

おひさまの森 自主発表

テーマ 「つながる」

人・食・自然 ~普通の暮らしの中に豊かさを~



おひさまのもり

2021年 9月10日(金)

資料のご案内

	ページ
ごあいさつ・・・・・・・・・・・・・・・・	1
おひさまの森の特色・・・・・・・・	2
プログラム・・・・・・・・	3

<ポスター発表>

環境を変えて見えてきたこと①・・・・・・・・	4
環境を変えて見えてきたこと②・・・・・・・・	5
環境を変えて見えてきたこと③・・・・・・・・	6
大事にしたい食の環境①・・・・・・・・	7
大事にしたい食の環境②・・・・・・・・	8
おひさまの森の食の活動①・・・・・・・・	9
おひさまの森の食の活動②・・・・・・・・	10
年長の活動・・・・・・・・	11

<付録>

現在の園庭の様子



ごあいさつ

みなさま、こんにちは。9月10日の研究会の準備を進めて参りましたが、旭川市にも緊急事態宣言が発出され、中止せざるを得ない状況となってしまいました。全国の保育関係者のみなさまにお会いできるのを楽しみにしておりましたので大変残念です。

進めていた研究会のプログラムについて縮小した形ですが、自主発表させていただくことにいたしました。講師の先生もいらっしゃいませんし、中途半端な内容になってしまうかもしれませんが、その辺は差し引いてご覧いただければ有難いです。

おひさまの森は、定員50名の小さな認可保育所です。旭川市は北海道の中央部に位置し、夏は暑く、冬は寒くて雪の多い四季のはっきりした所です。子どもたちは自然の中で季節を肌で感じ、心ゆくまで遊び、逞しく育っています。

おひさまは認可外保育所としてスタートし、6年前に認可を受け、今の地に移転しました。「主体性」をキーワードにして、子どもとの関わりや環境づくりなどを学んだり、実践したりしている最中です。環境の整備を重ねていくうちに、保育所という枠組みがだんだん息苦しくなり、今は「くらし」にスポットを当て、豊かな活動や生活が保障されるような「場」を目指しています。温かな雰囲気の中、家庭や社会のようにいろいろな年齢の人たちが、相互の関係性の中で自分らしく心地よく過ごす、そのような場所になりたいと思い、今年4月におひさま保育園から「おひさまの森」へと名称を変えました。ゆったり遊んだり、くつろいだりできる、子どもも大人も過ごしやすい環境にしていきたいと思っています。

研究会のテーマは「つながる」としました。個人で始めた小さな認可外保育所が、熱意ある職員や応援してくれる保護者、他にも大勢の方々に支えられここまでやって来ました。講師にお迎えする予定だった木村さん、井上さんには保育の基本を考える示唆をいただき、何度も軌道修正や叱咤激励を受けました。そのような「人とのつながり」を、今度は全国の保育に熱い思いを持つ方たちとのつながりに広めていきたいと思っています。

今回は、こちらから発信するだけの一方通行になってしまいますが、いつの日か直接お目にかかり交流させていただきたいと思います。また、おひさまの森の環境やそこで生活する私たちの姿を見に来ていただける日が、一日も早く来るようにと願っています。10月1日から31日までの期間に配信させていただきます。どうぞ、自主発表をご覧ください。

おひさまの森 園長 有好恵子

おひさまの森の特色



『人と人のつながりを大切に』—小さい規模を生かして—

子どもも大人も親しく近い関係性の中で、みんなで一緒に泣いたり、笑ったり、けんかしたり、仲直りしたりしながらきょうだいのように育ちます。

『主体的な生活と遊び』—子ども時代の経験が人生の基盤になる—

緩やかな時間の流れの中で、自分で判断したり、遊びを選択したりしながら、主体的に生き生きと生活します。

自然の中での活動や外遊び

全園児とも園庭や外遊びを多く取り入れ、3歳以上については、神楽岡公園や北邦野草園等での散策や自然観察、登山の活動を行います。

食育

いろいろな食体験を通して「食」への関心を育み、「食を営む力」の基礎を培います。畑での栽培活動や稲作、収穫やクッキング保育、食材の特徴や命を感じる活動を行います。

クラス編成

クラス	定員	人数	職員数
0歳児 めばえ組	3	4	2
1歳児 つぼみ組	7	6	2
2歳児 はな組	10	10	2
3歳児 ほし組	10	12	2
4歳児 そら組	10	14	1 特支1
5歳児 にじ組	10	14	1 特支1
フリー (午後)			1
計	50	60	13

