

事例

食べたことがないのに嫌い?! ～嫌いの本当の意味～

とんだばやし つづやまだい
富田 林 市立津々山台幼稚園 (大阪府)

幼稚園における食育では、幼児が食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心を持ったりするなどの活動を通して、食の大切さに気づき、自ら進んで食べようとする気持ちが育つようにすることが大切です。

本園は、大阪府南部に位置し、緑豊かな公園がたくさんある住宅街の中にある公立幼稚園です。令和元（2019）年から給食が導入され、それまで弁当持参の時には見られなかった食の実態が見えてきました。肉類等をかみ切ることが難しい、飲み込みにくい（噛む回数が少なく歯ですりつぶすことが難しい）、全く給食が食べられないなどの実態から、幼児期の食の危機感とその大切さを痛感し、様々なアプローチの仕方や実践によって食の楽しさ、意欲や自信を育んでいきたいと考えていました。

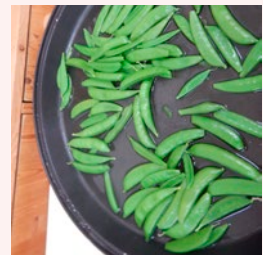
そのような中、食の関心や食べることへ喜びの薄いクラスの担任となり、スナップエンドウの収穫の時期を迎えました。担任が「スナップエンドウ大きくなって! みんなで収穫して食べてみようよ。」と言うと、「えー! 嫌や嫌いや!」という一人の声をきっかけにクラス全体が「嫌いや、まずいもん!」と口々に言い、大騒ぎになりました。「そんなに大騒ぎするぐらいなん? え? 食べたことある?」と担任が問うと、幼児たちは「え…ない。」と口々にボソボソ言っていました。「食べたことがないのに、嫌いやまずいって言うのは違うと思うなあ。嫌いって言われたら、おいしいって言うたらあかんみたいで悲しいわ。みんなで味見してみようよ。」と提案しました。

少し静まり返った保育室で幼児と共に筋取りをし、食べやすいように意図的にやわらかめ塩味多めとしました。「では、先に先生が味見してみるよ。」と食べると、幼児たちが私に注目したので、顔いっぱいにおいしさを表現してみました。幼児は「うそ〜、おいしいの?」、担任は「ふふふ。」幼児たちは恐る恐る口に入れてみると「え? うそ? おいしい!」、「ほんま? 食べてみる。」と言い、嘘みたいな話だが次々においしいと言い出し、おかわりまでしてあっという間にホットプレートにあったスナップエンドウはなくなりました。その後、食べたことがないものを嫌いということは違うこと、好き嫌いはあってもいいが今から食べる人を前に大きな声で何度もまずい、嫌いと言うことはマナー違反であること等を知らせ、進んで食べること等について、改めて考える機会としました。それ以降は、園で育てる野菜などの味見ができるようになり、少しずつおいしく食べられるようになってきました。おいしさを感じたことから以前より、栽培物の生長にも関心を持つようになってきました。

今後も幼児の実態に合わせて、食を楽しめるように出会いのプロセス、調理方法、食するタイミングを大切にすること、初めての食べ物に抵抗があっても食べる機会をつくり食べることによいイメージをもてるようにすること、体を動かしてお腹を空かせるようにすること、食事のマナーを考え行動することを大切にしていきたいです。食への抵抗感が少なくなることで、よりよく生活しようとする姿につながり、それが自信となり、一人一人の世界が広がっていくことを幼児たちは教えてくれました。幼児一人一人の違いや次なる成長へのステップに何が必要なのかをしっかりと捉え、その可能性を広げていきたいです。



みんなで筋を取る様子



収穫したてをいただきます