

事業名	食育ボランティア養成講座の開催と食育ボランティア育成事業
事業の特徴	食育ボランティア養成講座の開催と子ども対象事業での食育ボランティアとしての活動支援

実施機関名	宇治市教育委員会教育部生涯学習センター
連絡先	〒611-0021 京都府宇治市宇治琵琶45-14 TEL 0774-39-9500 FAX 0774-39-9501 URL <a href="http://www.city.uji.kyoto.jp">http://www.city.uji.kyoto.jp</a>
事業規模	市区町村
事業主体	教育委員会
事業のテーマ分野	食育ボランティア

## 1 事業の概要

宇治市生涯学習センターでは、平成20年6月～7月に、子どもたちに食のことや、栄養バランスよく食べることの大切さを伝える活動に関心のある人たちの発掘と養成をねらいとして「食育ボランティア養成講座」を開催した。また講座終了後も、その講座の受講生がグループとして活動できるように引き続き支援している。

グループ内では、メンバー同士でお互いに専門知識を学び合い、実践を通して子どもたちに食の大切さを楽しくわかりやすく伝える方法を工夫している。当センターとしては活動機会を提供



食育ボランティア養成講座

してきたが、その他にも子育てサークルや小学校等ともつながり、活動の幅を広げてきている。来年度からは活動拠点を公民館に移し、自立した「食育ボランティアグループ」として他からの要望にもっと応えていけるよう、お互いに学び合いながら力を高めてもらいたいと考えている。

## 2 事業の趣旨、目的

平成17年に食育基本法が制定されたり、子どもたちの食生活の現状が問題視され、「早寝、早起き、朝ごはん」が提唱されるなど、全国的に食育への関心は高まってきた。当センターではそれ以前から乳幼児の親を対象に、食や栄養について学ぶ講座を開いてきた。まじめで意欲的な参加者も多かったので、講座で学んだ内容をパネルにまとめてもらったり、幼児や小学生に食のことを伝える寸劇などに取り組んでもらった。

若いお母さんたちの中に、食育活動に意欲や関心のある方が多数いることから、もう少し幅広い年代から募集をすることで、安定した活動のできるグループができるのではないかと考えた。

実際、現代の子どもたちの食生活について問題意識を持っている人は多く、自分や家族の健康に大きく関わる食や栄養についてもっと学びたいという意欲を持っている人も多い。また栄養士や調理師などの食に関する専門の資格を持っている人、資格はないが食に興味・関心を持っていて何かをやってみたいと考えている人も多い。そういった人材を発掘し、学ぶ場や活動場所を提供し、仲間作りを支援し、やがては行政から自立した活動のできるグループになることを期待して平成20年度に「食育ボランティア養成講座」を開催した。

## 3 事業の内容

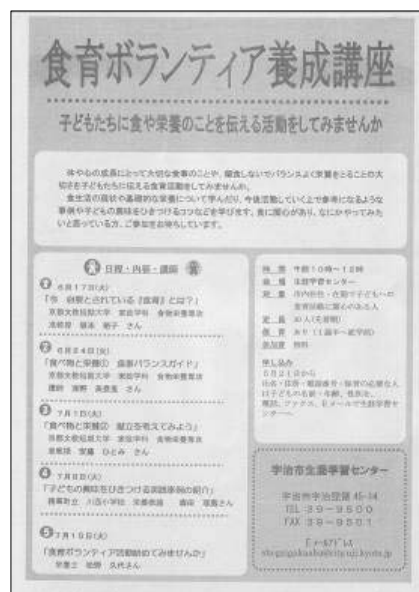
### (1) 学習の内容

#### 食育ボランティア養成講座

平成20年6月～7月に、宇治市内にある京都文教短期大学家政学科食物栄養専攻の先生方に講座の組立てや講師として直接の協力を得て、5回の講座を開催した。

1講は「今必要とされている『食育』とは？」をテーマに、食生活の現状と課題を学び、どのような食育活動が必要とされているのかを考える機会とした。2講、3講では「食べ物と栄養」をテーマに、食事バランスガイドや献立の立て方の基礎を学んだ。4講では「子どもの興味をひきつける活動事例の紹介」をテーマに、小学校の栄養教諭に実践事例を紹介してもらった。5講では「食育ボランティア活動始めてみませんか」をテーマに、身近な食育活動の話聞いた後、作業や話し合いの時間も取り入れた。

講座終了後のグループ化を常に意識して講座運営をした。そのため毎回できるだけ作業や話し合いなどの交流の時間



「食育ボランティア養成講座」のちらし

をとるようにした。終了時には食育活動に意欲をもっているメンバーが20名以上ボランティアとして残ってくれることになった。

## （２）学習成果を活用したボランティア活動等の内容及び推進の方法

「食育ボランティア養成講座」終了後、受講生有志によって「うじ食育ボランティアこんぺいとう」が結成された。活動が軌道に乗るまでとして、平成20年度と21年度については、当センターがサポートしている。主なサポート内容としては、活動場所や活動機会の提供、職員のアドバイス、消耗品費等の援助などである。