1日の流れ

時間	0歳児	1・2歳児	3・4・5歳児	備考
7:30	登園開始			※随時登園
	室内あそび	園庭・室内あそび	園庭・室内遊び	7:30-9:00
8:00	(1・2歳児保育室)			
8:30	0歳児保育室へ移動			
	室内遊び			
9:00	園庭あそび			
9:30	おやつ(牛乳など)	おやつ(牛乳)		
	※午前睡			
10:00				
11:00	ごはん・授乳	<1歳児> 排泄 ごはん :15①ごはん :30②ごはん	<3歳児> 11:00~ 集まり	わらべうた課業 11:00~ (※4歳児 (※3歳児)
12:00	午睡	午睡	:30①ごはん :00②ごはん 午睡	
13:00			<5歳児> 45掃除 00クラス活動 ※午睡なし	わらべうた課業 13:00~ (※5歳児)
14:00				
14:30			着替え	
14:45	着替え・排泄	着替え・排泄	おやつ	
15:00	おやつ・授乳 検温	おやつ	<4・5歳児> 振り返り	
	園庭・室内遊び	園庭・室内遊び	園庭・室内遊び	
16:00				※随時降園
17:00	(排泄)	(排泄)		
18:00				
18:30	降園終了			



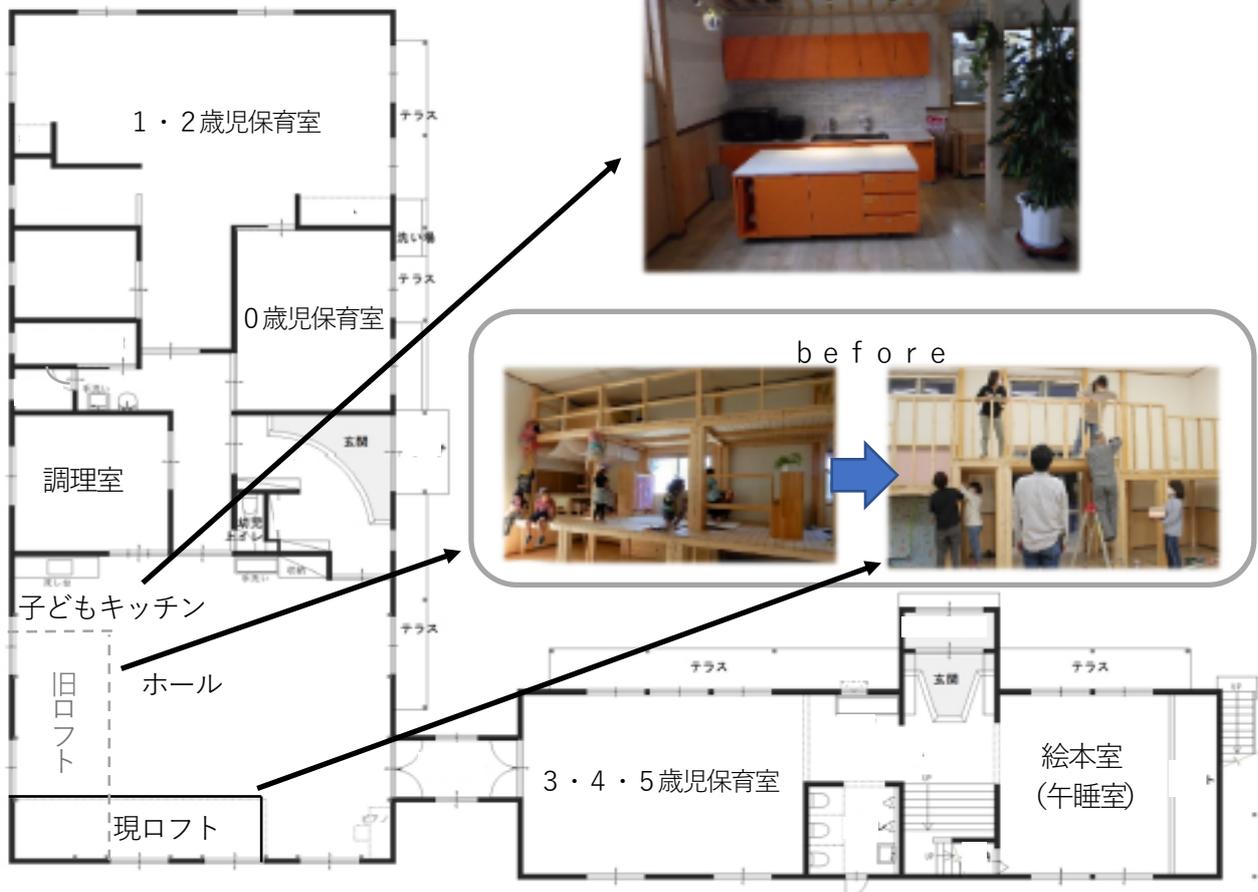
プログラム

1. オープニング
『おひさまの森ってこんなところ』14'18

2. ポスター発表
『環境を変えて見えてきたこと』22'01
『大事にしたい食の環境』10'21
『おひさまの森の食の活動』13'04
『年長の活動』17'58

3. 座談会(まとめ)
『研究会の取り組みでの気づき・学び・課題』34'23

園内見取り図



ホール環境の変遷



こんな改良を加えた！

- ・保育室とホールを行ったり来たりせず、どちらかで遊ぶ
- ・カーテンや天蓋を付ける、ソファを置く、グリーンを飾るなど落ち着いた雰囲気作りをする
- ・ままごと、お世話遊び、カプラ、ラキュー、パズルなどの静かな遊びを次々試してみるが上手くいかない。
- ・クラス毎に分かれて使用

◇・憧れのロフト・初めてのロフト・◇・◇・

これさえあれば、遊びは変わる・広がる・挑戦できる・楽しめると思っていた！

しかし、ロフトの問題点次々露呈！！

- ・大きな声で上から叫ぶ ・飛び下りる音が大きい
