

## はじめに

—子育て現場が提案する、より幸せな食事のために—

### 01 あなたの「食」は、おいしさいっぱいですか？

食事は毎日の楽しみです。朝、気持ちのよいおふとんに包まれぐっすり休んだあと、すがすがしい気持ちで食べる朝食。昼、友達と一緒にゆっくりしながら午後へのパワーを補給するランチ。夜、1日の疲れを癒やし、リラクスムードで食べる夕食……。

と、理想はそうなのですが、本当のところ、「朝から晩までゆっくり食事、とれてます！」と言える人は少ないのではないのでしょうか？

1日3回の食事が一般的な現代。日に3回も、身体も心もゆっくりしっかり栄養補給するチャンスがあるはずなのですが、私自身も活かせていなくて反省することしきりです。

そんな中、今回本書を出すのは、大人も子どもたちもすべてが生きていく上で関わる食について、もっともっと真剣に考えなければいけない時代になっているからです。

食を取り巻く環境は、急激に変化しています。ニュースを見ていると、世界では食糧問題が山積み状態。子どもでもほとんど食にありつけない地域がある一方で、まだ傷んでいない食べ物を、賞味期限が近いから……

と、なんのためらいもなく捨ててしまっている飽食都市があったり……。できるだけ早く、そして慎重に解決に向けて進めていかなければならない課題ばかりです。

日本国内も、東日本大震災をはじめとする自然災害、そしてそれに伴う原子力発電所問題など、深い爪あとが癒やされるのには、まだまだ時間がかかるでしょう。一体どこから手をつければよいのか……。

こうした社会的バックグラウンドの中、今皆さんの家庭でもっとも関心の高いことのひとつが、安心・安全な食をどのようにして食卓に並べ、楽しく食事ができるようにするか、そして、食を通じてどのように子どもたちを育てていくか、社会を作っていくか、ではないでしょうか？ 家庭とつながりの深い幼稚園、保育園などでも、その大きな課題にこたえていくことがひとつの使命です。

キートスガーデンは、フィンランドの教育保育の理念と手法を取り入れ、2009年、岐阜県大垣市に開園した幼稚園・幼保園・保育園です。「森と湖の国」として知られるフィンランド。開園当時、日本では子どもたちの教育保育の大切さが真剣に議論されるようになっていました。「何か参考になる地はないか」と尋ねまわって行きついたのが、北欧で自然を大切にしながら、優しくたくましく生きる子を育てるフィンランドです。以来、フィンランドの考え方や暮らし、子どもたちの様子をもとに、キートスガーデンは活動を続けてきました。食育に関しては、フィンランドの教育保育の考え方をベースにおきながら、日本や他の国・地域のアイデアや実践をブレンドしていくのがベストではないかと考え、取り

組みを続けています。

開園前、何度も開催した保護者の方々向けの入園説明会で、さまざまな質問や要望をいただきました。そして、その中でも多かったもののひとつが「食」に関するものでした。「安心・安全な食を提供してほしい」という、当たり前ともいえるような願いを繰り返し聞くたびに、「そんな基本的なことが心配事になってしまっているのか」と驚いたことを覚えています。また、食物アレルギーを持つ子に対し、園がどのような対応をするのかも注目されました。

## 02 10年間の挑戦

開園してからは、自園調理（給食を、外部からの搬入ではなく、園の中にあるキッチンで調理員が調理すること）を行う園として、自由な発想の中、さまざまな取り組みをしてきました。そして、開園から約10年間の経験ではありますが、少しばかりの積み重ねもできてきました。しかし、食物アレルギー対応をしたり、新しい給食のあり方を考えたりしていけばいくほど、

「誰もが楽しめる給食ってなんだろう」と考え、そのうち、

「食の楽しさってなんだろう」

「食べるって、子どもたちにとってどういう意味なんだろう」

と、より広く大きな問題としてとらえるようになりました。

同時に、食に関するいろんな課題を、園のスタッフが一丸となって、どのように解決していくかに心を砕きました。食物アレルギーや食といった大きな問題を、誰かひとりの責任で進めるのでは長続きしませんし、発展もしません。

食は一人ひとりのイシュー（事柄）であると同時に、園や家庭といった集団のイシューでもあります。国や地方自治体には、食に対してとても大切な役割がありますが、まずは家庭や園が、子どもたちが多くの時間を過ごす現場として、子どもたちにできることを、誠実にゆるぎなく進めていくことが必要でしょう。

本書は、食に関心のあるすべての人に向けたものですが、特に読んでいただきたいのは、保護者の皆様、そして幼稚園、幼保園、保育園、認定こども園と、名前は違っても、子どもたちの食育に関わる人として、共通の役割を持つ方々です。内容は、食に関してキートスガーデンがどんなことをしているのかの紹介であり、提案する「キートス食育モデル」をどのように進めるのかについての簡易マニュアル的なものでもあります。たくさんの方に、楽しく実践していただければうれしいです。もちろん、食＝健康＝命との関わりですので、食物アレルギーなど個別の配慮は最大限にしてください。

タイトルのキートス・カフェは、子どもから大人まで、食を囲むさまざまな人がお互いに関わりを持ちあう場、またそれぞれが楽しい1日、楽しい人生を歩いていくのを優しく見守る場をイメージしながら名づけました。本書ではまずキートスガーデンの教育についてさらっと説明を

したあと、食育、特に「キーツス食育モデル」について記してあります。  
どの章からでもどうぞ。楽しく読み進めてくだされば幸いです。



キーツガーデンが提唱する「キーツス食育モデル」は、  
子どもたちの笑顔にさらなる輝きと広がりをもたせるものです。