実践を通して食育グループとしての力を高めるために、当センター主催の子ども対象の事業をいくつか活動機会として提供している。毎年、小学生を対象として「夏休み子どもフェア」というイベントを開催しているが、そこに2年続けて出展してもらった。20年度は紙のお弁当作りを通して栄養バランスについて学ぶコーナーの出展、21年度は「作ってみよう朝ごはん、作ってあげよう朝ごはん」と題しての調理実習のコーナーで、ご飯の炊き方やだしをとってのみそ汁作り、卵焼きなどの基本的な朝ごはんの実習を通して、朝ごはんを食べることや栄養バランスよく食べることの大切さを伝えてもらった。

幼児とその親を対象とした「食育講座」も年2回開いており、そこでも助手として協力してもらった。子どもたちに食べることの意味や栄養バランスよく食べることの大切さを寸劇やエプロンシアターなどで楽しく伝えたり、調理実習の助手をしてもらったり、毎月開催している乳幼児と親を対象とした遊びの広場「おやこっくらんど」にも2回出演してもらったりした。幼稚園に入る前の小さな子どもたちを対象に、着ぐるみやパペットで興味を惹きながら、手遊びや歌、ゲームなどで食べ物への関心を高めるような工夫もしている。

また、旬の食材を使った子どもたちが好む料理のレシピを作成し、食育講座やおやこっくらんどなどで配布して、若いお母さんたちに喜ばれている。

このような当センターの事業以外にも、市内の小学校から依頼を受け、3年生の授業の中で子どもたちが育てた大根の調理に20年度・21年度と取り組んだ。またアレルギーの子を持つ親のサークルからも、アレルギーの子も食べることのできるおやつを紹介する講師として依頼を受け、調理実習と一緒に取り組んだ。少しずつ食育ボランティアとしての活動の幅を広げている。



おやこっくらんど



食育講座

### (3) 推進体制等の仕組み

当センターが養成してきたグループや当センターの事業に協力いただいているグループや個人を対象に、グループの運営や活動上の悩みを共有したり、お互いに交流を深めるためのネットワークを作るきっかけとなるようにと、年に1～2回研修会を開いている。その際には、外部から助言者を招き、それぞれのグループに活動の展望を持てるようなアドバイスをいただいている。また当センター職員としても各グループの様子が分かり活動支援の在り方を考える機会となっているので、今後も開催していく予定である。

また今回の食育ボランティアグループの育成に関しては、当センター事業として位置づけをしており、活動機会の提供を行っている。当センター主催の「食育講座」の助手を依頼したり、学習成果の発表とお互いの交流の場として毎年開催している「宇治まなびんぐ」というイベントへの出展や、小学生を対象に毎年開催している「夏休み子どもフェア」というイベントへのコーナー出展を呼び掛けている。様々な活動機会を通して、食育グループとしての専門能力の向上やグループメンバー内、あるいは他の団体や個人との交流を図っている。

栄養や食育に関する専門的な内容については、当市保健推進課と連携をとってアドバイスをもらっている。

また教育委員会には、「生涯学習人材バンク」の登録システムもあるので、今後の登録を通して、活動機会をもっと広げていくことも可能である。

## 4 成果と今後の取組

成果としては、食育ボランティア養成講座の開催により、子どもの食育に関心を持ち何かをやってみたいという意欲のある人材を多数発掘し、グループ化することができたことである。また当センターから提供した機会を利用して、お互いに学びあいながら新しいことに取り組む中で、グループとしての力を高め、信頼して依頼できる食育ボランティアグループとなってきつつある。

また当センターとしては子ども向けの食育事業に取り組む上で、身近な意見を聞くことができ、協力してくれるグループが得られたことはよかったと思う。

課題としては、これまで当センターの事業がほとんどであったので、これからは公民館やセンター事業のみではなく、幼稚園や子育てサークルなどにも活動を周知し、積極的に活動の場を広げるよう努力していく必要があると思う。

若いお母さんたちは、小さな子どもたちの興味や関心をよく理解しているし、子育て中のお母さんの立場からの貴重な意見をどんどん出してくれる。ただ小さな子どもたちがいるため、どうしても活動への参加が不安定になりがちである。その人たちをうまく支えてくれるのが、子どもの手が離れた世代のメンバーである。

今後は、安定して活動のできるメンバーが中心になってグループを支えながら、子育て中のお母さんメンバーをうまく巻き込み、自分たちならではの、継続して活動しやすい形をつくりだしていく体制になるようセンターとして支援し働きかけていければと考えている。

【執筆者の職・氏名】宇治市生涯学習センター 生涯学習指導員 畑 範子