

## 幼稚園における食材体験活動と子どもたちの野菜嗜好の変化

林, 伸子  
福岡県立大学人間社会学部人間形成学科

岡村, 真理子  
福岡県立大学人間社会学部人間形成学科

小松, 啓子  
福岡県立大学人間社会学部人間形成学科

<https://doi.org/10.15017/9019>

---

出版情報：生活体験学習研究. 2, pp. 55-64, 2002-07-31. 日本生活体験学習学会  
バージョン：  
権利関係：



# 幼稚園における食材体験活動と子どもたちの野菜嗜好の変化

林 伸子・岡村 真理子・小松 啓子

## Foods Experience Activities and Change of Preference for Vegetables among Kindergarten Kids

Hayashi Nobuko・Okamura Mariko・Komatsu Keiko

**要旨** 人類は長い歴史のなかで、日常生活を通して“食べる”という生きるための最も基本的な行動にいたる過程を体験してきた。しかし近年、社会構造が急激に変化し、核家族化や共働き家庭の増加に伴い、家庭における子どもたちの食生活に大きな変化が生じてきている。このような社会の変化のなかで、われわれは子どもたちの連続的な食体験の機会を奪ってきたのではないかと考えた。そこで今回、子どもに関する母親の悩みとして上位にあがっている偏食を改善する目的で、子どもたちの連続的な食体験の機会を設定することを試みた。この活動は段階的に4回の連続的な食材体験活動を計画した。また、活動全体を通して、活動内容への大人の介入を最小限にとどめ、子ども同士の関わりを大切にするという一貫した姿勢で取り組んだ。活動の前後で子どもたちの偏食状況を比較すると、男児8名中4名の野菜に対する嗜好性がプラスに変化し、女児では9名中9名全員の嗜好性がプラスに変化するという結果が得られた。以上の結果から幼児の偏食改善には、子ども同士の関わりを大切にした段階的な連続的な食材体験活動が大切であることが示唆された。

**キーワード** 連続的な食生活体験、偏食改善、幼児

### I. はじめに

人は気が遠くなるような長い年月の中で、生命を維持するために食物の獲得に多大なエネルギーを費やしてきた。人は適切な食材を選択し、それを調理によりおいしく適当な形態に仕上げ、調理された料理をお箸で自分で食べる大きさに取り分け、口に入れ咀嚼・嚥下し、次に生体内の消化機構により体内に利用できる形にまで分解し、吸収、利用するという連続的な食生活を毎日営んできた。そして、子どもはこれら一連の食行動過程を大人たちとの密接な関わりの中で学んできた。すなわち、子どもたちは彼らを取り巻く人々や生活環境との密接な関わりを通して、各年齢の食行動の発達課題を通過しながら、生きる力や知恵を学び、

獲得し、食行動を自立させてきた。ところが、社会構造が急激に変化するなかで、われわれは連続的な食体験の機会を子どもたちから奪ってきたのではないだろうか。

現代社会は飽食時代と言われているが、核家族世帯や共働き家庭の増加に伴い、家庭における子どもたちの食生活に大きな変化が生じている<sup>1)</sup>。その変化として、食事の欠食があげられている<sup>2),3)</sup>。さらに、お菓子ばかり食べて食事を食べないという極端な偏食児の存在も指摘されている<sup>4)</sup>。幼児の偏食は、母親の食生活上の悩みとして上位にあがっている。偏食内容としては、野菜類が多くを占めている。家庭において保護者自身の力で偏食を改善することは困難なため、幼稚園や保

---

連絡・別刷請求先 (Corresponding author)

福岡県立大学人間社会学部人間形成学科 (〒825-8585 福岡県田川市伊田 4395)

Fukuoka Prefectural University (4395 ITA TAGAWA-SHI FUKUOKA, 825-8585)

E-mail : komatu@fukuoka-pu.ac.jp

育所（園）の保育者に偏食指導を求める母親の訴えが多い。

ところで、従来から幼稚園や保育所（園）での偏食指導としては、『絵本』や『紙芝居』を教材として活用しながら、子どもたちに好き嫌いなく食べることの重要性を指導する方法がとられてきた。現在料理に使用されている食材に直接触れ合う機会が少なくなってきた子どもたちが、絵本などの教材を通して食材に出合っても、“嫌い”と認識している食品を「食べたい」と思い、実際に食べられるようになるだろうかと常々疑問に感じてきた。絵本などの偏食指導方法で何らかの効果が得られていれば、現在のように極端な偏食児は出現していないと考えられる。偏食が極端な子どもたちを観察していると、嫌いで食べない食品にはなかなか触れようとしなだけでなく、興味を示そうとしない。すなわち、食材に対して愛着がほとんど形成されていないことに着目した。食材に対して愛着心を形成させることが、嫌いな食品を“触れてみようか”そして“食べてみようか”という行動に繋がるのではないかと考えた。様々な食材に対して愛着を持たせるには、食材との出会いの場をどのように設定するかが重要である。