- ・ものを落とす ・ふざけて油断して2階から転落する
- ・3階の足音が大きく下で落ち着いて遊べない
- ・ジャンプして下りる人と下から出てくる人がぶつかる
- ・ホールでの興奮を保育室に持ち込む
- ・以上児室とホールを行ったり来たりで落ち着かない
- ・小さい人は、大きい人の激しい音で安心して遊べない



ホールは、ただのランチルームとなる
ホールをどうしようかと悩むが名案なし！！

井上さんのアドバイスもあり決断した

改革だ！！ 生活しやすい場所へ

天井(まぶしい電灯取り換え)・壁(残響の軽減)・ロフト解体・こどもキッチン新設・保護者スペース新設(未)



園長の思い

ホール＝運動場じゃない！年齢に関係なくみんなの遊びの場へ変化していくことを恐れない！！



保育士の本音

そんなことできるのかな…「イメージ出来ない！不安」

- ・ホールの環境設定難しそう ・キッチン、運動、遊び、食事、おまけに玄関…全部が一つの空間ってごちゃごちゃ！ ・危機管理は？
- ・大人の連携、配置大丈夫？ ・小さい人が行っても大丈夫？
- ・大きい人と小さい人の壁をなくす試み、ホールでの交流は良いな
- ・大きい人の遊びを壊されたり邪魔されたりするのは
- ・前のロフトを壊すのは寂しい、もったいない

ホールのみならず未満児室、以上児室

どこでも自由に行き来して遊ぶ

小さい人が大きい人の作った

積み木やカプラを壊すこともあるが、
大きい人はそれも受け入れられる



ロフトが低くなったことで、

- ・今まで諦めていた人が挑戦する
- ・大人も安心して見ていられる

大きい人の振り返り※やわらべうたに、

小さい人が自然な流れで参加する

※クラスごとに毎日行っている活動
(活動の振り返り・明日の予定・話し合い・絵本など)

自然に大きい人が小さい人のお世話をする



環境を変えてみたら、
クラスの枠を超えて大人も子どもも育ちあう、
おひさまの社会が出来ていた！！



<振り返ってみて>

- 以前のロフトは大人が安心して見てられない
→高さがあるので気になって目が離せない
- ロフトの3階は遊びの連続性・発展性がない
- 初めてのロフトで、大人の登ってほしい気持ちが強い
→登れた子はみんなに見て欲しくて、大きな声を出してアピールをすることが多い。大人はそれを注意しなければならなかった。（登れたことは嬉しいけれど、注意する矛盾あり）

