

## 「子どもの成長に相応した 安心安全な食習慣とは？」（0歳児）

**背景** 11か月で入所したAちゃんは、保育園で提供する離乳食になかなか慣れず「いやいや」をする毎日でした。家庭の様子を伺うと、離乳食作りが進んでおらず、市販の離乳食や大人と同じ食事をとったり、両親と一緒に食べる習慣のない様子が見えました。そのため、安定して安心して食事をとれることや、生活できることを願っていました。Aちゃんが自ら食事に向き合えるように、安心して食事を楽しめるようになって欲しいと、願っていました。

**場面** 食事の時間がはじまると、泣いてスプーンを払いのける、口を開けない、食具に抵抗を示すため、ミルクを飲んでお昼寝するようになっていました。なかなか慣れないため、お母さんと相談し様々なスプーンを用意し試してみたり、家庭で使っているものをもってきてもらったりしながら、様子を見ることにしました。お母さんと話をしていくうちに朝の起床やミルクの時間もバラバラなことがわかったため、決めた時間に起きるようお願いしてみました。

この日はお母さんが早起きし、ミルクも早くから飲ませて登園してくれました。食事の時間になり「おいしいよ。あ〜ん」と口に持っていくといつも通りいやいやするものの、口に入れることができました。みんなでたくさんほめ、その時は少しずつ職員の声掛けに合わせて口を開くようになり、口に入れるたびに褒められ、表情も緩みAちゃんにも笑顔が見られました。職員みなでお母さんに報告し喜び合うことができました。苦手な触感や味のものもあり「いやいや」をする日もありますが、用意されたものを食べてくれる日が増えていきました。食具を使う様子はまだまだありませんが、手づかみ食べの合間に、食具を手を持って振ったりご飯カップに入れてみたりし、興味が出てきました。

まんま おいしいよ



どのスプーンだとお口をあけてくれるかな…



## 保育士のおもい

- ・一人一人の生活のリズムや発達に相応した援助をし、安定した良い食習慣が整っていくようにしたい。手づかみ食べを十分経験しながら、食べる意欲や喜びを味わってほしい。
- ・和やかな雰囲気の中で、おいしく食べる楽しさを味わってほしい。
- ・保護者との信頼関係を築き、相談に乗りながら一緒に子育てを進めていきたい。
- ・子どもの日常生活を把握し、慣れない食生活を安定させていく。
- ・気持ちにゆとりのある保育をしていく。

## 保育士のかかわり

### \*家庭と一緒に子どもの成長を見守る姿勢

お母さんの気持ちに寄り添い、一緒に子育てしていくという視点で、支援や情報交換をする関係ができ、生活リズムや離乳食の進め方についても改善されてきました。お母さんと一緒に子どもの成長を喜んだり、お母さんの頑張りを認めたりすることで、Aちゃんも大きく成長しました。

### \*安心できる環境作り

家庭の状況に近い環境を作ったり、手づかみ食べも十分経験したりしながら、毎日同じ保育士が優しい言葉をかけ、ゆったりと離乳食を進めたことで、少しずつ慣れ、喜んで口に運ぶことができるようになっていきました。

じぶんで食べられるよー！



はいどうぞ！ おいしいよー  
いっぱい食べてね！

## 考察

年齢が低いほど、子どもの家庭環境や育ちによって食に関する差が大きいと思います。その子に合う食具を用意したり、家庭に近いものにしたたり、個別に対応することで安心して食事ができるようになってきたと感じます。家庭の生活リズムや食生活、子育ての悩みや心配など、打ち解けて話をするまでには時間がかかる場合もありますが、子どもの変化や保育士の配慮に気持ちが動き保護者とも信頼関係を築くことができます。乳児期にのびのびと健やかに育つためには、家庭と一緒に生活リズムの感覚が芽生えるよう整え、保護者の気持ちに寄り添い、親身になって耳を傾けていくことの大切さを感じました。