そこで今回、当幼稚園児を対象に、子ども同士の遊びの場で自然の状態に近い食材と直接触れ合う機会を体験させた。さらに食行動の自立に向けた活動プログラムを計画し、食材との体験活動が食材に対する愛着形成を促進し、子どもの偏食改善に繋がるか否か検討した。

## II. 子どもたちの野菜嗜好の実態について

対象とする子どもたちの野菜嗜好についてあらかじめ調査を実施した。平成12年6月中旬から下旬にかけて、5歳児20名（男児10名、女児10名）を対象に食品の嗜好に関するアンケート調査を実施した。アンケート内容は、日常の食事によく利用される野菜29品目に対する子どもの嗜好を「好きで食べる」、「普通に食べる」、「嫌いでも食べられる」、「嫌いで食べない」、「食べたことがない」のいずれかを子どもに選択させ、その結果を児の母親に記入してもらった。男児8名、女児9名の合計17名が回収できた。

緑黄色野菜類では、春菊を10名、オクラを7名、イ

ンゲンを3名、ピーマンを3名の者が、その他の野菜類では、カリフラワーを6名、グリーンピースを6名、なすを5名、セロリを4名、もやしを2名、かぶを2名の者が嫌いで食べないと回答していた。

一人当たりの嫌いで食べない食品数についてみると、野菜類29品目の中で嫌いで食べない食品を9品目と回答した男児1名（事例M2）、12品目と回答した男児1名（事例M7）、18品目と回答した男児1名（事例M6）、20品目と回答した女児1名（事例F6）、25品目と回答した女児1名（事例F7）と合計5名の子どもに著しい野菜の偏食状況がみられた。なお、アンケートを提出していないが、野菜をほとんど食べることが出来ない事例M9がいた。18名中、顕著な偏食者が6名も占めていた。以上の調査結果から、今回対象とする子どもたちのなかにも野菜類に対する嗜好の偏りが顕著な子どもたちが存在していることが明らかになった。

## III. 食材との触れ合い体験

### 1. 対象および方法

当幼稚園に通園している5歳児20名を対象に、午前中の保育活動時間に食材体験活動を実施した。子どもたちが実際に嫌いで食べないと訴えていた春菊、オクラ、インゲン、ピーマン、カリフラワー、グリーンピースやなすなどを教材として使用することは避け、表1に示した4種類の食材との出会いを通しての連続的な食材体験活動を計画した。

表1 食材との出会い体験計画

実施月日	活動	食材	計画の流れ
5/1	竹の子と遊ぶ	竹の子	大きな竹の子と十分に遊び、遊びを通して竹の子に対して親近感を持たせる。
5/31	食べてみよう	ソラマメ	枝についたソラマメをさやごとはずし、さやのなかのソラマメを取り出して茹でて食べてみる。
6/23	収穫して食べよう	ジャガイモ	種イモから育ててきたジャガイモをみんなで掘って、洗って、蒸して、食べてみる。
10/18	新しい食材を食べよう	丹波黒豆の枝豆	食べたことがない食材をみんなで食べてみる。

第1回目の食材との出会い体験では、極端に野菜嫌いを訴える偏食児が遊びのなかで、積極的に食材に関わる子どもたちの影響を受け、食材に対する親近感が高まるのではと考え、日常ほとんど触った経験がない、自然の状態に近い皮付きの竹の子を教材として設定した。

第2回目は、子どもたちに食べようとする意欲を持たせるため、旬のおいしい野菜を食べさせることを計画した。農家から提供してもらったさやが枝についた状態のソラマメを子どもに出合わせ、一人ひとりにさやの中からソラマメを取り出させ、それを茹でてもらって試食させた。

第3回目は、幼稚園の菜園に2月の中旬に種イモを植え、4ヵ月間育ててきたジャガイモを育てる、掘る、洗う、蒸して食べる過程を子ども自身に体験させることにより、食材に対する愛着心が形成されるのではないかと考え、全過程を子ども中心に活動できるように計画した。

第4回目は、全く今まで食べた経験がない食材に対して、極端な野菜嫌いな子どもたちも“食べてみよう”という行動の変容が見られるか否か、丹波黒豆の枝豆との出会いを通して子どもたちの食行動の自立状況を観察した。

