

令和6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 ②子どもの生活リズムと食習慣が与える人間形成への影響

- ◆ 放課後児童クラブにおける「食」について、補食として栄養面を考えて提供しなければいけないことですが、物価高のため限られた会費の中から適切なおやつを提供するのが難しい状況であり、今後の課題でもあると感じました。また、食事やおやつの場面は、マナーを身につける大切な学習の機会であると感じました。発達障害や家庭環境も関連していると思いますが、楽しく食べ、情緒の安定を図るためにも、子どもたちに声を掛けていきたいと思っています。
- ◆ 児童は、自分が安心すると感じる大人から、物と人への動作（働きかけ）の仕方を学ぶと知り、自分も児童にとって良い影響を与えられる人になりたいと思いました。また、施設で提供しているおやつには、空腹を満たす目的以外に、マナーの習得や楽しく食べることで情緒の安定など、様々な役割を担っていると聞き、改めておやつ時間の環境づくりも大切なのだと感じました。
- ◆ 今回の研修で、食の大切さを再確認できたように思います。以前から食育というものが取り上げられておりますが、こんなにも様々なことにつながっていくのだと感心しました。今自分が感じている幸福感や満足感は食をもって生まれたものの1つでもあるのだと知ることができました。学童では、子どもたちと食を共にすることは少ないですが、おやつの時間というわずかな時間にも言葉を交わしたり、適切な援助をしたりして、楽しい環境をつくっていききたいと思っています。
- ◆ “子どもの生活リズムや食習慣は、親・養育者の生活習慣や価値観の影響が大きい” “いったん身についた食習慣は、成人期に変えることは難しい” という話があり、ジャンクフードやファストフードに頼って生活している家庭の児童を心配に思いました。様々な事情や背景があり、介入するのが難しいと感じます。せめて親子での食事が楽しい時間と感じてほしいと心から願います。おやつの時間が楽しくなるよう、子どもたちの思いに寄り添い、おやつの内容や関わり方を考えていきたいです。
- ◆ コロナ禍での黙食から解放され、学童での昼食風景もにぎやかで楽しいものとなりました。友達と会話したり、同じメニューにしてもらったお弁当を広げたときの喜びを共感し合ったり、学童ならではの経験が子どもたちの心身の発達に影響を与えていることを改めて感じさせられました。児童期から青年期の間に不健康な食事に偏ってもその後は再構成されるということを知り、幼い頃からの価値観が大切で、支援員として、豊かな食経験を与えることの大切さを感じました。