- 挑戦する場・じっくり遊ぶ場の共存は難しい
- ロフトさえあれば遊べるという錯覚があった →具体的にイメージ出来ていなかった

子どもの遊びを充実させるためには、
暮らしを豊かに、環境を豊かにすることが必要（園庭・時間の流れ・食事など）

～おひさまの日常～



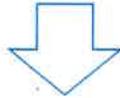
喫食方法の移り変わり

H27年 給食室で全て配膳



問題点

- 食べる時には冷めてしまう
- 全員が決められた量を配膳される
- 全員が決められた同じ時間に食べる
- あてがいぶちで、子どもが受け身である



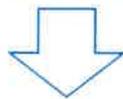
H30年 冬 主菜・副菜を年長当番がワンプレートに配膳する
(ご飯・汁物は職員が先に置いておく)

改善された点

- 子どもによって食べる量を変えることができる
- 主菜、副菜は温かいものが出せる
- 自分で遊びに区切りをつけて食事に行くことができる

問題点

- 皿を持って並んでいる待ち時間ができる
→並んでいる間にご飯、汁物が冷めてしまう



H31年 春 各テーブルで自分の食べきれる量を考え、取り分ける

改善された点

- 食事の準備に、子どもが主体的に関わることができる
 - 食べきれる量を考え、よそうことで、食べ残しが減り、また自ら進んで食べようとする(好きなものは多く、苦手なものは少なくできるため)
 - 保温ができるおひつや、食缶で出すのでいつでも温かいごはんを食べることが出来る
 - 異年齢で一つのテーブルを囲むので、大きい人が小さい人のできないことを手伝うなど交流が増える
- 大きい人の自己肯定感が育ち、小さい人にとっての憧れになっていく
- 小さい人と食べることで、刺激され意欲的になり食事がスムーズになった



おひさまの森のごはん

～旬の食材を美味しく食べよう！～

一年中、いつでも、大抵のものはすぐに食べられるようになった今。野菜や魚の「旬」の時期が忘れられようとしています。こういった状況は食生活を豊かにしている反面、季節感をなくし、味わう感覚を鈍くしてしまいます。旬の食材を生かした料理は子どもたちに季節を知らせてくれます。おひさまの森では、その時期、その時にしか味わえない旬の味を大切にしています。

五感をフルに使う！

季節の食材が出る時には、みんなで食材を観察したり、触って感触を確かめ、匂いを嗅いでみます。菜園で収穫した時の音やクッキングで調理をした時の音を聞き、その後に美味しく味わいます！五感をフルに使い、体全体で「旬」を感じます。

おひさまの四季

春

たけのこ、菜の花、にしん、そら豆
よもぎ、春キャベツ、アスパラなど沢山！

春は旬の食材の宝庫！おひさまのごはんも旬のもの
でいっぱいになります。また春の食材には独特のク
セがあるものが多くあります。菜の花やそら豆の



苦み、たけのこのえぐ味やシャキ
シャキとした食感、よもぎの香り
など普段とは違う旬の味が味覚を
育てます。

夏

みんなで育てた夏野菜！
旬のいわしも触ってみよう！

園庭の畑で夏野菜を育てます。子どもたちは自分
たちで種を植え、毎日水をやり、世話をしないと
育たないことを知ります。

いわしは包丁を使わず手開きにします。ぬるぬる
したお腹に指を入れ内臓を
掻き出し、血が出る様子から
「すべての食べ物は「生きて
いる」、そう感じる体験にな
ります。



秋

芋ほり、とうもろこしもぎ！

近隣の農家の畑を借り、芋ととうもろこしを沢山収
穫！！収穫した芋やとうもろこしは、園で貯蔵し1
2月頃まで使います。いもち、じゃがバター、肉
じゃが、スイートポテト、サラダ、スープ、変わり
ご飯など自分の収穫した野菜が
様々な姿に変わっていくことに
気づきます！



冬

身体を温めてくる根菜中心！
道産の冬の味わかさぎも！

冬になると、きゅうりやトマトのような夏野菜は
ほとんど出ません。体を芯から温める根菜や生姜
の入ったメニューなどを食べ、寒い冬にも負けな
い体づくり、元気に遊びます！毎年2月には
道東の網走から届いたわかさぎも登場します。去
年も触ってみたことを思い出し
湖の氷の中にいることや、お
父さんと釣りに行くことを
教えてくれる子もいました。



