曜日に多く提供する人気メニューですが、おにぎりにしてもとても美味しいです。炒めた段階で少々濃い目の味付けにすると、ごはん混ぜた後ちょうどいい味になります。具材を多めに作って冷凍しておく、朝は温めなおして混ぜ込むだけで簡単に食べられます。