なお毎回、食材体験後、食材との活動を絵に表現させた。さらに、帰宅後家庭において幼稚園での活動状況を子どもが話題としたかどうかについて保護者に対してアンケート調査を実施した。

## 2. 食材体験活動時の教師の姿勢

この一連の活動を行うに当たって教師として次のような姿勢で臨むことにした。

- (1) 子どもが自分で考える時間、心の余裕を持つために教師から言葉を発することは出来るだけ避け、子どもの言葉を待つようにする。
- (2) 子どもの言葉をさえぎらない。
- (3) 子どもに主体性を持たせ、指示や評価的な言葉は避けるようにする。
- (4) 子どもの活動ペースにできるだけ合わせ、満足いくまで活動する時間を大切にす。
- (5) 子どもの驚き、疑問、好奇心などの心の動きに寄り添い、発した言葉や気づきを受容したり、共感する。

## 3. 食材体験活動の実践

### 第1回目「竹の子と遊ぶ」

#### ① 竹の子との遊び

食べるには大きくなりすぎた竹の子を大きな箱に入れて保育室に運び込んだ。子どもたちは一体何が入っているのだろうと興味を持ち全員が大きな箱に集中した。床に座っていた子どもたちの目の前に1本目の大きな竹の子が姿を現すと「ワアー！」という大きな歓声があがった。

50cm くらいのどっぷりとした大きな物、1.5m くらいの細長い物、泥がたくさんついた物、子どもが一人では抱えきれない太い物、根にいぼいぼのついた物など、合計8本の竹の子を子どもの前に並べた。

子ども同士2～3人で竹の子を受け取り、それぞれ好きな場所に運んで行った。子どもたちは竹の子を中心に8グループに分かれた。8グループを以後、A、B、C、D、E、F、G、Hグループと呼ぶことにす。各グループの子どもたちの活動状況を下記に紹介した。

Aグループ（3人構成：事例F5、事例F1、事例M5）

50cm くらいの大きい竹の子を、事例F5と事例M5は床に置き、途中の皮からはぎ始めた。事例F5、事例F1、事例M5の3人の手の力だけではげず、足で竹の子を押さえて一生懸命に手で強く引いたりしたが、皮がなかなかはげずに苦勞していた。しかし、偶然に外側の皮を竹の子にそってまわすようにすると楽にむけることに気づき、スムーズにむきはじめた。広い1枚の皮の内側を手で触り、皮の外側と全然違うことに



写真1 好きな竹の子を選ぶ  
「これがいちばんおおいぞ」



写真2 竹の子の皮をむく  
「うーん、むけないよー！」

気づき、「つるつる」と嬉しそうに表現した。一緒に竹の子の皮をはいでいた事例M5も同じように触って感動していた。次に、竹の子の皮を触った自分の手の匂いを嗅ぐ行為がみられた。手の感触やその匂いを確かめながら竹の子そのものを探索するかのように竹の子に3人で積極的に関わっていた。

Bグループ(3人構成：事例F10、事例F7、事例M9)

このグループは2人の女兒と1人の男児の合計3人で構成されていた。このグループのなかには極端な偏食を呈していた事例F7と事例M9が加わっていた。3人で30cm くらいの竹の子を選び、好きな場所に運んでいった。竹の子の皮をむいた経験があった事例F10が皮を上手にむき始めた。事例F7と事例M9は側でじっとそれを見ていた。事例F10がむいた皮を事例F7は手にすると、皮をメガホンにして「たけのこ、でて

こーい」と竹の子に呼びかけた。そして漏斗のようにして土を入れ、落ちてくるのを見て喜んでいた。事例F7は竹の子の皮をむき終わると、手を匂いながら「バナナみたい」と感想を言った。事例M9は横に座り、事例F10が皮をむいたり、皮で遊んだりする様子を見つめていたが、最後まで触れることができなかった。

Cグループ(3人構成：事例F2、事例F8、事例F6)

このグループは3人の女兒で構成された。事例F2、事例F8は竹の子の皮をむいたことがあった。一枚ずつ2人で協力し合い丁寧にむいていった。そのそばで、事例F6が手を出さずに、その様子を見ていた。「してごらん。」と声をかけても、「いい」と言って、ずっと見ていた。

Dグループ(6人構成：事例M4、事例M8、事例M1、事例M2、事例M3、事例M6)

