

社会貢献活動「親子(園児)の料理教室」実践報告

(食育アンケート調査結果の報告)

水野 早苗・横山 洋子・上原 正子

愛知みずほ大学短期大学部

1 実践の目的

いま、大学に求められていることの1つとして、社会的活動への取組みや高等教育機関としての再生が挙げられている。栄養士養成校である本学においても、社会のニーズを具現化するための方策を実際の社会貢献を通して探っていく必要があると考える。

平成17年に「食育基本法」が成立し、国、愛知県及び名古屋市の食育推進計画が策定される等、食育推進が国民の課題となっている。本学では、この「食育」の実践から社会貢献を試みることとした。

食育の手立てとしては体験・習得することが重要であることから、内容を参加型料理教室とし、対象を地域の園児(3-5歳)とその保護者とした。

さらに、本事業の目的を以下の3つとした。

- (1) 料理の達成感を味あわせることにより、園児及びその保護者の料理に対する興味関心を高め、作ろうとする意欲の向上に努める。
- (2) 保護者への食生活アンケートを実施し、地域の食育に関する実態の掌握に努める。
- (3) 本学学生がスタッフとなることにより、食育に関する社会のニーズを知り、自ら社会に貢献できる可能性をつかむ等、学生に社会観を持たせる。

2 実践までの経緯

本学が位置する小学校区(1幼稚園、2保育園)に募集パンフレット(図3)を配布し、応募を募った(対象園児数160名)。

募集人員30名(保護者と園児合わせて60名)は、

募集期間内に応募があり、受講票の発行、器具等の整備を行った。

主な留意点は次の通りである。

(1) 『食育』への取組み

園児用の図入りのレシピのほか、手洗いと身だしなみの指導図を用意した(図1及び2)。

また、保護者へは、調理開始前に『家庭での食育の重要性』について話すこととした。

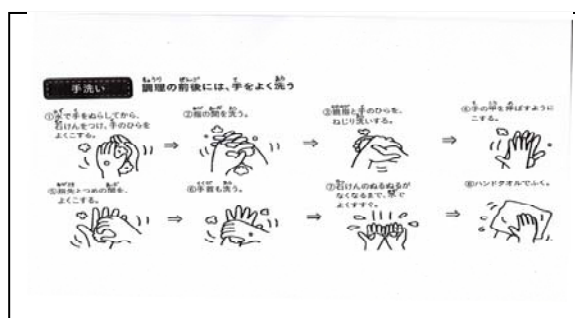


図1 手洗いについて



図2 身だしなみについて

(2) アレルギー対策

申込み時に園児の食物アレルギーの有無を確認することにより対応した。

(3) 実習室の整備

園児の体格と調理台の高さを考慮し、親子が別の調理室で実習することとした。園児の調理には低い机を運びこむことにより調理台とし、安全に運営できるように1グループに1名ずつ、本学食物栄養専攻の2回生が指導者となった。

(4) 託児対策について

園児に小さい兄弟が居る場合を想定し、本学養護教諭コースの2回生に依頼し、母親の実習時間中、幼児を預かる対策をとった。

(5) 傷害保険

当日のケガ等に備え「行事参加者傷害保険」に事前に加入した。

(6) アンケートの実施

実習終了後、保護者に対して本料理教室についてのアンケート及び子どもの食生活についてのアンケートを実施することとした。また、園児の料理補助についてた学生に対して、社会貢献活動についての意識に関するアンケートを実施することとした。

3 料理教室実施概要

教室名：『楽しく作ろう!!みんなで食べよう』

開催日時：平成20年11月8日10時より13時まで

場所：短期大学部 西校舎 第1、第2調理室

対象：幼稚園児及び保育園児と保護者

(高田小学校区内)

参加者：園児27名、保護者24名

(当日欠席者：園児3名、保護者3名)

内容：(園児) スイートポテト

きな粉だんご

キャベツのジュージュー焼き

(保護者) お好み焼き風オムレツ

ミンチカツ

りんごのツナマヨサラダ

なめこと卵のスープ

4 考察

(1) 今回の料理教室についてのアンケート結果からは「保護者も子どもも楽しめてよかった。」「親子別室での作業に心配したが、始めてみると子どもは子どもで楽しんで、結果的に別の部屋でよかった。」など、料理を楽しく実施できたという感想が多く、「野菜をふんだんに使ったメニューで勉強になった。」「今まで作ったことのないレシピで、参考になった。」「パセリを加えたメンチカツ、簡単に作れるスープなど、大変おいしかったので家庭でも活用したい。」などの意見からは、今後日常の食生活に活用されるであろうことがうかがわれた。

