

食にみる子どもの発達と学習

外山 紀子

「食育」ばかりである。二〇〇五年に食育基本法が成立して以来、幼稚園・保育園・学校だけでなく、食品・教育産業こぞって「食育」を冠したイベントを開催している。ついこの間、そば屋に入ったら、いまやすっかりおなじみとなったコマの形の「食事バランスガイド」、その横には「そばは健康に非常によい食品だ」というポスターがあった。

国をあげて食育に取り組まなければならぬ背景には、それなりの事情がある。子どもの食については孤食、欠

食、痩せや肥満の増加、生活習慣病の低年齢化が進んでいる。日本型食生活は崩壊し、ライフスタイルの多様化・外食産業の発達などにより、食の外部化率（外食だけでなく、調理済み食品の利用等も含む）は年々高まっている。

こうした状況について、栄養学者なら栄養過剰の中の栄養失調を問題と感じるだろうし、農学者なら残留農薬や添加物に関心を寄せるだろう。心理学の立場から食行動の発達を研究している私からみると、現代日本の食の問題

はその断片性にある。ヒトにとって食は本来的に他者との共同な営みである。しかし近年、他者とのつながりが断ち切れたところで食が営まれるようになってきている。このことがさまざまな問題とつながっているように思う。

食の場を共有する

ヒトにとって食は他者との共同の営みであるというとき、そこには少なくとも二つの意味がある。ひとつは、ヒトは本来的に、他者と食の場を共有し

ようとする存在であること。そしてもうひとつは、食物の獲得から摂食に至る過程の全てを一人で行うことは不可能であり（特に現代では）、食は他者との共同作業としてしか成立しないのだということ。

第一の意味については、拙著『発達としての共食』¹⁾で議論したので、簡単に述べるにとどめる。他者と食の場を共有すること（共食）は、言語や道具の使用と同じように、他の動物とは異なるヒトの固有性の特徴づけるものである。たとえば、生物学的必要性もな

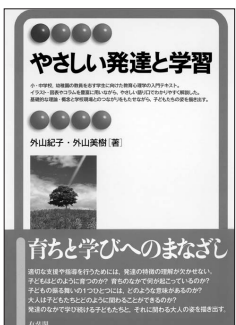
いのに、他者（他個体）に食物をすすんで分配する行動はヒト以外には認められない。なぜヒトにはそれが可能かという点、ヒトは自分が注意を向けるモノに対して他者もまた注意を向けていることを想定した上で、他者の心を推論する高度な社会的能力を有しているからである。さらに、ヒトは食の場を他者と共有するだけでなく、そこに社会的やりとりを持ち込む存在でもある。このことは、赤ん坊の哺乳行動や、食事場面での幼児のふるまいからも示唆される。

現代日本では、孤食、すなわち子どもが一人でもたは子どもだけで食べる食が増えている。共食はヒトだけが享受することを許された特権だが、その特権を行使できる場が少なくなっているのである。

共同作業としての食

さて、第二の意味である。食は環境資源である食物を身体内に取り込むことといえるが、そのプロセスには、食物とするものを獲得あるいは生産し、必要に応じて調理・加工する等の作業が含まれる。摂食は、それら一連の作業の結果としてある。家族の起源は、オスが集団でとってきた食物をメスや子に分け与えたところにあるともいわれているように、ヒトの食の特徴は、このプロセスが他者と共に営まれる点にある。

しかし近年、作業の共同性はあまりに行き過ぎてしまった。共同作業に関わる人の数は膨大になる一方、一人一人の作業は細分化され、断片化されている。他に誰が関わっているのかもわからなくなり、作業の全容を知らぬまま、それぞれが担当部分を引き受けて



外山紀子・外山美樹 [著]
『やさしい発達と学習』
四六判, 304頁, 1890円(税込)

いるのである。その結果として、誰が生産したのか、誰が調理したのか、誰が加工したのかを知らない食べ手が、摂食という最後の部分にだけ断片的に関わる食が増えていく。近年のスローフード運動は、摂食に至るこのプロセスを改めて確認することをめざしたものである（と、私は理解している）。