1.5mもある長い竹の子は、事例M4が最初に手にして自分のものにしようとしたが、他の5人の男児も欲しがった。しかし、事例M4は「じぶんのたけのこ」と主張した。自分のものになった事例M4は大事そうに抱えて教室の入り口近くに持って行った。事例M4はその後、その長い竹の子を立てたり寝かしたりしながら、どう取り扱うか戸惑っている様子だった。他の竹の子を取りに行った男児たちは、別の竹の子の皮をはいだ後、事例M4の竹の子の所に戻ってきて、皮を丸めて長い竹の子を叩き始めた。事例M4は「せんと！」と嫌がっていたが、5、6人の男児が集まってきたため、しかたなく長い竹の子の持ち手を交替して、自分も竹の子を叩き始めた。しばらくして竹の子の両端を2人の男



写真3 竹の子に向かって叫ぶ  
「たけのこ、でてこーい」



写真4 長い竹の子でチャンバラをする  
「えい！えい！」

児が横にして持った。その竹の子に事例M2がまたがった重みで竹の子は半分に折れてしまった。

Eグループ（3人構成：事例F3、事例F4、事例F9）

3人で、30cm位の竹の子を持って行った。事例F3と事例F9は竹の子の皮を外側からはぎ始めた。事例F4はしばらく見ていたが「したくない」と言って離れて行き、後ろの道具箱に座っていた事例M7の横に座った。教師が「もう遊ばないの？」と声をかけると「くさいから、いやだ」という答えが返ってきた。

F、G、Hグループ

事例M1、事例M2、事例M3、事例M6は残った3本の竹の子を持っていき、皮をはいた。4人は、はいだ皮をメガホンのようにして名前を呼び合ったり、刀のように振り回したりして遊んでいた。その後、その皮を持って長い竹の子の所に行き、刀で切るようにして、竹の子を切る真似をして遊びはじめた。事例M7は、最初は竹の子のところにいたが、すぐに後ろの道具箱のところに行って座っていた。教師が声をかけると「よごれるから、あそびたくない」と言った。

以上の活動を通して子どもの関わり方を「大変積極的」、「やや積極的」、「非積極的」に分けてみると表2のような興味深い結果が得られた。大変積極的に関わった子どものなかには、野菜に対する極端な偏食児はみられなかったが、関わり方が消極的だった子ども

のなかに極端な偏食児が含まれていた。

## ② 掃除への展開

絵に表現後、子どもたちは、また竹の子の皮で遊び始めた。事例M2はバットのようにして、また事例M3はゴルフのクラブのようにして振り回していた。事例M1には、竹の子の皮や土で泥だらけになった保育室を掃くような動作がみられた。このことがきっかけとなり、ほうきを持ってきて掃く、ちりとりを使って集める、ごみの袋を抱えて「ごみやさんでーす。ごみはありませんか。」と、片づける様子が見られるようになった。教師は「片付けましょう。」と一声だけ投げかけ、散らかった保育室をどう片づけるのか、子どもたちに任せてみることにした。最初はほうきを振り回していた子どもも、見よう見まねで掃いたり、ちりとりで集めたりしはじめた。ちりとりを持った子どもとほうきを持った子どもがペアになって、ごみを集めてまわっていた。

机を拭くつもりで持ってきた雑巾を使って、ある子どもが床を拭いたことがきっかけになり、雑巾掛けが始まった。バケツに水を入れて持っていくと、素早く子どもたちが集まり、雑巾をしぼって、部屋中の雑巾掛けが始まった。子どもたちの常識のなかには、板目にそって拭くというものはなく、自由に『道路』として発想し『ぞうきんがけあそび』が始まった。拭いた

表2 竹の子に対する関わり方の積極性と行動・ことば・偏食状況について

関わり方	行 動	こ と ば	偏 食 状 況
大変積極的 (9名)	竹の子の皮を一生懸命はぐ、むく。 竹の子の中に新たな出合いを発見する。 竹の子の匂いを嗅ぐ。	「わーっ」という歓声、 「ちくちくする」、「重い」、 「むいても、むいてもなかみがでない」、 「つるつるする」、 「なかがみたい」	お弁当に野菜がよく入っている。 野菜に対する偏食はみられない。
やや積極的 (6名)	竹の子を遊びの道具として使う。	「わーっ」という歓声、 「チャンバラだ」、 メガホンにして「たけのこ、でてこーい」	偏食傾向がある。 お弁当に野菜が少ない。 嫌いで食べない野菜が極端な児（3名） 嫌いで食べない野菜数 <ul style="list-style-type: none"> <li>{ M2…9品目</li> <li>{ M6…18品目</li> <li>{ F7…25品目</li> </ul>
非積極的 (4名)	竹の子に直接触れないで、はいだりむいたりしているのを側で観ている。 竹の子から離れていく。 竹の子の匂いを嗅ぐ。	「くさい」、 「よごれるからしたくない」、 「いやだ！」	偏食傾向が強い。 お弁当を食べ終わるのに時間がかかる。 お弁当に野菜がほとんど入っていない。 嫌いで食べない野菜が極端な児（3名） 嫌いで食べない野菜数 <ul style="list-style-type: none"> <li>{ M7…12品目</li> <li>{ F6…20品目</li> <li>{ M9…29品目</li> </ul>

