

～料理を教えず、料理で教える～  
**幼児の料理教室「キッズ・キッチン」**

**概要**

開始時期：平成 15 年 11 月～

参加対象：市内外の幼児（主に 4 歳～7 歳）と保護者

開催場所：御食国若狭おばま食文化館キッチンスタジオ

運営体制：食育サポーター約 30 名による運営。

**特徴 ～子供が主人公、親は見守るだけ～**

- ・親は見守るだけで一切口も手を出さず、幼児の手だけで全ての作業をこなす。
- ・幼児用調理器具と環境をそろえ、食材は調味料も含めて、可能な限り地場産を使用。
- ・鮮魚をさばくなど「命」に触れる体験を盛り込んでいる。
- ・単に料理の方法や手順だけではなく、食文化、マナー、協力し合うこと、約束を守ること、他人を思いやることなど、社会の中で生きていく上で大切な事を、総合的に学べるよう指導。



子供が主人公、親は見守るだけ

**主なねらい ～自己達成感を高め、命の大切さを学ぶ～**

- ・身体的機能の育成（五感・五味の発達）
- ・知識の形成（地産地消・栄養、郷土の歴史や行事）
- ・人間力の育成  
子供達の自己達成感を高め、大きな自信を持たせる。  
また、鮮魚をさばく体験などを積極的に取り入れることにより、命の大切さや、感謝の気持ちを育む。
- ・保護者の啓発  
子供達の潜在的な力を再認識させ、それが「食」によって最大限伸ばせることを認識させる。



鮮魚をさばく体験により「いただきます」の意味を理解させる



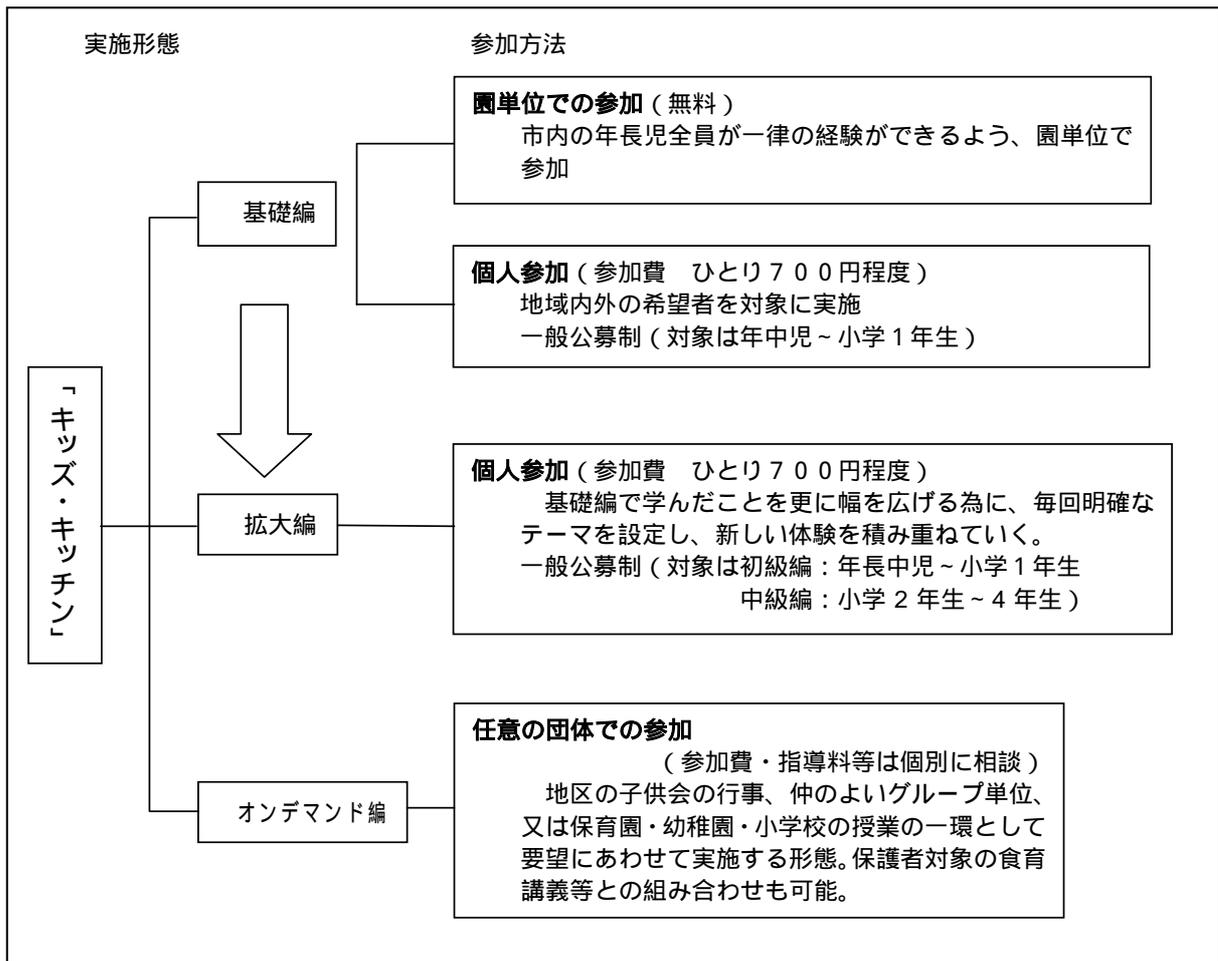
豆腐を手のひらの上で切る

## 実施形態

### ～市内全ての就学前児が対象 - 「義務食育」の体制～

「キッズ・キッチン」は、小浜市内の全ての保育園・幼稚園の年長児が一律の経験ができる「基礎編」に加え、個人で参加し、毎回異なるテーマで新しい体験を積み重ねていく「拡大編」、また地域外も含めた子供会や、任意の団体の要望に対応する「オンデマンド編」を設定している。(下記 図1 参考)

