

No. 06

もぐもぐクラブ（こども食堂）

健康科学部 栄養マネジメント学科

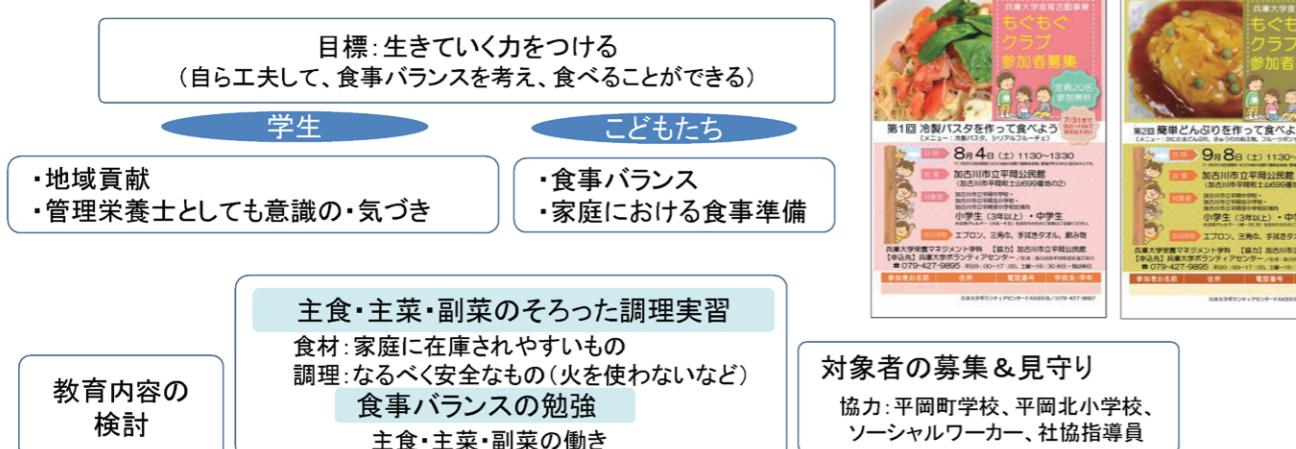
矢塙 みどり教授 増村 美佐子 教授
前田 典子 講師 福本 恵子 講師【協力先】
加古川市立平岡公民館川井有紀（4年）田實美月（4年）平尾くるみ（4年）水野真優（4年）
松木由奈（1年）光田七菜子（1年）南瑠伊奈（1年）宮本和葉（1年）

目的

公民館は、学術及び文化に関する各種の事業を通して、地域の拠点施設として中心的な役割を果たしています。そのような活動の中、公民館館長や社会福祉協議会のスタッフ、そして学校での様子を観察している市のソーシャルワーカーから、欠食や個食、おやつで食事の代替え、安い食品選択等、食事に関して問題を抱えている子供たちが多いことが課題になりました。この課題は家族だけでは解決することが難しいため、兵庫大学と平岡町公民館は連携し、こどもたちの食生活改善に向け食事支援に取り組むことになりました。

事業内容の検討

まず「こども食堂は交流の場」を作ることを第一の目的とし、①こどもたちが、自分で栄養バランスのとれた食事を選んだり作ることができる②地域の大人が見守る機会を作る、をテーマに絞り、リーフレットを作成し募集、実施しました。



活動の様子

4回の実施で延べ80名以上の小学生が集いました。小学生からは、「簡単」「美味しい」「楽しかった」「また来たい」などといった前向きな感想をもらいました。本当に有意義な体験をしてもらえたのではないかと思います。



ふりかえり～教育の成果と学生の成長～

参加者（こども）へのアンケート結果

ご飯の準備ができていない時

- 自分で作る(半数)
- パンやラーメン
- 食べない

自分で作るメニュー

- おにぎり
- 卵料理
- 野菜炒め

参加しようと思ったきっかけ

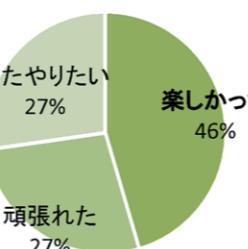
- 無料だから
- 料理を作れるようになりたい
- メニューがおいしそうだったから

料理の感想

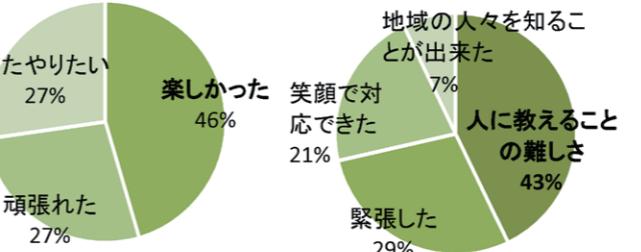
- 超簡単、やや簡単(92%)

学生スタッフアンケート結果

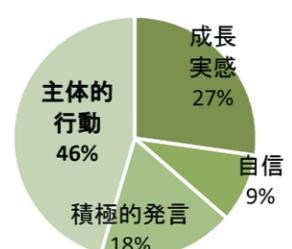
達成感について



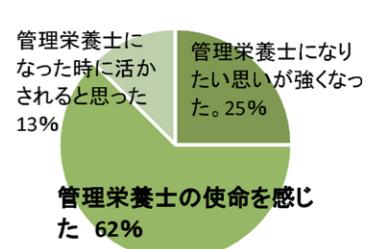
相手とのコミュニケーションで感じたこと



自分の成長について



管理栄養士との関係



PBLに取り組むことにより学生は、

①こどもの食の現状についての理解 ②解決すべき課題の発見 ③その解決方法の検討(プログラムの開発)とプログラムの実践を行いました。特に③において、食の問題を抱えたこどもたちに、「何をテーマに教育すべきか」の検討に多くの時間を費やしました。その結果、「生きる力をつける」をメインテーマに、下記3つに取り組むことにしました。

・栄養バランスの取れた食事を提供すること

・憩いの場を提供すること

・自分の力で栄養バランスの取れた食事を整える力を育てること

対象者が主に小学生であることを意識して、栄養バランスだけでなく、低コストで安全に、さらに自分ひとりで作れるようなメニューの検討を重ねました。デモンストレーションの方法やアドバイスの仕方、声掛けについて意見交換を行いました。

このような活動の中で、基礎知識の習得、整理・分析スキル、課題設定スキル、さらに情報収集スキル、コミュニケーションスキルを身につけたと思われます。また主体性や自己理解、他者との関わりの中で協調性や他者理解を高めるとともに、社会参画・貢献の喜びを感じました。

管理栄養士をめざす学生が、地域のこどもたちの食生活の問題に关心を寄せ、地域の問題を解決する取り組みに参加するこの活動は、地域のこどもたちだけでなく本学科の学生に対しても、社会における管理栄養士の役割を認識させ、自分の将来像を目指し学ぶ機会になると期待を寄せています。人が生きる上で欠かすことのできない『食』。しかし貧困の状況にあるこどもや食の楽しさを知らないこどもがいるのが現状です。健やかに育つように、一定の距離を保ちながらも大人たち全員で見守る必要性を感じます。近年各地で取り組まれているこども食堂のように、こどもたちに日々の食事を提供することはできませんが、この活動がこどもたちに必要な食べ物を供給する機会となるとともに、自ら栄養バランスの取れた食事を選ぼう、作ろうとする気持ちを育て、さらにこども同士の交流の場、こどもが抱えている問題を発見する場となり、こどもたちが生き生きと暮らす環境づくりの手伝いができると想っています。

キャラクターのもぐもぐらです

3つそろえて
食べてね