後にできた『道』をたどったり、友達が行く方に追いかけたり、またしっかりした女兒がここも拭いてと指示したりと子どもたちの『お掃除ごっこ』によって、部屋中に散らかっていた泥や竹の子の皮はあっという間にきれいになった。竹の子遊びのときに竹の子に関わりがもてなかった事例F6と事例F4は雑巾で床をふき、何度もバケツの中で洗い掃除を楽しむ様子がみられた。また、「よごれるからあそばない」と言っていた事例M7もほうきを持って、ちりとりを持った事例F10と二人でゴミを探して集めて回っていた。この掃除をするという自主的な活動には、竹の子の活動の時、十分に力を出せなかった子どもたちも、最後まで関わっていた。

### 第2回目「食べてみよう」

ソラマメを籠に入れて持ってくると、子どもたちは「みたことある」、「なかが、あかかった」、「まめ」、「そらまめ」と興味を示した。枝を一本ずつ配ると、釣り竿のようにして魚釣りの真似をしたり、鯉のぼりの歌を歌いながら枝を振りまわしたりしていた。ソラマメのさやをむき、さやの中の豆を見て「わあ、すげえ」という声をあげ、友達同士で見せ合ったり、触り心地を確かめたり、机に叩きつけて固さを調べたりしていた。豆を触った後、その手を匂う子どもや豆を触り「きもちいい」と感想を言う子どももいた。子どもたちは次々とさやをむき、豆を取り出していった。自分の枝が終わると、「もういっぱいちょうだい」と言って、次々にもらいに来た。取り出した豆を当番が回収してきた。事例M4は集めた豆を「あらわな！」と言って水道の所に持っていき、お米を洗うようにして水道の水で豆を洗った。「みんなむいてから、茹でてもらうよ。」と声かけすると「ゆでるってどういういみ？」と意味がわからない様子だった。当番は、洗った豆を職員室に持って行き「ゆでてください」と園長に渡した。その間、「机の上を片づけよう。」と教師が声をかけるとソラマメのさやや枝を片づけ始めた。子どもたちは、枝と葉、さやを全部ごみとして捨てていた。

園長が茹で上がったソラマメを持ってくると、一斉に集まってきた。「おいしそう」、「たべたことない」、「むかし、ぼくんちにあった」、「いいにおいがする」などと様々な言葉が飛び交った。最初から「たべたくない」と言っていた事例F3と事例F4、「ぼく、すかん」

と言っていた事例M7は近寄らなかった。教師は茹で上がったソラマメの入ったボールを子どもたちの鼻のそばに寄せ、全員に匂いを体験させた。子どもたちからは「いいにおいがする」、「ぼくも、においたい」という声があがった。ソラマメを二粒ずつ配りはじめると、事例F4と事例M7、事例M9は「いらん」と拒否した。すると、同じグループの事例M3が「なんでも、たべてみらんとわからんやろ」と声をかけ、その声に促されるように事例F4と事例F7が手を出しはじめた。教師が手のひらに乗せると、こわごわと匂いを嗅ぎ、なめようとした。事例M9は自分から手を出し、手のひらに二粒乗せ、周りを見ながら一粒かじった。それから半分食べて「おいしくない」と言って豆を置いた。事例F3、事例F4、事例F7、事例M7、事例M9以外の子どもたちは、ほとんどが「おいしい！」と言って何度もおかわりをして食べた。

### 第3回目「みんなで収穫して食べてみよう」

年長児全員が遊戯室に集まった。ジャガイモを植えたときの絵を見せ、植えたときの様子、芽が出たときのこと、花が咲いたときのこと、そして今はどうなっているかを教師が子どもたちに問いかけながら、ジャガイモが大きくなっていく様子を思い出していった。その後、子どもたちは長靴を履き、裏の畑まで並んで歩いた。教師の「掘ったジャガイモを後でみんなで食べようか。」という声かけに、子どもたちは「わーい！」と喜んだ。一人ずつスコップを握り、ジャガイモの間に入った。しかし子どもの肩まで葉が覆っていることで事例F7と事例M9は、なかに入ろうとしなかった。みんなでジャガイモの茎を引っっこ抜くとジャガイモが出



