

食は意欲を育む！(0歳からの食育)

みなさんこんにちは。
夏見台幼稚園 & 保育園
園主の鳥居徹也と申します。
このニュースレターは夏見台幼稚園・保育園を
ご検討のみなさま向けにお送りいたします。
よろしくどうぞ。

〒273-0086
船橋市夏見台 2-16-1
夏見台幼稚園・保育園
園主 鳥居徹也



1. 本が生まれたきっかけは…

今から 14 年前の 2010 年 12 月、園の食育を
まとめた本を出版しました。タイトルは『なぜ
食べてくれないの？プロから教わる保育術』(春
陽堂書店) です。



南部園長(当時)の
食育に対する考えに感
銘を受けた私が南部先
生の考えをまとめまし
た。ではこの本がなぜ
生まれたのか、そのき
っかけとは…

当時の私は、「働く意
味・学ぶ意味」をテー

マに中学校や高校で講演する活動も行っていま
した(コロナを機にやめてしまいましたが)。

北海道のある高校で講演した時のことです。
この学校は甲子園にも出場したことがある部活
動が大変盛んな学校です。しかし講演後に対応
してくれたテニス部の顧問の先生が次のように
言うのです。

「最近の高校生は食が細くなりましたね。『食べるこ
とも練習だ!』といって無理やり食べさせているの
です」

するとその話を聞いていた教頭先生が

「ウチの息子はお菓子ばかり食べて…」

なかなか大変ですね、などと雑談しつつ、帰
路に着きました。

そうして園に戻ってのある日。私は南部先生
とお昼ごはんを食べていました。そして何気なく
話したのです。

「この間講演した高校で聞いたのですが、最近の高
校生は食が細くなってきたそうですね。甲子園に出
るような学校でもそんなことに悩んでいましたよ。何
が原因ですかね？」

そのとき南部先生が発した一言で、私は本を
書くことを決めたのです。「おおげさにいうと」
と前置きしながら、

「最初に「何を」「どのように」食べるかで決まるので
はないか…」

私はびっくりしました。

「ちょっと待ってください、それはどういうことですか!」

こうして本が一冊できあがったのです。

2. 実際に保育室で解説してもらう

私は来る日も来る日も、南部先生に質問し続けました。長い間保育園で子どもの発達を見続けてきた南部先生によれば、0歳のしつけが肝心で、最初にしっかりできていれば、あとはグッと楽になるとのことでした（もちろんこれは食に限りませんが）。

実際に現場を見ましょう、ということで私は南部先生とともに「0歳の部屋」に行きました。ちょうど保育士の先生が食事を上げている最中でした。



ムリやり口に押し込むのはよくありません

「時間内に早く全部食べさせよう」とあせると、ついつい子どもの口に無理やり食事を押し込むようになります。これでは食に対して「受け身」になってしまいます。習慣的にこうしたことを繰り返していると、「自分から食べにいきよう！」という意欲が育たなくなるかもしれません。また誤飲のリスクもあります。

自発的な意欲を引き出すコツは「少し待つ」ことである、という原理原則があります。つねに早く早く！という効率第一主義では意欲は育まれないのです。



南部愛子名誉園長



少し待てば、赤ちゃんは食べに来ます

私たちの0歳クラスでは上のマンガのように食事の介助をしています。

これは食べ方だけに限りません。例えば「手をふく」という行為1つとってみても…



ほんの少しの行動ですが、その「少しが大切」というのが南部先生の考えです。

おむつ替えもそうです。いきなり赤ちゃんの足をガバッと持ち上げ、さっさと取り替えるのではなく、仰向けになった赤ちゃんの腰を手で支えて、赤ちゃんが足を踏ん張るのを少し待ってみる。赤ちゃんの発達によっては全く足に力が入らないかもしれませんが、ほんの少しでか

まいません。その「少し」が大事なのです。

0歳の最初にこのようにしつけていくと、その後はラクになっていきます。何でも自発性に取り組む「心」が育っていきますから。

3. 「意欲」は教えられない

この本は「食育」をテーマにしていますが、扱う内容は「教育の核心」に触れたつもりです。知識は詰め込むことができます。しかし多くは学校を卒業すると忘れてしまいます。ただ物事に取り組む意欲が身についてさえいれば、それは1つの生きる力となりその子の一生を支えるのです。

ところが意欲だけは教えられません。子どもが自らつかみとるものです。教育現場でできることは、せいぜいそうした環境を整えることくらいです。すなわち「じっくり、ゆっくりと待つ」という環境です。