命をいただく活動 ～「かわいそう」で終わらせない～

きっかけになったのは3年前…クリスマス給食で丸どりが出た際丸どりを切り分けているのを見て、子どもが「かわいそう」と言った。

「確かに可哀そう…。でも肉、魚を私たちは食べている。そのおかげで健康な体ができている」

○子どもにどうやって伝えていくか課題意識を持ち、活動を行うことにした。

『しんできた』『やきざかなののろい』などの絵本を読む
◎食べた物の命が自分たちの命につながっていくことに気づく

鮭、にしん、イワシ、わかさぎなどの魚をさばくのを見る
◎実際に見て触り、匂いを嗅ぐことで五感を通して魚を知る

命をいただいて生きていることを感じ、知る経験を増やしていった。

給食の先生が美味しくしてくれとことを感じながら、食べる意欲が育つ。



「かわいそう」だけで終わらない、その先を子どもに伝える実践へつながっている

一食の活動一



出汁を大事にしています！

出汁の旨味で塩分を少なく、素材の味を感じられるようにする。



古代から伝わる火

木・火・土・金・水の中の火おこしを通して生きるために必要な「火」の大切さと温かさ、怖さを知る。



飯盒

田植え、生育、収穫、脱穀の大変さを体感する。
作ってくれる人に感謝し、お米の大切さを感じる。



おひさまの森のクッキング ～みんなで編み出したクッキングの方法～

クッキングでやってきたこと



・クラス単位で一斉にクッキングをするのではなく
少人数グループで行う…待ち時間なく仕事をやり遂げる
達成感を味わう。

- ・収穫したものを自分たちで調理する。
- ・年長の最後のクッキングで子どもが献立を考える。

…例)麻婆豆腐チーム

チキンのトマト煮チーム

・2歳後半くらいになると近くのスーパーへ買い出しに行く。

○子どもが主役になって作り上げていく。



○子ども扱いせず一人の人として認めている。

○本物を与えることに意味がある。



子ども専用「キッチン」の良さ

- ・高さが子どもに合っているので、
刻みや加熱調理がしやすい。
- ・調理器具がすべキッチンの中に
揃っている。
- ・準備から片付けまで子どもがで
きる。

クッキングで育ったこと

年長までは…

食材を知る

・肉・魚・野菜の触感、匂い、
大きさ、形、柔らかさ・固さを感じ
る。

大きい人が作っている ことへのあこがれ

・かっこいいな、いつか私もした
い、と思う気持ち。



年長では…

役割分担

- ・「自分がやる」「自分が先」という
言葉がなくなる。
- ・自分の役割を最後までやり通す、
茶碗洗い・片付けまでやりきるよ
うになる。

作ってくれる人へ 感謝の気持ちが芽生える

- ・作ることの大変さを実感する。
- ・毎日作ってくれる人の大変さ
に思いをめぐらせる。

年長の活動:旭川の自然と文化 ~目指したのは細切れにならず、繋がる保育~

保育士が活動のゴールを決めてそこに向かうのではなく、子どもと大人と一緒に暮らしを作っていく、繋がる保育(連続性のある体験)を意識することで、子どもたちは主体的に、生き生きと遊び・活動しました。その中で様々な力が芽吹いていることが感じられました。