写真5 ジャガイモを掘る  
「せんせい、あった。」「こげん、おおきい。」

てきた。「せんせい、あった!」、「ジャガイモとれた!」、「こげん、おおきい!」と次々に歓声があがった。土の中にダンゴムシを見つけた事例M8とミミズを手に乗せている事例M2に気づいた男児は土を掘り始めた。事例M9は教師からミミズを手に乗せてもらい、ビクビクしていたが落とすまいと懸命に手のひらのバランスをとっていた。「ぜんぜんほってない」という事例F7に教師が大きなスコップで土を掘ったが、なかなか土に触ることができないため、結局ジャガイモを採ることができなかった。しばらくして、事例F7は、みんなが掘ったジャガイモを集めているカゴのところに行き、集められたジャガイモに触っていた。

集めたジャガイモは子どもたちそれぞれが持てるだけ持ち、園まで帰った。カゴに入った残りのジャガイモは当番が抱えて持って帰ることになった。かなりの重さがあったため、カゴを抱えたり、押ししたり、引きずったりしながら、みんなで力をあわせて園まで持っ



写真6 ジャガイモを運ぶ  
「おもたーい。」



写真7 皮をむく  
「ツルツル。」「まっしろになった。」

て帰り、すでに置いてあるジャガイモのところにひっくり返して一緒にあわせた。その瞬間、子どもたちから「わーっ!」という歓声があがった。その後、家に持ち帰る2個、年少児に分ける2個をそれぞれビニールに入れた。残りは今から食べるために手洗い場を持って行って洗った。

ジャガイモを洗い始めると、子どもたちは自分の手で皮がスルスルとむけることに気づき、時間を忘れて皮をむき始めた。芽の部分をコンクリートにこすりつけて取り除こうとしたため、丸いジャガイモが四角になっているものもあった。洗ったジャガイモは、みんなが見られるように配慮し、園庭で蒸した。湯気が出る様子を見て、ジャガイモが食べられることを楽しみにしているようであった。

ジャガイモが蒸し上がると子どもたちは遊戯室に丸く円を作って座り、まず匂いを嗅いだ。「いいにおい!」、「おいしそう!」、「はやくたべたい!」という声があがった。子どもたちはボールの中から、ひとつずつ自分で選んで食べた。第一声は「おいしい!」だった。全員、ジャガイモを食べることができた。最後にはボールの中にあつたジャガイモの皮まで奪い合うようにして残さず食べ、ボールがピカピカになっていた。

事例M9もおかわりをして食べていた。お迎えの際、母親にこのことを伝えると、「日頃家では食べないのに。」と驚いた様子だった。

#### 第4回目「食べた経験がない食材を食べてみよう」

子どもたちに黒豆畑を見せるため、前日に畑をビデオ収録し、導入としてその映像を見せた。画面に写っていた黒豆の枝豆が、土や葉がついたままの状態を実際に子どもたちの前に披露されたとき、喜びの歓声が



写真8 「おいしーい。」「おかわりちょうだい。」

あがった。

子どもたちは、はじめに枝から落ちた毛虫に関心を持った。グループ毎に置かれた枝も、まず葉の裏を注意深く観察していた。観察していた葉から、毛虫やてんとう虫が出てきたときには歓声をあげ、事例M9や事例M5は、まだなにかいるのではないかと思い、さらに葉の裏をよく観察していた。

また、事例F2は枝豆のさやを見つけると袋の中に入れ、たくさん集めていた。「ぼくとおとうさんは、えだまめだいすき」と事例M3は枝豆を取りながら嬉しそうに話していた。事例F8は、はさみを持ってきて枝豆をとり、収穫に熱中していた。

各自が収穫した枝豆のさやは、教師から塩を少しもらい、それぞれが水で洗った。子どもたちに茹でる様子を見せたいと思い、部屋の中で鍋に湯を沸かした。鍋の中に洗った枝豆を入れたり、茹であがった枝豆を一人ずつ穴あきおたまですくい取ったりしたことを子



写真9 丹波黒豆の枝豆をとる  
「なにが、はいっているのかな。」



写真10 茹であがった枝豆をすくい取る  
「あかあさんのおてつだいみたい。」



写真11 枝豆を食べる  
「おいしいね。」「めっちゃうまい！」

どもたちは「おてつだいみたい」と喜んでいました。

「おいしい」、「とってもおいしい」という言葉だけにとどまらず「めっちゃうまい！」といつも食べている枝豆よりおいしいと感動しながら、皿に山盛り入れてあった枝豆をあつという間に食べてしまった。事例M9も皆と一緒に「おいしい！」と言ってしっかり食べていた。丹波黒豆の枝豆は、茹でると少し黒っぽくなり、大豆の枝豆のようにきれいな黄緑ではなかったが、子どもたち全員が“食べてみよう”と意欲的に食べることができ、満足そうな表情だった。

