

ドリームプラン活動報告書

「東京家政畑」

短期大学部栄養科 1 年 H.A.

- 企画内容…大学敷地内で野菜を育て、大学の環境を利用した食育活動に繋げる
- 企画目的…食育に対する視点を増やし学びを深める
- 実施期間…2022 年 9 月～12 月
- 実施場所…東京家政大学構内 16 号館裏



●動機、応募理由

今回、この『東京家政畑』という企画を立案するに至った動機は、自身の背景と東京家政大学の環境にある。

元々保育士資格を所持しており、保育現場で様々な経験を経ていく中で、特に食育への関心が高まっていった。生涯に渡り健康的な食生活を送るための食育は既に広く行われている。それに加えて食と環境における様々な問題の解決にあたっても、幼児教育の中に取り入れられる視点や活動は少なくないと考え、食や栄養について本格的に学ぶため現在の学部に入學した。

入學後すぐに後援会ドリームプランの存在を知り、在學中に何か食育に関する活動ができないかと考えた。東京家政大学は保育、教育、栄養など、将来的に食育に携わることになる資格者養成学部を多く擁しており、自身もそこに所属している。加えて敷地の広さや併設保育施設を擁する環境に着目し、企画内容に取り入れた。大学敷地内で野菜を育て、子どもたちとの収穫体験を行うことにより、食育を行う側と受ける側双方が学びを得られる体験活動を目的として行った。

●実施内容

今回の企画を実施するための環境として、16号館裏手のプランターを使用する許可をいただいた。長年放置されていたため雑草が深く根付いており、これら进行处理し企画をスタートさせるまでに多少の時間がかかった。根が固く抜ききるのが難しかったため、草の上部を切り取り、土を掘り起こしふるいにかけて土の中の根を取り除いていった。後期講義期間開始と共にすぐ企画を実行する予定だったが、2度の台風と連日の雨により中々作業が進まず、土の用意が出来たプランターから順に種を蒔いていった。空きコマ等を利用し、作業を進めた。限られた実施期間と、プランターという育成環境もあり、生育が早く小ぶりの作物を選んだ。他にも、虫よけのハーブや香草を周囲に植え、生育に時間のかかる豆類は苗から植えるなどした。

期間中に大学構内で育てた作物は、次のとおりである。

- ・かぶ
- ・ラディッシュ（赤丸ラディッシュ、白長ラディッシュ等）
- ・小松菜
- ・チンゲンサイ
- ・にんじん
- ・スナップえんどう
- ・ローズマリー
- ・パクチー
- ・パセリ



↑時間差で芽生えた白長ラディッシュ
(ミニ大根)の芽



学園祭（緑苑祭）では、学外から沢山の方々が来校される点を考慮し、それまでに全てのプランターの状態を整えられるよう努めた。企画開始後、この場所で何を行っているかといった説明書きを立てていたため、緑苑祭でも足を止めて見ていただける様子が見られた。



●食育体験活動（収穫体験）

併設のみどりヶ丘幼稚園にご協力いただき、園児たちに収穫体験を行ってもらった。複数の作物を育成した後、子どもの手の大きさや力を考慮し、葉の持ちやすさ、根付きの固さ、収穫のしやすさ、収穫量等を踏まえた結果、収穫体験にはミニ大根（白長ラディッシュ）を選んだ。250本のラディッシュを用意し、1人6～8本の収穫体験を行ってもらった。これから収穫する作物について、種を見せながら説明し、種の状態からどれほどの期間を経て成長したかを伝えた。園児たちは種の色や手ざわりを確かめるなど、多様な反応が見られた。どれを収穫するか、じっくり吟味する様子や葉を千切らないよう、慎重に引き抜く姿もあった。収穫した後は、嬉しそうに収穫物を見せ合っていた。



●食育活動内容報告

企画立案時点では、Hulip 主催の食リンピックに作物を設置という形で参加出来ないか打診していたところ、みどりヶ丘幼稚園の保育活動の中に収穫体験を取り入れていただく事ができた。

当日は年少2クラス29人が参加。十分な量の作物が育ったため、園児一人毎に複数回収穫作業を行ってもらう事ができた。それにより、作物の大きさや長さの違いに気付いたり、それぞれの形を「雪だるまみたい」などと形容するなど、多種多様な野菜の姿を見つける様子が見られた。収穫した作物は年少クラスだけでなく全クラスの園児が持ち帰られるようにしていただき、後日園児や保護者の方の感想もいただいた。

収穫体験以降、かぶや大根に対して「これは何大根？」と聞いたり、持ち帰った大根に対して「どんどん食べて」といった発言をしていたと伺った。自身の手で収穫作業を行うことにより、子どもたちの興味関心や自己肯定感、達成感に繋がったのではないかと考える。

●多様な環境を生かした食育活動

保育活動の中に、作物の育成とそれに付随する農作業体験を取り入れることは、食育の観点から見ても非常に有意義な活動であると考えます。

しかし、近年では園庭を持たないビルディング型の保育施設も多く存在し、プランターすら設置出来ない環境の施設もある。

そこで、そういった多様な保育環境と、SDG s の概念両方を取り入れた食育活動ができないかを試してみた。

【空き缶やペットボトル、牛乳パックを利用した栽培】



空き缶は切り口が鋭く、牛乳パックはアレルギー等の懸念もあり使用できない施設もあるため、豆乳パックやペットボトルの利用が適しているのではないかと考えた。切り口に養生テープを貼ることで安全面もカバーでき、ペットボトルの場合は根の観察もできる。

これらをベランダや窓際等に置くことで、施設環境を選ばない作物の育成・食育活動を行うことができる。

●活動を終えて

今回の企画を立案するにあたり、企画を採択いただいた東京家政大学後援会、企画にご参加いただいた附属のみどりヶ丘幼稚園など、沢山の方々のご協力のおかげでこのような活動を行うことができた。

野菜の収穫活動では子どもたちの多様な姿を見ることができ、幼稚園の先生方や保護者の方々からも温かいお言葉をいただけ、励みとなった。

企画の立案や実行には非常に多くの時間を要し、学業との両立は容易ではなかったが、やりたいと踏み出した一歩によって自身の思い描く「夢」を実現し、貴重な学びを得ることが出来た。

今回の活動を経たことで、自身の達成感や将来の目標への意欲向上へと繋がり、また食育に関しても今後の活動フィールド選択へ向けての新たな視点が生まれた。とても有意義な活動だったと感じている。