【図 1】



## 運営組織

### ～「食育サポーター」～

運営は、市民からなる「食育サポーター」が行っている。これは、保育士・幼稚園教諭・小学校教師・栄養士など食育にかかわる資格保持者や初等教育に関心の高い子育て世代女性組織で、現在20代から50代まで約30名が所属している。



## 実習環境

幼児が怪我をすることなく、明確な達成感が味わえるよう、万全の環境と指導方法を備えている。



## 内容 ~子供を信頼して任せる。親は子供を信じて「見守る」~

導入部分では、旬の地場産野菜、海産物を教材として、クイズ形式で楽しみながら子供達の、食材への興味や関心が高まるよう促していく。関心がピークになった時点で、一連の調理方法をデモンストレーションし、その中で庖丁やガスなど、幼児にはまだ早いと思われるがちな調理器具も、子供の目線で、しっかり安全な使い方を教える。安全の為のいくつかの「絶対の約束」を交わした後は、全幅の信頼をして、子供達にまかせる。子供達は信頼に応えようといじらしいほど力を発揮し、劇的に成長していく。安全の為の秘訣は、この信頼関係にある。

「キッズ・キッチン」は、一般的な料理教室とは違い「料理を手段とした教育プログラム」と位置づけている為、献立などは一部のイベント的なものを除き、ご飯と味噌汁を中心とした、できるだけ日常的でシンプルなものになっている。

又、保護者は参加するが、一切口出し、手出しもせず、離れたところから子供達の様子を「見守る」ことに徹する。料理が完成したところで、初めて子供達の隣に着き、誉めながら一緒に「共食」をするという形式をとっている。

## 効果

~子供が変われば大人も変わる。大人が変われば家庭が変わる。

家庭が変われば社会が変わる。~

このプログラムを経験した多くの子供達が、食べ物の好き嫌いが少なくなったり、以前よりも食に関心を持つようになることは勿論であるが、それ以上に大きな効果もある。子供が、協力しながら、同じ目的に向かって、作業することで協調性が育まれるし、モノを作り上げる行為を通じて物事をやり遂げる自信や、達成感



子供が作った味噌汁を試食する保護者

の醸成に繋がる。

これまでに8,000人以上の子供達と関わり、(平成22年度末現在)短時間で劇的に変わっていく様子を見てみると、子供達を成長させる手段は様々あるが、すべての者に日常的にかかわり、命に直結している「食」という方向から「料理」という手段で働きかけることは、大変効果的であると痛感する。

また、この子供達をとりまく大人達にも変化が見られる。それは、子供達が、普段と違う顔つきで、一生懸命努力する姿に心を打たれ、あらためて、子供の「伸びようとする力」に驚くのだ。そして、「食」というものが体だけでなく、心の成長にも大きくかかわる重要なものである、という認識を深め、家庭においても「食」を大切に考えるきっかけとなるように思う。

「キッズ・キッチン」に参加した子供達の成長する姿は、周囲の大人たちの心も動かし、さらに、家庭における食環境や人間関係までも変化させる力がある。

## その他

- ・平成15年度「地域に根ざした食育コンクール」特別賞(農林水産省外郭団体)
- ・平成17年度「毎日・地方自治大賞」奨励賞(毎日新聞社)
- ・平成18年度「毎日・地方自治大賞」奨励賞(毎日新聞社)
- ・平成20年度 総務省地域創造力アドバイザーとして認定され、山梨県北杜市の食育事業に関わる。
- ・平成21年度 総務大臣表彰(総務省)
- ・朝日新聞、読売新聞、日本経済新聞、日本教育新聞、全国農業新聞、産経新聞(全て全国紙)などの新聞や各種雑誌の他、NHK情報番組、内閣府特別広報番組、NHK教育テレビ「すくすく子育て」、「きょうの料理」、「福祉ネットワーク」など、国内外のマスコミにおいて、特集番組として放送されている。
- ・平成16年度3月、市内の就学前児童を持つ保護者約1,100人を対象に行った調査のなかで、「今後どのような食育事業を希望するか」との質問に対して、71%が、「キッズ・キッチン」のような体験型学習」と回答している。また、市内の小学生を持つ保護者約1,400人のうち、81.1%が、「小学生になっても「キッズ・キッチン」に参加させたい。」と回答しているなど、市民から高く支持されている。
- ・平成18年4月、韓国慶州市のグァクミンジ幼稚園において、「キッズ・キッチン」を実施した。この事例は、食育の海外進出事例として、内閣府が発行する平成19年度の食育白書にも掲載された。



「キッズ・キッチン」海を渡る