#### IV. 野菜嗜好の改善

各活動を実践後、子どものお弁当に教材として活用した食材が入っている者が毎日2、3名みられた。子どもの「また、たべたい」という要望に応じて、母親がお弁当に入れたものと推察された。お弁当に要望した食材が入っているときは、嬉しそうな表情で周りの友達に見せ、おいしそうに食べる様子がみられた。また、実践活動が進むにつれ、多くの子どもたちのお弁当の中の野菜の数が増えていった。この活動の取り組みの趣旨を多くの母親が理解し、お弁当に対する関心が高まった。お弁当に入っている野菜は全員の子どもが食べられるようになり、嫌いで食べない食品を残す行為はみられなくなった。

平成12年6月中旬～下旬にかけて第1回目のアンケート調査を実施した。園での食材体験活動を通して子どもたちの野菜嗜好にどのような変化がみられるか検討するために、第1回目と同様に平成12年11月上旬

～下旬にかけて第2回目の調査を行った。第1回目と第2回目の調査結果がそろっている男児8名、女児9名について比較し、図1、2に得られた結果を示した。男児は8名中4名がプラスの嗜好性を、残り4名がマイナスの嗜好性を示し、女児は9名中9名全員がプラスの嗜好性を示した。

今回、子ども同士遊びの場で自然の状態に近い食材と直接触れ合う機会を段階的に設定し、実践したことが野菜嗜好の改善に繋がったと考えられる。

V. 食材体験活動と子どもの発達

この活動を通して下記の成果が得られた。

(1) 伝え合う言葉の獲得

子どもたちは、自分が楽しいと思っている活動やおいしいと思っている食べものに対して、抵抗感を示している友達に「たべてみてん、おいしいよ」、「たべてみらな、おいしいかどうかわかんやろ」と声をかけていた。教師や親など、大人からの指示命令とは違う誘いかけの言葉に、心を動かされたのではと推察した。反対に仲のよい友達に「したくない」、「たべたくない」と言われると、同調してしまう場面もみられた。今回

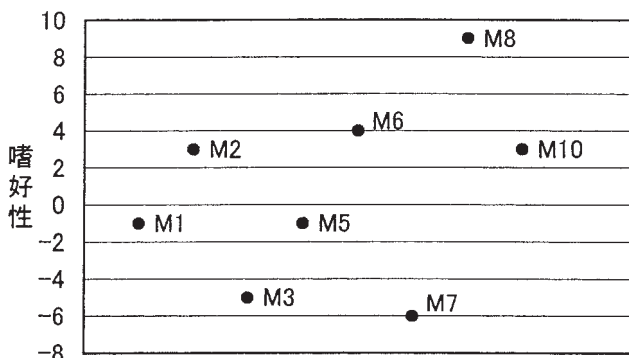


図1 野菜類に対する嗜好の変化 (男子)

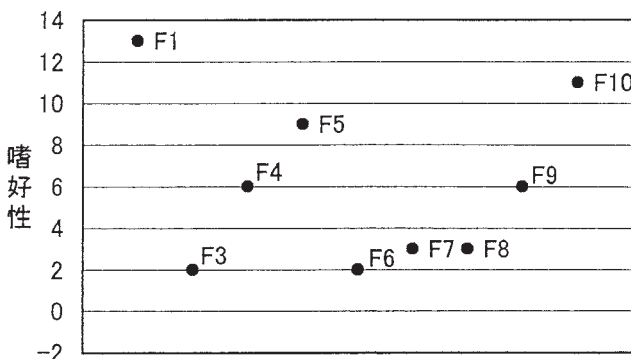


図2 野菜類に対する嗜好の変化 (女子)

の連続的な食材体験活動は、子どもたちの興味を引く活動であったため、お互いの相互作用により、回を重ねるごとに全員が積極的に主体的に活動に関われるようになっていった。またこのことは、幼稚園教育要領の『言葉』のねらいにある『人の言葉や話などをよく聞き、自分の経験したことや考えたことを話し、伝え合う喜びを味わう』に相当し、このねらいを達成することができたと考える。

(2) 好奇心や観察力の芽生え

子どもたちは、小さなもの、見慣れないものに対する好奇心、興味が高まってきた。食材体験活動のなかで多くの小動物と出会い、葉の裏には何かがいることを期待して観察したり、土の中には何か面白いことがあるかもしれないと一心に掘ったりする姿がみられた。自然の食材である野菜には、常に何らかの小動物がついていることがほとんどである。このことは子どもたちの好奇心の芽を育て、よく見てみようという姿勢や観察力が養われるきっかけとなったと考える。

