

福島わかば幼稚園が給食を行っている理由

1. 自園給食導入の経過

創立以来 50 年間（ちなみに今年は創立 60 周年）、福島わかば幼稚園は、お母さんの手作り弁当を奨励してきました。

小学校に入ったら給食という環境で、小さいときにお母さんの手作り弁当が毎日食べられる時期は幼稚園時代しかない。お母さんにも、栄養を考えて一生懸命作ったお弁当を、子どもに持たせるという経験をしてほしい。子どもの成長、心の育ちのためには、幼児期に手作り弁当を食べるのは重要な意味がある。そんな考えから手作り弁当を奨励してきた当園が、ある危機感をもって給食の必要性を感じ始めたのは、もう 20 年以上前のことです。

子どもが変わってきた。初めは、そんな漠然とした印象でした。「落ち着きがない」「イライラして乱暴になる」「病気ではないのに元気がない」「アレルギーがある」少しずつですが、確実にそのような子どもが増えてきたと感じていました。

子どもが変わってきた理由を探り始めたころ、キレやすい子ども、元気がない子ども、学校で落ち着きのない子ども、といった子どもの変化が社会問題となってきました。その背景のひとつに食生活が浮上り、平成 17 年、食育基本法が制定されて国を挙げて食育に取り組むことになりました。

食生活が変化した背景のひとつに、中食産業（コンビニのお弁当、レトルト食品、冷凍食品、ファーストフードなど、買ってすぐ、あるいは温めるだけで食べられる食事、レストラン等で食べる外食、家で調理して食べる内食の間と位置づけ中食と呼ばれている）の発達という社会の変化があります。

朝はお弁当と朝食を作り家族揃って食卓を囲み、夜は仕事帰りに買い物して素材から夕食作りをする、そんな生活はなかなか難しい現代だと思います。お弁当にも夕食にも、中食は忙しい現代の生活には欠かせないものになっているのが現実です。

身体や脳の発育が著しい子どもの成長に大切な「食」を考えたときに、幼稚園でやるべきことは、栄養士の知識によって管理された、バリエーションに富んだ安全でおいしい給食を提供することだと思いました。

小中学校でのいじめ問題も増加していると報道される中、子どもの育つ環境についてさらに危機感が募り、同時に子どもの心身を育む食生活の重要性を感じました。

園の理念に、「子どもが育つために大切な環境を整える」という一文があります。食も大事な環境のひとつ。現代社会の子どもを取り巻く様々な環境、そして、放射線被ばくという現実の中で生活している福島の子どもの将来を考えた結果、園で食べるお昼ご飯を大切に考えていくことは、重要なこと。

「食の安全」「食育の推進」「地域情勢、社会情勢」を踏まえた真のニーズへの対応を趣旨として、子どもの心身の健康を守り育てるために、自園給食を始めることにいたしました。

化学調味料を使わない素材の味を生かした料理を、食材の名前などについて皆で話をしながら楽しくいただき健やかに成長していく。そんな食の本来の在り方を幼稚園で実践しています。

先に中食産業の発達による、子どもたちの食生活への影響について記しましたが、現代の食事の仕方はおおまかに以下の3つに分類されます。

1. 外食「家庭以外で食事をとること。また、その食事」

2. 内食「家庭で食材を調理して食べること。また、その食事」

3. 中食「弁当など調理済みの食材を買って持ち帰り、職場や家庭などで食べること。また、その食事」

特に近年は、社会の変化に伴って、中食産業（コンビニなどのお弁当、レトルト食品や冷凍食品、ファーストフードなど、買ってすぐ、あるいは温めるだけで食べられる食事）が広く展開されるようになりました。

子どもの健やかな成長のために内食が大切なことは言うまでもありません。では、食材を自分でそろえて調理をして食べることに、どんなメリットがあるのでしょうか。

- ① 食の安全を自分の目で確かめることになります。
- ② 添加物や糖分、塩分を減らすことができるので、病気にならない、なりにくい体を作ることができます。
- ③ 食事にかかわるお手伝いを経験させるということは、自然と親子が一緒にいる時間、会話をする時間が増えることにもなります。
- ④ 食材のひとつひとつ、調味料のひとつひとつを、誰がどこでどうやって作り栽培したのか疑問を持って考えることや、調理する音や匂いは、子どもの想像力や好奇心を育てます。

その他もっとありますが、デメリットも二つばかり。時間と手間がかかること。しかし、食の大切さを考えたとき、どのように考えて食を選ぶのかは明白です。

東日本大震災を経験して、今まで遭遇したことのない状況に対応していく柔軟な力の大切さを改めて感じました。そして、今はコロナ渦真っ只中、これからも予期せぬ出来事は起こるでしょう。そんな時、経験と想像力は自分の命を守ることに繋がります。

様々な食べ物が溢れる現代日本において、自分の命を守るためには、何を、どのくらい食べたらいのかを経験と想像力でチョイスする力が必要です。

「食は人をつくるみなもと」

子どもの健やかな成長のためには、絶対に手を抜けないのが

「食生活」

ではないでしょうか。