## 安心できる環境（ 「ないないできるよ」1歳児 ）

### 背景

おやつ・給食のポーチの片づけに挑戦している子どもたち。給食を食べ終えた後の「ポーチ」の片づけをする子どもは保育士の「クルクルしてみよう」の声かけに「クルクル〜」「できた！」と挑戦してみようとする子もいれば「いや」と言ったり食べ終わるとすぐに席を離れ遊びだす子もいる。そこで「ないない」できたら 「ぎゅーしよ」と片づけに挑戦することができたとき、ポーチを自分のカバンにしまいにいくことが出来たときなど、子どもたちと「ぎゅー」をして一緒に喜びながら片づけへのやる気へと繋げていった。すると、子どもたち自身もポーチを片付けると保育士に「ぎゅー」とハグを求めてくるようになり片づけに挑戦する子が増えてきた。

### 場面

おやつを食べ終わると、かごから自分のポーチを取り、席に戻ってくる。  
ポーチにしまっている。



クルクルできるよ



やってみるの。すごいすごい



できたよ！ ギュッ！うれしいな



Sちゃんもギュッ！

### 保育士のおもい

- ・自分でやりたい気持ちを受け止め、挑戦を温かく見守り、出来た時の気持ちに共感したい。
- ・保育士に信頼感を持ち、安心して自分の気持ちを表現してほしい。

### 保育士のかかわり

#### \*子どもの思いを受けとめ、見守る

“自分でやりたい”という子どもの思いをしっかりと受けとめ、見守りことで、子どもは安心感を持って挑戦できる。

#### \*できた喜びを共有する

始めはうまくできなかつたとしても、くりかえしやってみるうちに出来るようになることを経験し、喜びを味わう。保育士と喜びを共有することでまたやってみることにつながる。

### 考察

無理にさせるのではなく、保育士と一緒に楽しんですることでやってみようとする姿に繋がった。子どもの気持ちに寄り添い、挑戦できたことに対して一緒に喜ぶこと、また片付けが難しくても一緒に行くこと、そばで見守ってくれる保育士がいると認識することで安心して様々なことに挑戦できるようになることを感じた。

## 子どもの興味や安心につながる保育 「ぼくも、わたしもやってみたい！」(1歳児)

**背景** Aくんは4月から、保育園に入園しました。はじめての園生活のため、当初は緊張する姿が見られ、自由あそびでは友だちが遊んでいる様子をうかがっている姿も見られました。また、着替え、食事、トイレなどの基本的な生活習慣にもはじめてのことが多く戸惑うこともありました。

そのためAくんが「園生活に慣れ、安心して過ごしてほしい」と願い日々、Aくんの気持ちを受け止めながらスキンシップをとったり、基本的な生活習慣の仕方をゆっくり丁寧に伝えながら一緒にやったりしました。

**場面** ある日、保護者から連絡帳にて「トイレでおしっこができるようになりました」と連絡がありました。お昼寝起き、オムツが濡れてなかったので「Aくんトイレに行こう」と誘ってみました。すると「せんせい！でた！」とニコニコとした表情でした。「Aくんおしっこでたね！やったあ！」という「やったあ！」とハイタッチ。その様子を見ていた、Bちゃんもズボンを脱ぎ、トイレに行ったので「Bちゃんもトイレに座ってみる？」と誘うと、トイレを指差して、領き便座に座り、おしっこが出ました。「Bちゃんもでたね！やったね！」とハイタッチをして出来た喜びを共有していると、他の子どもたちもトイレに集まり、座ってみようとするようになりました。

その後、1歳児のクラスの子ども達は、トイレに行くことに抵抗なく意欲的に行っています。



## 保育士のおもい

- ・新しい環境や生活リズムに慣れ、保育士との触れあいの中で安心して過ごしてほしい。
- ・保育士と一緒に身の回りのことをする中で、自分でやってみようとする意欲や関心を育みたい。

## 保育士のかかわり

### \*家庭との連携を大切にしながら、その子の成長を見守る

園での様子を伝え、家庭での様子を聞きながら、無理なくトイレに誘ってみる。また“やってみよう”という気持ちが湧くような関わりを大切にし、自分でやろうとしている時にはゆっくりと見守り安心して生活できる環境を整える。

### \*快・不快を知る

おむつ交換や、トイレに行く際は「きれいになったね」「気持ちよくなったね」など言葉掛けし、心地よさが感じられるようにする。

### \*できた喜びを共有する

やってみようとする姿を認めることが、意欲を育むことにつながる。また友だちがやってみようとする様子を見て、自分もやってみようという気持ちがうまれるので、褒め合い、認め合う経験を積み重ねていく。



なんだろう…

どうしたのかなぁ…

わたしもやってみよう!



