

## 令和3年度秋田県放課後児童支援員等資質向上研修 研修レポート抜粋

(誤字脱字等については校正しているため、原文と異なる場合があります。)

### 県北会場

#### 科目 ③放課後児童クラブにおける食支援

- ◆ 現在「食育」というワードが注目されているように、子どもたちの成長に食は大いに関わっていると思う。毎日のおやつでは、しょっぱい・甘いなどの味覚のバランスを考えて出しているが、そこに季節やイベントなどの要素を盛り込むことで子どもたちのお腹だけでなく心も満たすことができたらいいと思う。アレルギーに関しては、把握と共有を怠らないことを前提に、万が一の際には的確な対処ができるように知識を深めたい。
- ◆ 味覚が決まる3歳までに多様な食材を食べさせ、味わって食べる感覚を経験させることが大切だが、現代は食への関心が薄れ、空腹を満たすだけになっている。家庭で足りない分を学童のおやつだけで補うことは出来ないが、体に良い素材を使っているおやつを選んだり、果物類を食べさせたいと思う。でも、何よりも大切なことは楽しく食べることだ。学童でのおやつや食事が心と身体を満たすものになるよう環境を作り、楽しい時間となるよう心がけたい。
- ◆ 食事づくりや準備に関わることは「五感を感じながら」につながるとも大切な役割であることを改めて認識できた。素材そのものに直接触れ、調理することで形や味の変化に気づき、市販のお菓子にも何が含まれているか関心をもつきっかけになるかもしれない。魚のお腹に餌のえびやかにかが残ったまま市場へ出ることもあると聞いて驚いた。食物アレルギー発症時への対応を心得つつ、おやつを食べるときは見極めを怠らず過ごしたい。
- ◆ 食物アレルギーを発症したときの対応として必要なことは、あらかじめ子どもの親に聞いておくこと、おやつを購入するときは表示をみて原材料を確認すること、万が一に備えて担当者全員が把握できるようマニュアルを作っておくこと等を学びました。子どもたちが健康で元気に生活できるよう、おやつの時間を楽しくし、食べることの大切さを伝えていかなければならないと思いました。
- ◆ 私は食べることが何よりの楽しみですが、食事への関心がなくなっている若い世代が多いというアンケート結果に驚きました。小学生の親世代がそうであれば、その子どもたちの食育の機会はとても重要になってきます。加えてコロナ禍で家族以外の誰かと食事をする機会が減っている今、子どもたちとかかわっている私たちが、健康、食べ物への理解、興味、大切さなどを伝えていかななくてはと切に思いました。