特に注目すべき意見は「短大が身近に思えた。」であり、実習中にも、子どもの食生活について親同士が相談し合ったり、本学担当者に相談を持ちかけたりする光景が見られたことは、本学の社会的ニーズの方向性について感じる事ができた。

今後の講座への希望としては、「父親と子どもの料理教室」「小学生向けの料理教室」「親だけ、子どもだけの料理教室」「子どものおやつ作り教室」などがあつ

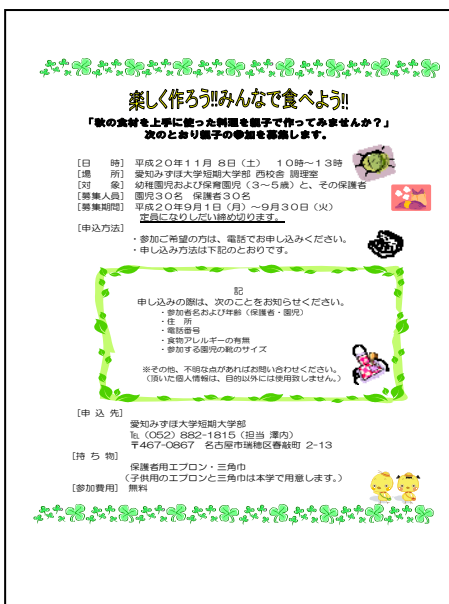


図3 配布パンフレット(表)

た。

(2) 子どもの食生活についてのアンケートはテーマを「朝食」と「食生活」とした。

子どもの朝食摂取状況は毎日食べる23名(96%)、食べる日のほうが多い1名(4%)であった。また、子どもは主に誰と朝食を食べるか(複数回答)については、親23名、兄弟16名であり、朝食に子どもが食べる主食は米飯14名(58%)、パン10名(42%)であった。

回答にバラツキがみられたものは、朝食を食べるのにかける時間であり、20分9名、15分8名、30分3名、10分2名、25・45分各1名、5分0名であった。

また食生活については、子どもの食べ物に好き嫌いがあるかの問いに、ある17名(71%)、ない7名(29%)であり、子どもの好きな食べ物の上位5つはイモ料理、果物、肉料理、ハンバーグ、魚料理、子どもが嫌いな食べ物上位5つはピーマン、きのこ類、トマト、ネギ、肉類であった。

毎日の食事献立を考えると、一番気をつけていることは、栄養のバランス17名(71%)、嗜好4名(17%)、食費0名、その他3名(12%：無農薬野菜使用等)であり、今回料理教室に参加した親は、子どもの食生活に気を配っている姿が見られた。

(3) 園児の調理補助をした学生からは以下のような感想が得られた。

① 今回の料理教室に参加した感想

- ・参加してよかった(全員)

その理由として、子どもと接して楽しかった、貴重な体験ができたなどがあった。

② 園児を指導するに当たり、気を配ったこと

- ・みんなに明るく声を掛けること
- ・ケガをさせないこと
- ・園児が年齢的にどれくらいのことができるか分からず、様子を見ながら手伝った。
- ・平等に接し、全員が参加できるようにすること

③ こういった社会貢献活動へ参加することについて

- ・今までは意識していなかったが、これからは機会があればなるべく参加していきたい。

- ・人とのふれあいや自分の視野を広げる機会になるので、自主的に参加していきたい。

- ・学生生活やアルバイトとは違う経験ができたので、これからもできることがあったら参加したい。

以上のことから、料理教室は学生にとってもいい社会勉強の場になったようであり、これが社会貢献活動に積極的に参加するきっかけになればいいと考えている。

5 まとめ

近年、大学等が地域社会に対して実施する教育活動が広がっており、本学でも毎年公開講座を開催している。特に、今回実施したような、食育を目的とした教育活動は社会的にも求められており本事業が設定した目的についても目指す到達点に達することができた。今後も本学の特色を活かしながら地域に向けて実施していきたいと考えている。



図4 料理教室風景

資料