## 考察

普段の子ども達の様子を観察しながら、気持ちをくみ取ることが大切だと感じました。また、「やってみよう」という気持ちを尊重し、必要な時は援助しながら、自分でできることは見守ることが必要だと思いました。「できた!」という喜びを共有しながら、自信につなげていけるようにし、友だちの姿を見て、また自分も「やってみよう」という気持ちを育てていけたらと思います。

## 安心できる環境「てつだって！」(3歳児)

「入らないよ！やってよ」と叫んでいるT 「Tくん、どうしたの？」「できない。やってよ」「かばんをおろしてから入れてごらん」というと、カバンを下ろして入れてみようとしている。Tの横で様子を見守っている。「Aせんせい、てつだって」そっと手を添えて手伝う。T「できた」と嬉しそうに保育士を見ている。「自分でできたね」「うん」T満足そうにカバンを片付けると遊びはじめた。

**背景** 「ぼくをみて、やってほしい」の気持ちが強いT、できないことがあると、誰かが声をかけるまで泣き続けることが多かった。「そういう時はてつだって、っていうとお手伝いするよ」と繰り返し声をかけ、一緒に行ってきた。

**場面** 困ったことがあると泣き続ける姿

「てつだって」っていいね



できない



「Aせんせいてつだって」  
「いっしょにやろう」

「手伝って」言いに来たけれど、「ちょっとがんばってごらん」と見守った結果、自分でできました。



できたみてみて

### 保育士のおもい

- ・自分から「てつだって」と言ってほしい。言えるようになったら、自分でもやろうとする姿につながってほしい。保育士の見守りがあればいろいろなことに挑戦できるようになってほしい
- ・無理にさせるのではなく「待ってみよう」

### 保育士のかかわり

\*気持ちに寄り添った対応・・・気持ちを受けとめる、温かい言葉かけ、一緒にやろう、励ます、等子どもが安心していられる

\*できた喜びに共感する・・・できてもできなくても頑張ったことを認める、褒める

\*無理をさせずその子のペースで・・・一人一人にあわせて

### 考察

- \*例えば、ロッカーにかかっているかばんに物が入らない時「手伝って」が言えるようになってからは、「かばんをおろしてからいれてごらん」の声かけで自分でやってみようとする姿につながっている。
- \*すべてを「てつだって」ではなく、「先生こっちやって」など、自分でもやろうとする姿に変わり、その時の本児の様子にもよるが「見てるからやってごらん」見守りで自分でできることも増えた。
- \*できないけどやりたい、見てほしい、などの気持ちを受け止め、どうしたらできるか一緒にやってきたことで、助けを求めたり、自分でやってみようとする姿に繋がってきたと感じる。また、泣いて切り替えができない時間がぐんと短くなった。

## 「おもちゃ貸して！ 使っているからダメ！」（4歳児）

**背景** 友だちと関わり遊ぶ中で、おままごとで料理を作ったり、作った料理を友だちに提供したりするを楽しんでいました。自分の思いや気持ちを少しずつ、言葉で伝えようとする場面も多くなってきましたが、言葉にして伝えられるようになってきても、子どもたちそれぞれに様々な気持ちがあり、うまくいかないこともあります。