(3) 自主的な清掃の習慣化

以前の子どもたちは、お茶がこぼれたり床が濡れたりしていたときに、自分たちでは拭かず、当然のようにして教師が拭いていた。また、教師は、子どもたちのできる掃除はゴミを拾うことだと考えていた。しかし、竹の子の活動のときに全員でほうきを持って掃いたり、雑巾で床を拭いたりした経験が子どもたちにとっては、楽しく、きれいになった満足感を十分に味わうことができたように思われる。その後、教室内が散らかっていると自主的にほうきを持ってきて掃いたり、またお茶がこぼれたり、床が濡れているところを見つけたりすると、自主的に雑巾を持ってきて拭く姿が日常的に見られるようになった。

(4) 描画による表現

何れの活動においても食材体験活動を絵に表現させた。教師にとって、表現された絵は、子どもが“感じたこと”や“考えたこと”を知る手がかりとなった。最初、活動を絵に表現することが得意ではない子どもたちは消極的であったが、回を重ねるごとにその表現の仕方に子どもたちの個性がみられるようになってきた。また子どもたちの活動が充実した楽しいものであったため、絵も生き生きとした感じのまま、見たままを表現することができるようになった。

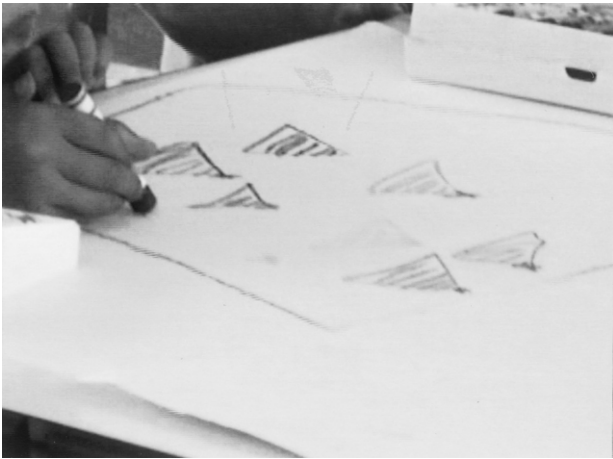


写真12 体験を絵に表現する  
「いろが、きれいでしょ？」



写真13 体験を絵に表現する  
「わたしのたけのこ、こんなにおおきかったよ」

#### まとめ

従来、幼稚園や保育所（園）での偏食指導には、『絵本』や『紙芝居』などが用いられてきたが、あまり効果があがっていないのが現状である。実際のところ、子どもに関する母親の悩みとしては偏食が上位にあがっている。今回、子どもたちの遊びのなかに、自然の状態に近い食材を取り入れることによって、子ども同士がお互いに何らかの影響を与え合うのではないかと考えた。さらに食材に直接触れることによって食材

への愛着心が形成され、偏食の改善へと繋がるのではないかと推察した。まず、4種類の食材との出会い体験を計画した。第1回の食材“竹の子”では、まず、食材に十分触れることを中心に活動を行った。第2回の食材“ソラマメ”では、さらに調理されたものを食べるところまでの活動を行った。第3回の食材“ジャガイモ”では、子どもたちが植えて、育てて、収穫し、洗って、蒸したものを食べるという連続的な体験活動を行った。第4回の食材“丹波黒豆の枝豆”では、これまでの総仕上げとして、食べたことのない食材を食べてみようという、食行動自立に向けての活動を行った。これらの食材との触れ合い体験を4回にわたって段階的に設定し、実践したことによって、最初は食材に触れようとさえしなかった比較的偏食の多い子どもたちも、最後には、全員が自分の手で食材に触れ、そして食べるという行動ができるまで発達するという効果が得られた。家では偏食が多かった子どもたちも、自然の状態に近い食材を通した子ども同士の関わりのなかで、食材に対する愛着心や食べようとする意欲が生まれてきたのではないかと推察された。以上の結果から幼児の偏食改善には、自然の状態に近い食材を通した子ども同士の連続的な体験活動が大切であることが示唆された。

#### 参考文献

- 1) 小松啓子、岡村真理子：幼児期の基本的な生活習慣の確立と食生活との関連について、福岡県立大学紀要、7(2)、1999
- 2) 筑豊・京築地域における保育所（園）児の食生活習慣実態調査、福岡県嘉穂保健所発行、1998
- 3) 保育所（園）児の食生活と健康実態調査、福岡県保健福祉部健康対策課発行、1999
- 4) 小松啓子、岡村真理子：偏った食生活を伴う幼児たちの生活習慣と健康について、チャイルドヘルス、4(11)、2001