自然の中の活動・外遊び

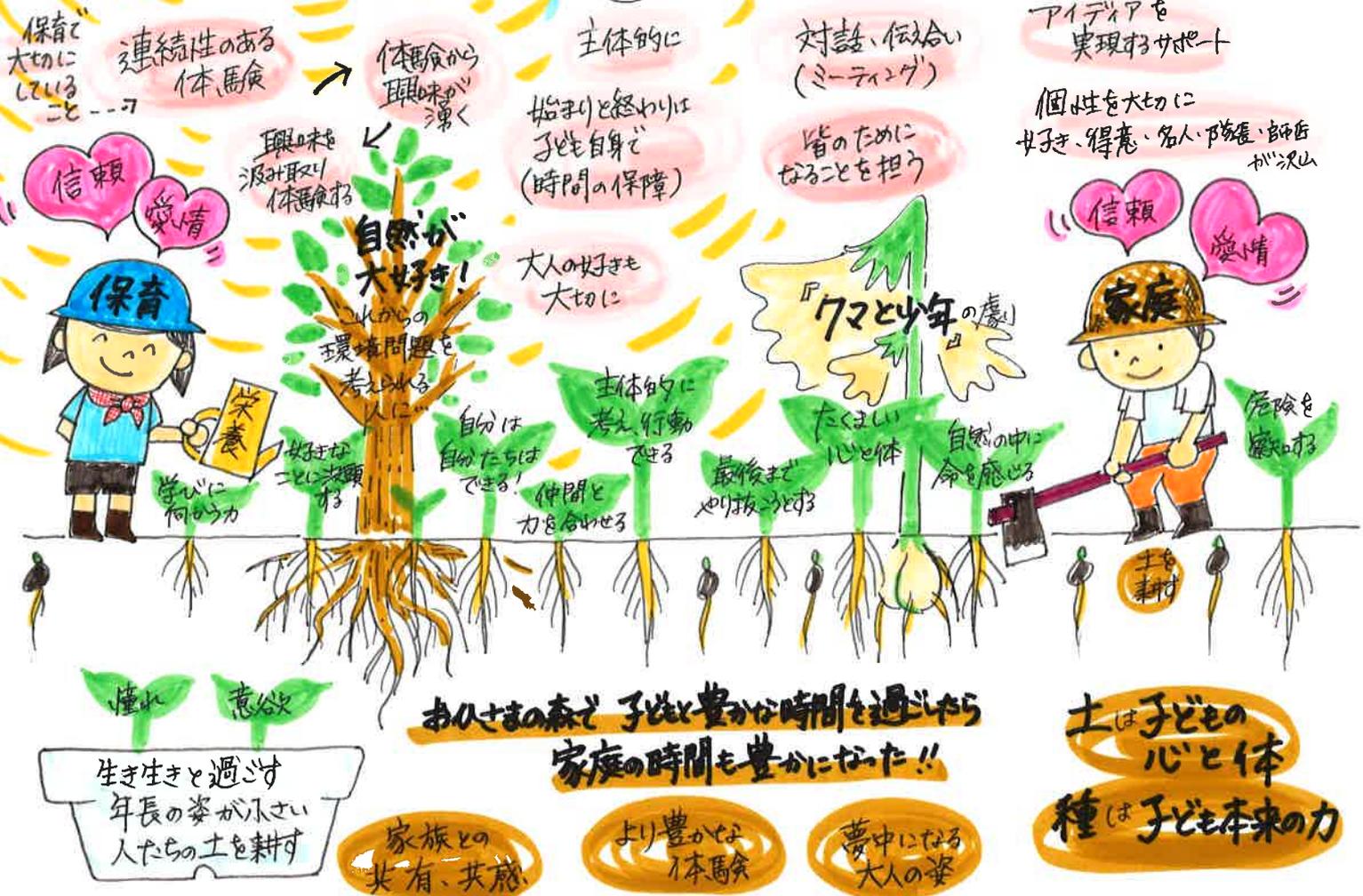
園庭、遊歩道、堤防、忠別川
神楽岡公園、北邦野草園
嵐山、丸峯
鳥、植物、木、虫、小動物、魚、
木、土、金、水等、見て聞いて触れて
嗅いで味わって... 感じているからこそ
知る、覚えることが楽しい!!

旭川の文化

アイヌ文化・稲作
サケの遡上する川
旭川博物館、アイヌ記念館
旭川動物園
絵本作家:あべ弘士等

暮らしを営む

食(栽培・フックング・焚火)
季節の行事、季節の手仕事
自分たちの環境作り
(のこぎり、金づち、鋸糸遣等)
生き物の飼育



身近な自然や文化・環境は、誰にも平等にあるけれど、それらがどう見えどう感じるかは、何に興味関心があり、どんな体験をしてきたかによって変わります。子どもたちは、連続した日常の体験の中で、経験から自分で考え、閃き、それを仲間と共有して主体的に活動する人になりました。私たちはそんな彼らを、“よく遊び・よく働く人たち”と呼んできました。子どもたちの見ている景色が豊かになると、周りの小さい人たちが変わり、園の職員が変わり、そして家族の時間が変わっていきました。

保育には、【見えている景色の見え方・感じ方を変える力がある】【子どもの時間のみならず、家族の時間を豊かにする力がある】おひさまの森での毎日がそう教えてくれました。そして、それが【子どもたちの人生をより豊かにしていく】ことを、私たちは信じています。