**場面** いつものように子どもたち同士でおままごとを楽しんでいました。遊んでいる際に、「使っているからダメ！」という大きな声が聞こえてきました。「おもちゃ貸して！」と、A君の使っているおもちゃを使いたくなってしまったBちゃん。しかし「使っているからダメって言っているでしょ！」とA君。A君はまだ遊びたいし、Bちゃんはどうしてもそれを使いたい。しばらく「貸して」「使っているからダメ」というやりとりが続いていました。子どもたちの様子を見守っていましたが一向に解決する様子がなく、保育士が声を掛けに行こうとすると、ずっとその様子を近くで見ていたC君が「これでもいい？これ使ってもいいよ？」とBちゃんに持っていたおもちゃを手渡しました。「いいの？ありがとう！」とBちゃんも笑顔になり、またみんなで遊び始めました。

使ってるから  
ダメ！

おもちゃ貸して！



これでもいい？  
これ使ってもいいよ？



いいの？  
ありがとう！

### 保育士のおもい

- ・友だちにも様々な思いや気持ちがあることを知ってほしい。
- ・仲が深まってきたからこそ、友だち同士で解決することができるようになってほしい。
- ・友だちに手を差し伸べようとする気持ちを持てるようになってほしい。

## 保育士のかかわり

### \*子どもたちのやりとりを見守る

“おもちゃを貸してほしい”という気持ちと“使っているから嫌だ”という気持ちは、保育士が間に入っても、お互いが納得することが難しいと感じたため、子どもたちに任せてみようと声を掛けずにやりとりを見守るようにしました。保育士が間に入らず見守ったことで、様子を見ていた子が手を差し伸べ、子どもたち同士で解決することができました。

### \*友だち同士で解決できたこと、おもちゃを貸したことを褒める

自分たちで解決できたことや、おもちゃを貸してくれた姿を認めたり、感謝を伝えたりするようにしています。そうすることで、自然と周りの子たちも友だちの良い姿を見つけ、「優しいね」「すごいね」と褒める姿もみられるようになりました。

### \*嬉しかったこと発表をする

保育士が嬉しかった場面を発表する日を作っています。その場面を伝えることで、友だちの素敵などころを発見できたり、子どもたちの自信にも繋がったりしていくように思います。

## 考察

- ・BはAのおもちゃを使いたい！Aは貸したくない！など、子どもたち一人ひとりにそれぞれの思いがある中で、自分の気持ちを言葉に出せることに成長の兆しが見えました。
- ・お互いに使いたい気持ちがある中で、そのやりとりを見ていたCはどうしたら皆が楽しく遊べるかを考え行動をしてくれた姿をみて、保育士がすぐに声を掛けたり、間に入ったりせず、子どもが思いを言葉や動きで表そうとしているときは、先回りせず待つことの大切さを学びました。こうした経験の中から「自分以外の人にも同じようにいろいろなことを感じている」「人の気持ちは自分とは違う」と理解でき、思いやりの輪が広がっていくのだと感じます。
- ・優しくしてもらったから優しくしてあげたい、保育士に話を聞いてもらえたから友だちの話にも耳を傾けたいなど、保育士の「優しい言動」や「思いやりのある考え方」など、優しいまなざしのある中で子どもの育ちはあるのではないかなと思います。

## 「静かがいい！ 静かがイヤ！」（5歳児）

**背景** Aちゃんは周りの音に敏感で、午睡の時は静かな環境を好み、年中の時から午睡は押し入れの下に部屋を作り、そこで眠っていました。年長になり、身近な素材で作成した囲いがあれば、みんなと一緒に午睡ができています。Bちゃんは年長になり、こども園から転園。午睡の習慣がなく、午睡になると涙を流すBちゃんは、「お昼寝は静かすぎて嫌なの」と話します。

**場面** 「静かに眠りたい」「静かなのはイヤ」という双方の思いを聞き入れてあげたいと願う担任ですが、同じ部屋でどのようにしていこうか…。まずは午睡の習慣がなく、涙を流すBちゃんのためにオルゴールのCDを流し、安心して眠れるように考えました。保育士の提案をBちゃんは「いいね」と受け入れ、Bちゃんに確認してCDもBちゃんの好きな“ジブリ”にしました。Bちゃんはジブリの曲を聴くことを楽しみにし、涙を見せずに午睡ができるようになりました。

