

全私保連保育運動
新しい時代は
子どもから

保護者の皆様へ 私たちが伝えたい7つのメッセージ



今回のメッセージは……

その6 みんなで食べると おいしいんです

「食べる」とは「生きる」といいます。この言葉をよく見かけませんか？ どこか身近であって、どこか責任を感じる表現でもあり、どこか遠く離れた言葉に聞こえたりすると思います。日々、子どもたちと一緒に生きている私たちですが、改めて「食」を見つめると、みんな子どもだった「ことを思い出すと」「食べる」とは「生きる」と「見えてくると」思います。

赤ちゃんは、授乳時期から「食」は始まっています。まだ目が見えていなくても、大人の声を聞き、体温を感じ、心地よさの中で「食」を摂ります。離乳食が始まる頃は、大人やきょうだいが食事をする姿を見て、「食べたい」とよだれが出始める時期です。意欲的な「食」には必ず傍に誰かがいます。

園生活では、友だちの存在がとても大きいです。苦手なピーマン、隣の席の子がおかわりしていたから食べてみた！ 友だちと育てたキュウリ、サラダに入れたらおいしかった！ お泊



り保育で食べたカレーライスのニンジン、いつもと違う夜の過ごし方が嬉しくて、おかわりした！ など、日常の食事の「楽しさ」や「経験」から心が動かされ、意欲的な食事になります。子どもが楽しんで食べることは、食への意欲や関心を高め、偏食も減っていくきっかけとなり、

また「おいしい」を共有することで、人の気持ちにも関心を持つようになります。すると、友だちやさまざまな大人と関わる園生活だけで「楽しい食事」を経験できればよいのではと感じるかもしれません。ここで、自分の子どもの頃に戻ってみてください。「食事」の中のポジティブな記憶、ネガティブな記憶はたくさんあると思います。その記憶の中には、YouTubeやケータイと向き合って食事をする自分はいないと思います。食卓には言葉やまなざしがあり、感謝や涙もあつたと思います。

毎日完璧に手作りしなくてもいいんです。全然食べてくれないわが子にため息が出てしまっても、そこは「園で食べているからいいか」と上手に変換してください。子どもには、家族と一緒に食卓に座る日常こそが心の栄養になっていると信じてください。家族との食事の土台があるからこそ、外での慣れない環境でも「みんなで食べるとおいしいね」と感じられる心が生まれます。嬉しい記憶、おいしかった記憶はポジティブなものとして残り、一方的なものでも強制されるものでもなく、子どもたちにとって生涯生きていくための活力になります。

新しい時代は子どもから

～子どもの今が未来を創る～

子どもの「遊び」を
守りましょう

子どもの思いを
受け止めましょう

子どもの
「自分でやりたい」を
大切にしましょう


子ども自身に
乗り越える力を
育てましょう

みんなで食べると
美味しいんです

子ども同士の
関わりが大切です

子どもは自然が
大好きです

公社)全国私立保育連盟は、未来を生きていく子どもたちの為に
社会へ向けて、7つのメッセージを送ります。

 あおむし通信

<https://www.zenshihoren.or.jp/>



新しい時代は子どもから

<https://undou.zenshihoren.or.jp/>



全私保連
公式 YouTube チャンネル
<https://www.youtube.com/channel/UCy3LvUSg5wmwIXdA0RkkJXA>



公益社団法人

全国私立保育連盟

*この2ページをコピーして、保護者の皆様へ配布をお願いします。