



## 子どもたちの食に寄り添う

～ ひゅーるぼんの給食先生として ～

管理栄養士 伊藤 綾香

私は、児童発達支援センターひゅーるぼん「ひよこ組」で給食業務をしている管理栄養士の伊藤綾香です。ここでは、私がひゅーるぼんで働くことを決めてから現在に至るまでの、管理栄養士としての葛藤や悩み、そこから私なりに感じたことを書きたいと思います。

大学4年の秋、私はすでに実家のある地元企業で働くことが決まっていた。そんなある日、クラスのホームルームの時間にスクリーンに映し出された求人情報のひとつが目飛び込んできました。

「ひゅーるぼん」という面白い名前が気に入り、求人情報に目を向けました。そこには仕事内容として「障がいのある子どもたちの給食作りと保護者に向けた食育」と書かれてありました。私はそれまで障がいのある子に関わった経験もなければ、関心があったわけでもありませんが、興味を持ち、自分にできることがあるかとも思い、すぐに見学のお願いをしました。

ひゅーるぼんは、建物が新しくとても清潔感があり、周囲には自然もあってあたたかい印象を受けました。スタッフの人もみんな笑顔で迎えてくれ、そのたった一回の見学で私はここで働きたい、と強く思い、その場で採用試験を受けたい意思を伝えました。それから、私は必死に勉強しました。栄養士ではなく管理栄養士としてひゅーるぼんで働きたかったからです。管理栄養士の国家試験合格に向けて、毎日、大学のゼミ室に一番最初に行き一番最後に帰る生活を繰り返す毎日でしたが、その時間は苦ではありませんでした。なぜなら

ひゅーるぼんで働くことをイメージするとワクワクしたからです。

その後、試験に無事合格しひゅーるぼんで働くことになりました。しかし、ここから葛藤の毎日が始まったのです。私は、考えが甘かったのです。子どものごはん作りなら、やればなるようになる、と、どこかで思っていたのだと思います。しかし、自分の作った食事を子どもたちが食べるということの責任の重さに襲われました。衛生管理などは大学で勉強し基本的知識は身につけていましたが、実際の現場となるとまた違ってきます。大丈夫だろうではなく、絶対に大丈夫という確信を持って食を提供しなくてはならないのです。食材の大きさや、硬さ、味付けの濃さなど本当に私が作っているものは子ども達にとって良いものなのか、作っている時も自問自答を繰り返しました。本屋へ何度も行き、役に立ちそうな本を片っ端から読んでみましたが、どれもありがたきことばかりで参考になりませんでした。そんな時、理事長に紹介してもらい西部こども療育センターの管理栄養士の先生の元へ研修に行く機会をいただきました。恥を承知で基本的なことから教えていただき、子ども達への関わり方や考え方を学びました。そこから私の考え方は少しずつ変わっていきました。本に正解は書いてない。答えを知っているのは子ども達自身なんだと。子ども達、一人ひとりの様子をしっかりと観察して、食材提供の形態を変えていきました。しかし、自分の作っているものに自信がなくなり、給食を食べている子どもたちの様子を見に行くのが怖くなり、子ども

たちから逃げてしまっていた時期もありました。けれど、気づけばいつも子ども達のことを考えている自分がいました。友人とご飯を食べに行っても、お酒のおつまみでさえも子ども達に出すなら、と考えることもあります。また、出来上がったものを見て、もっとこうすれば良かった、この食材は違うものにするべきだった、といつも反省を繰り返しています。でも、逆に子ども達にはかえってその反省点こそが好評なこともあります。私は、なかなか自分の作ったものに満足できないのですが、実際の評価は子どもたち自身が教えてくれます。子ども達の無邪気な笑顔や、素直な表情を見ていると今度はどんな料理を食べてもらおうかとワクワクしながら給食づくりをしています。

本当に子どもたちは予測不可能で面白いです。世の中にはいろんな食べ物があって、子どもたちにとっては初めて見るものは怖くて不安かもしれません。しかし「一口食べてみると美味しいかも？すぐ決めつけず、何にでも挑戦してみようよ。」と伝えたいです。実際、初めて出す料理に戸惑う子は多いですが、口にできると「おいしい」「なにこれー？」「やわらかい」「〇〇なあじがするよー！」といろんな感想を言ってくれます。そして、一度その体験をすると、次にまた初めての料理が出て「食べたことないけど、食べてみるー。」と自分から食べられるようになり、子どもの世界が少しずつ広がっていくのを感じます。そういう声を聞くたびに、また新しい食材や調理法を探したくなります。

最後に、私が、伝えたいことは、大人が決めつけないでほしいということです。「この子は、これを食べないから出さない。」「きっとこれも食べないだろう。」という考えが子どもたちの食事の幅を勝手に狭めているかもしれません。子どもたちは、私たちの想像を超えてきます。その時ほど嬉しい時はありません。食べることを一緒に楽しんでほしいです。食べるという行為は、栄養を摂って身体を大きくするという役割だけではなく、交流のひとつとして、休憩のひとつとして、頑張る力を育てる教材のひとつとして、たくさんの役割を持っています。特に障がいのある子は1度こだわりを持ってしまえばなかなか崩すことが難しいように感じます。最初は嫌がり、手をつけようとしなないかもしれないけれど、色々なアプローチで幅広く挑戦していくことをオススメします。味付けや食材の切り方など工夫できることを一緒に考えていきましょう。

将来、子どもたちが大きくなり自分で食べるものを選ぶようになった時を想像してください。いつも買うものが決まっていたものを食べているより、自由に自分で考えて選べるようになっていっているほうが、人生豊かで素敵だと思いませんか？

給食は食べなければならないものではなく、給食の時間を楽しみにし、友だちと楽しく交流し、苦手なものがあっても挑戦してやるぞと思って食べてくれたらうれしいです。

これからも、子ども達の笑顔と驚いた顔など、色々な姿を見られるように安心安全でおいしい給食づくりをしていきます。まだまだ未熟な私ではありますがこれからもよろしくお願ひします。