一方、Aちゃんかというと、「オルゴール、うるさいから眠れないじゃん！」と保育士に不満を訴えます。保育士は午睡時にAちゃんに添い寝をしながら、「ごめんねAちゃん、Bちゃんは保育園が初めてで、お昼寝も初めてなの。なんだか静かになった保育園が怖く感じるんだって。だからお昼寝の時、BちゃんのためにCDをかけてあげてもいいかな」と、Bちゃんの心境を丁寧に伝えました。すると怒っていたAちゃんは、「いいよ、仕方ないじゃん！」と納得し、CDを聴きながら眠りにつきました。

その日の寝起きに「Aちゃん、CDをかけても眠れたね。協力してくれてありがとう」と保育士が話すと、「うん！明日もCDかけてもいいよ！」とAちゃんは嬉しそうに話します。一方のBちゃんも寝起きに「おはようBちゃん、眠れたね」と保育士が声を掛けると、「CD嬉しいんだー」との返事。保育士がBちゃんに、Aちゃんが協力してくれたことを話すと、Bちゃんは自分からAちゃんに「ありがとう」とお礼を言いに行きました。Bちゃんもとても嬉しそうです。

保育士は二人の話を、帰りの会でみんなにも話しました。するとクラスのみんなは「すごいね！」と二人に声を掛けに行き、一緒に喜ぶ姿が見られました。

現在は午睡時にCDをかけていません。Bちゃんが園生活に慣れてきた頃、保育士が「今日からCDなしにしてもいい？」と尋ねると、「やってみるよ」との返事。CDが無くても午睡ができ、寝起き、「先生、眠れたよ！」と自信に満ちたBちゃんの笑顔が見られました。



### 保育士のおもい

- ・午睡の環境について、「静かがいい!」「静かはイヤ!」と真逆になっている二人の気持ち…。二人の気持ちを見無視して、無理矢理寝かせつけたりせず、お互いが気持ちよく眠りにつくためには、どんな方法があるのだろうか。子どもたちの気持ちを丁寧に聞き取り、解決したい。
- ・お互いの気持ちに気づき、歩み寄りの気持ちが持てるようになってほしい。

### 保育士のかかわり

#### \*Aちゃん、Bちゃんの心情を確認し、気持ちに寄り添ったそれぞれの対応

今回、涙を流していたBちゃんにはオルゴールCDをかけることにしました。ここで我慢をしてもらわなければいけないAちゃんに対して、保育士がBちゃんの気持ちを代弁し、Aちゃんに伝えるという丁寧な仲立ちが、解決の大事なポイントになっています。保育士がBちゃんに対し、Aちゃんが協力してくれたことを伝えたことも、二人の心が近づくことに繋がりました。

#### \*眠れたこと、協力してくれたことを認め、子どもと対等の立場で感謝の気持ちを伝えた

保育士が、AちゃんとBちゃんの行動について、自ら感謝したり褒めたりすることを大事にしています。Aちゃんは協力できた自分に、Bちゃんは眠ることができた自分に対して、自信や満足感が得られ、お互いが優しい気持ちで言葉を交わす姿も見られました。

#### \*クラスの友だちが二人の思いを汲み取り、みんなが感謝や労いの気持ちを持てるよう共有した

AちゃんとBちゃんの様子を見守っていたクラスの友だち。二人の頑張りや優しさを、保育士がクラス全員に伝えたことにより、クラスの子どもたちの心が動き、二人の思いに寄り添いました。クラスの友だちが、二人に言葉を掛けに行く姿は心が温まり、クラスが優しい空気で満たされました。

### 考察

子どもたち一人一人の気持ちを大事にしたいという保育士の心（養護の働き）が、工夫や丁寧な仲立ちなどの形（養護）となり、気持ちの良い解決へと繋がりました。このような保育士の思いやりある行動をモデルとして、他者の感情や、相手の視点に気付くなど、人と関わる力が育っていくことになるのだと思います。