先行きの見えない不安が、教育ビジネスをますます加熱させています。しかしこうした目に見えない「心の教育」は改まって説明されなくなかなか伝わりづらいものです。

しばしば「保育園には教育がない」というような話を聞くことがあります。全くの的外れです。生活の細部に実は教育が隠れています。

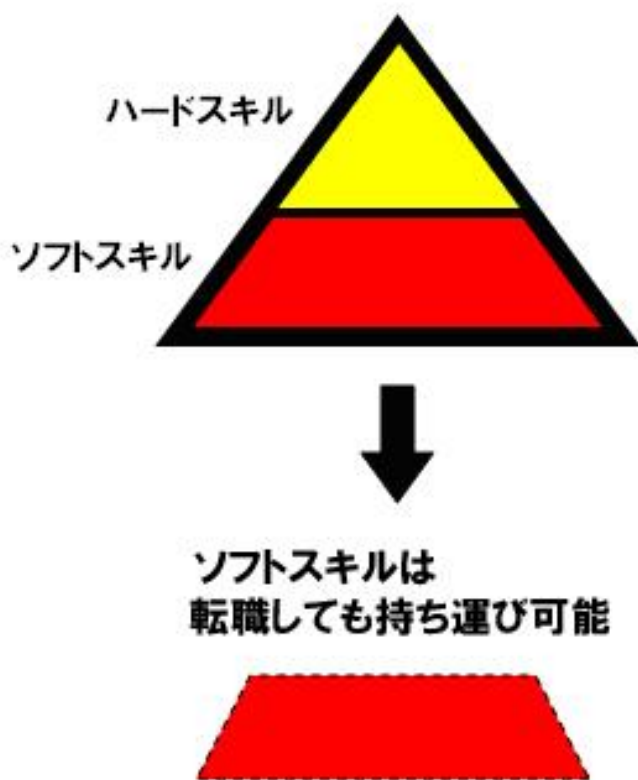
「食べる意欲」とはあらゆる意欲の源と私たちは考えています。「遊ぶ意欲」「友達を作る意欲」「学ぶ意欲」「働く意欲」。そして「生きる意欲」。こうした考えが私たちの園の教育方針「楽しい！うれしい！やってみたい！」に反映されているのです。

4. 「話す力・書く力」を身につけてほしいが…

最終的に（成長して）子どもたちには「話す力」と「書く力」を身につけてほしいと思いま

す。人工知能の進展もあり、現代は産業構造の大転換期に当たります。長い間続いた安定が「断絶」します。ただコツコツと学校で言われた通りの努力を続けていては社会で通用しない可能性が高いのです。なぜならば「教育」とは基本的に、そのときそのときの産業構造に適応するための準備だからです。だから教育の構造改革が一番遅れてやってきます。その性格上やむを得ないのです。

ところで下の図のように、仕事には「ハードスキル」と「ソフトスキル」があります。



「ハードスキル」とは、その会社（業界）でしか通用しない専門知識。「ソフトスキル」とは、対人関係能力や感情を制御する力やコミュニケーション能力。つまり非認知能力です。具体的に私は「話す力・書く力」をあげました。この2つの力が、これから続く産業構造の大転換期を渡っていく基礎力になります。転職しても持ち運び可能だからです。

しかし1つ大切なことがあります。そもそも「人に伝えたい」という意欲がなければ、どん

なに技術的に「話す力」や「書く力」を学んだところでコミュニケーションはとれません。結局は「意欲」の問題に集約してしまうのです。

この本では使いませんでしたが、本を書く際に「ゴーストライター」の手を借りることがあります。私もかつてお願いしたことがあります。編集者を間に挟んだ打ち合わせの席で、ゴーストライターの彼は私に細かく質問して来ました。

そのときとても疲れていた私は、彼のしつこい質問にちょっといじわるしてみたくまりました。そして次のように言ってみたのです。

「…そんなことならあなたが書けばいいじゃないの」

そのとき彼が発した言葉を私は今でも覚えています。

「いえ、私には『書く技術』はあるんですが『テーマ』がないのです」

何か大切なことを聞いた気がしました。最後は技術の問題ではありません。テーマ（主題）の有無です。

人生に意欲的であることが、テーマを見つける近道ではないでしょうか。子どもたちにたくましく人生を切り開いてほしい。私はそう願っています。（終）