

「ぶんぶんひろば」における授業の実践  
栄養指導各論実習Ⅱ  
(短期大学 食物栄養学科)

食育ミニ講座

1. ねらい

「食育ミニ講座」は2013年（平成25年）度から広島文化学園短期大学食物栄養学科2年次の「栄養指導各論実習Ⅱ」の実践学習の一環として行っている食育講座である。新型コロナウイルス感染症の影響で数年実施できなかったが2022年（令和4年）度から再開された。「栄養指導各論実習Ⅱ」（後期：2年選択科目）は栄養士資格取得のための必須科目で、本授業の目的は、「栄養アセスメント、適切で魅力的な栄養指導法、食行動の変容につながる支援のあり方などについて実習を行い、現場で活用できる栄養指導技術を修得する」である。授業計画に、「食育講座の実施」を取り入れ、学生が乳幼児期、成人期、高齢期の中から対象を選び、食生活調査、教育の実施、評価を通して栄養指導の基本的な技術を学んでいる。PDCAサイクルを活用し栄養指導力の向上に努めている。2022年度も、栄養教育の対象のひとつである乳幼児期の食生活について理解し、さらに現場で栄養指導を行う力を習得するために、子ども・子育て支援センターの利用者を対象とした食育ミニ講座を行った。

2. 活動内容

2022年（令和4年）度の栄養指導各論実習Ⅱの履修者は、37名（男子5名、女子32名）であった。そのうち、乳幼児期の栄養指導を希望した1グループ（7名）が、ぶんぶんひろばの利用者を対象に食育講座を1回実施した。学生たちは、事前に乳幼児期の栄養について学習をした後、ぶんぶんひろばの使用についての留意点や個人情報保護に関して確認や手続きを行った。

1) 食育ミニ講座～楽しく食べよう～

- ①日時 令和4年11月30日（水）11：00～11：30
- ②場所 ぶんぶんひろば、7101教室（試食室）
- ③対象者 6名 担当学生：7名

- ④内容 紙芝居、食べにくいお肉の工夫、手づかみ食べの進め方などの話（写真1）レシピ紹介（写真2）、試食（手づかみ木綿豆腐、手づかみじゃがいも団子、鶏ささみの胡麻ドレッシング和え、かぼちゃ団子のあんかけ）（写真3）



写真1 紙芝居とお話



写真2 レシピ紹介



写真3 試食メニュー

- ⑤参加者の感想（実施後アンケートより）  
・親がストレスに思わないようにという一言を言ってもらえると親としては少し気が楽になる

- ものです。ありがとうございました(3歳児)。
- ・子どもが最近、自分で食べたい欲がでてきてうれしい反面、手づかみ料理のレパートリーが少なかったのでレシピも教えてもらえてとても参考になりました(1歳児)。
  - ・どれも優しい味付けで、子どもが食べやすそうでした。家でも作ってみようと思います。食べムラについて注意点を知ることができてよかったです(1歳児)。
  - ・いろんなレシピが知れて良かった。どれも美味しかったので、作ってみようと思います(0歳児)

#### ⑥学生の感想と反省

##### 《良かった点》

- ・要点をまとめ、お話することができた。

##### 《反省点》

- ・配布資料のページ数をふっていないなど細かな配慮が不足していた。
- ・お母さん方への気遣いやもっと積極的に話せるとお母さん方の緊張もほぐれて居心地良く過ごせたかなと思った。
- ・もう少しこちらから質問が出来たらよかった。

##### 《感想》

- ・内容や喋り方によって伝わり方が変わるから、今後大勢の人の前で話す時はそういうことを踏まえて話したいと思った。

- ・参加してくださったお母さん方もお子さんをつれて大変な中、真剣に聞いてくださってとても嬉しかった。
- ・絵本を読む練習をしたり、本番に向けて少しでも楽しんでもらえるように工夫することができた。

#### 3. まとめ

今年度は、1グループの取り組みであった。指導案を作成後、グループ内で意見を出し合い、準備しリハーサル後も修正を行った。対象者を理解したい、好きな調理を講座内で実施したい、自分が勉強したことを伝えて少しでお役に立ちたいなどの主体的に学ぶ姿が見られた。

講座当日は、緊張の中できることを精一杯発揮し、実施後は達成感を感じることが出来た学生がいた。子ども・子育て支援研究センターの運営委員の先生方、ぶんぶんひろばのスタッフにご支援・ご協力いただき、実施できたことに深く感謝申し上げたい。参加者からは、レシピを知れた、家でも作ってみたいとの感想もいただいた。学生たちにとって、子どもをもつ保護者と関わることでできたことは、今後役立つ貴重な経験となった。今後も取り組みを継続し、学生の栄養指導力の向上を目指したい。

(文責：食物栄養学科 江坂 美佐子)