## 共同性をはぐぐむために「自分の思いを伝え合おう」(5歳児)

**背景** Aさんは、発想がユニークで色んなことを思いつき、クラスの中でも遊びをリードしてくれる存在です。しかし、時々自分の思ったようにならないことがあると相手を責め自分の主張ばかり言うことがあります。担任が「思ったようにならないようなこともあるかもね」と事前に話しても、いざ想定外のことが起こると怒りだし、時には泣くこともありました。そうすると、それまでやっていた遊びやクラスで活動していたことが中断し周りの友達も困ってしまうことが度々ありました。担任はAさんが、毎日の生活で様々な経験をする中で、自分の思いも伝えつつ、相手の思いを気づけるようになってほしいと思っていました。

**場面** 田んぼに水が入り、「田んぼを見に行ってみたい」「カエルを捕まえたい」との声が聞かれみんなで行くことになりました。途中の小川でカエルを捕まえるために必要な道具はそれぞれが用意します。子ども達は、思い思いに道具を持ち準備を始めカエルや虫を探しに出発しました。

子ども達は川の様子をよく観察しながら、生き物のいそうなところを見つけて探し始めました。Aさんは、Bさんが探そうとしているところにきて「Aもいっしょにもやらせて」と言いましたがBさんは、「ひとりで、やりたいから」と断りました。すると、Aさんは「なんでだよ！Bひどい」と怒りだし、今にも体当たりしそうな形相です。それを見ていた、担任は、「Aさん、こっちに虫いるかもしれないから一緒に探そう」と誘います。Aさんは仕方なく、担任と虫探しを始めました。しばらくして、気持ちが落ち着くと、「Aね、Bさんカエルつかまえるのじょうずだからいっしょにやりたかったんだ」と話し始めました。担任は「そうだったんだね、せっかくそう思ったのに一緒にできなくて悲しかったんだね。それなら、そのことをBさんにいってみたら？Aさんの思っていること、いかなかったからわからないのかも。それに急にAさんが怒ったからびっくりしたのかも、どうすれば良かったと思う」と尋ねました。

Aさんはしばらく考えて「おこらないでいえばよかった」と答えてから、もう一度、Bさんのそばに行き「Bちゃん、おしさがすのじょうずだね、やりかたおしえて」と静かに声をかけました。Bさんはしばらく考えてから笑顔で「いいよ、ここにいそうだよ」と答えて虫探しが始まりました。

園に戻ってから担任がBさんに「さっきAちゃんにじょうずっていわれてどうおもった」と尋ねると「すごく、うれしかった」とこたえました。「じゃあ、そのことAちゃんにいってみたら」と言われ「さっき、うれしかったよ」と伝えるとAさんも笑顔になりました。

その後、担任は「Aちゃん、おもっていたことBちゃんに言えてよかったね。素敵だったよ」とAさんに声をかけると「うん、いってみてよかった」と答えました。



### 保育士のおもい

- ・相手の気持ちを知ってほしい。
- ・自分の気持ちを言葉で伝える経験を増やしてほしい。
- ・友だちに、自分の気持ちが伝わった嬉しさを体験してほしい。
- ・友たちと協力して遊んだり、活動したりする経験を増やしてほしい。

### 保育士のかかわり

#### \*こどもの気持ちに寄り添う

こどもの行動の裏側には、言葉だけではわからない思いがあり、そのことを想像し言葉にして伝えることで、本人も気づかなかった思いを実感することができる。

#### \*相手の気持ちに寄り添い、どうすれば良いか一緒に考えてみる

子どもの気づかなかった相手の思いと一緒に考え、子どもが自分で答えを見つけるまで、時にはじっくり待つことが大切になります。

#### \*自分の言葉で伝える経験を認め、褒める

友だちとうまく関われなかった経験も大切。そこで、保育士はどうすれば良いか一緒に考える存在になってあげたいですね。

### 考察

子ども同士の関わりの中で、保育者はどのような言葉かけや対応が最善なのか迷います。しかし、常に子どもの思いに寄り添い、子どもの力を信じて励まし見守ることが、子どもの育ちや自身に繋がるのだと思います。対応方法でうまくいかなかった時は、先輩や同僚と共に考え、他の考え方や関わり方を試してみてもはどうでしょうか。