

# 保育のお仕事スタート講座 (県央2回目)

今年度最後の保育のお仕事スタート講座は、12月3日(木)とちぎ福祉プラザにて開催しました。

午前は 食物とアレルギー 午後は 幼児造形講座 という内容です。

参加者はメモを取りながら、熱心に講師の話聞いていました。

+++++ +++++ +++++

## 《食物とアレルギー》

講師：とちぎ健康づくりセンター 管理栄養士 梶原 真咲子先生



普段簡単に済ませられるからと食べている菓子パン。カロリー、ちゃんと見ていますか？



午前は、管理栄養士の梶原先生より、

- バランスの取れた食事 ● 味覚について
  - 離乳食について ● 食物アレルギーについて
- お話がありました。

「みなさんの毎日の食事は、栄養素のバランスはとれているでしょうか？」

そんな問いかけから講座がスタートしました。誰もが一度は家庭科の授業で学んでいる…ということもあり、知識の確認をしつつ講座は進んでいきました。

- ・ 味覚とは？
- ・ なぜ離乳食は何故薄味なのか？
- ・ そもそもアレルギーとは？

…講座が進むにつれ、参加者のメモを取る手が止まりません。

「なぜ離乳食は薄味？」は、舌にある味蕾（味を感じる細胞）の数が関係しているそう。

実は味蕾の数は小さい子どもほど多く、味をより繊細に感じることができるそうで、大人になるとだんだんに減っていくそうです。

「大人がちょうどよい味だと思う料理は、子どもには濃すぎるんです」「子どもは、大人が薄すぎると感じる程度でも十分味を感じています。食べ物そのものの味を教えてあげてほしいです」また、「味覚は鍛えるものです。特に“苦みと酸味”は苦手な子が多いと思います。少しずつ覚えていくものなので、最初から全員が食べられるわけではないことを覚えておいてくださいね」との解説も。その言葉に「麦茶・ピーマンなど、口に入れた瞬間に吐き出す子がいるのはそういうことなのか～」と妙に納得したセンタースタッフだったのでした。



今回、参考資料もたくさん！  
実技応答の時間には、参加者の皆さんから質問が殺到！一つ一つ実例を挙げながら丁寧に解説してくださいました。

梶原先生には、管理栄養士の視点から、たくさんのことを教えていただきました！  
1日に必要な栄養素とカロリーや、食事のバランス、アレルギーについてもしっかりと解説していただきました。  
これからの仕事や生活に、しっかりと生かしていきたいですね。



## 《幼児造形講座》

講師：こども環境デザイン研究所 代表 矢生 秀仁（ひでちゃん）先生

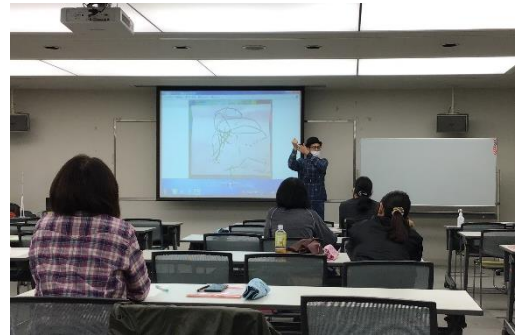


子どもたちの絵は、スライドを見ながら講座は進みます。こんな感じですよ。

「子どもたちの前では、絵や造形は上手なくていい。むしろ、上手くある必要は一切ないんです」

今回、参加者の心を動かした言葉の一つです。

保育施設で造形の作業をするとき、先生のお手本が上手すぎると子どもたちは委縮するか真似しようとするかのどちらかになってしまうとのこと。描くならば、子どもの発達段階に合った同じような絵を。大人が子どもたちと同じような絵を描くことでハードルが下がり、逆に子どもたちはのびのびと絵を描くことができるようになるそうです。



矢生先生の熱い話に、参加者全員うなずきながらメモを取りながら…。

「スピード勝負のこの時代、世間を取り巻く流れの速さは変わっても、ひとつだけ変わらないものがあります。それは子どもたちの成長のスピードです。」

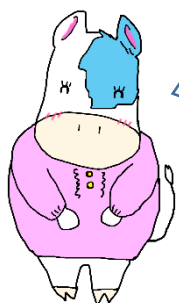
「保育園に出かけるから早く！遅れちゃう！！」と言われても、子どもは早くなんて動けない。大人はそれを忘れてイライラ。少し早い時間に動きだせばいいだけなのに、間に合うからとギリギリで動くようになってしまった。今の世の中、“待つ” そんな簡単なことすらできなくなっているのかもしれない

**出来るようになるまで待つ**こと、**子どもの速度に合わせる**こと。そして、**心の余裕を持つ**こと。

それが保育現場でも普段の生活でも大事なのだと矢生先生。

ゆったりとした流れ作りと生活環境を整え、コミュニケーションをとること。そうすることで徐々に子どもたちの想いを引き出していくことも可能になる…ともお話をいただきました。

造形のことだけでなく保育に対する心構えなど、改めて気づかされる実りの多い講座となりました。



今年度の保育のお仕事スタート講座は、今回を持ちまして終了です。来年度の講座の内容が決定したら HP やメールマガジンでご案内いたしますので、参加希望の方はぜひチェックしていただきね。今年度のスタート講座にかかわってくださいました全ての皆様に心より御礼申し上げます。本当にありがとうございました！

梶原先生、ひでちゃん先生、ありがとうございました！