食の場を他者と共有する機会が少なくなっていること、そして、摂食に至るプロセスの共同性が見えなくなっていること、これらのことが、「野菜嫌いの子どもが増えた」とか、「朝食を食べてこない子どもが増えた」といったことがらとどのように関係するのか、そもそも関係があるのかについて確かなことはわからない。しかし、食の共同性がヒトという種の根源的な部分と深くつながっていることをふまえると、その崩壊はヒトらしさの後退を意味しているのかもしれない。

さんには給食用の野菜を生産してもらうだけでなく、畑の一部を貸してもらってでもいる。そこで園職員と子どもたちがジャガイモやサトイモなどを栽培するのである。その際、Nさんには農業指導をってもらう。子どもたちはしばしばNさんの畑に行くし、Nさんもしばしば園にみえるので、Nさんと子どもたちは顔なじみの仲である。そして最後に、この園の年間行事表は、私の唾液腺をおおいに刺激する。「この日の日のお祝い」といった一般行事の他に、「草もち作り」「エダマメ収穫」

ずいぶんと暗い話になってしまった。ここで、「つくって食べる保育園」に話題を移したい。共同作業として食が営まれる環境においては、実に豊かな学びが展開されることをお話ししたいからである。

つくって食べる保育園

ここ数年ほど、多摩地区にある保育園に出入りさせていただいている。発達心理学者にとって、子どもの観察やインタビューを許していただけるフィールドをもつことは研究者としての命綱である。とりわけ私は、観察のなかから「なぜだろう」とわき上がってくる疑問を研究につなげていくタイプなので、私を受け入れて下さる園の先生方、子どもたちには、感謝してもし尽くせない。「食農保育」で有名なこの園とは、ある研究会をきっかけとして

幸運にも出会うことができた。

この園には、食研究者である私の五感を刺激してくれるものがあふれている。まず、給食がとびきりおいしい。野菜と米、豆、魚（たまに肉）を中心としたメニューだが、味噌汁ひとつとっても、素材の味がしっかりと感じられる。次に、園庭と近隣に借りている畑がおいしいものの宝庫である。園庭にはサクランボ、ミカンといった果実のなる樹木が二〇種類以上植えられ、春から秋にかけては、園庭の一面が田んぼになる。二四mほどの小さな田んぼだが、青々とした稲の上を風がわたっていく光景は実にはすがすがしい。園庭にはイヌ、チャボ、ブタもいる。チャボの卵はおやつに焼いて卵焼きになる。冬にはペランダの柵に漬物用の大根がかけられ、園中にその匂いがある。畑を貸して下さっているのは、Nさんという生産農家の方である。N

「梅干し作り」といった農事が山ほど記載されており、眺めているだけで唾がでてくるのだ。

この園の実践の特徴は、作物栽培活動が生活の一部となっていること、子どもたちは種・苗の植付けから手入れ、収穫、調理・加工、食べるまでの全過程を日常的に経験すること、そして食物が誰によって栽培・調理・加工されたのが子どもたちにも見えることにある。

子どもが学ぶもの

このような環境での子どもの学びは、しっかりと地に足がついている。まず、この園の子どもは、植物を見る独特の「目」をもっている。植物を生物として理解すること——生命認識——は、一般的には幼児には難しい。植物は動かないし、外見もヒトとは大きく隔たっているからである。しかし、この園では他園と比べても生命認識をもつ子どもが多いというだけでなく、植物の成長を単に「大きくなる」

というのではなく、「おいしいもの」に近づく過程」とみる独特の理解がつけられている。⁽²⁾ このような独特の理解は、園庭のブルーベリーの木を見上げ「あとちょっとで食べられるね」と確認しあう子どもの姿、散歩の途中で不思議な実を見つけ「これ、食べられるのかな？」と聞く子どもの姿からもうかがい知ることができると。

生命認識だけでなく、素朴だが経験に裏付けられた社会認識（社会の仕組みに関する理解）も学ばれている。⁽³⁾ 商品の流通過程を正確に理解することは小学生でも難しいものだが、この園の子どもは、食物が「Nさんみたいな人」や「○○先生じゃないけど、そういう人」の手を経ていることに気づいているのだ。もちろん「生産者」とか「流通」といった抽象的なレベルでの理解ではない。しかし、食物が他者の手を経ていることに関する素朴な気づ

きが認められるのである。

園長先生によれば、「これだけの実践をしているのだから、子どもたちは何でも食べるんですか」とか「好き嫌いはいはなくなりませんか」といった質問をよく受けるのだという。しかし「そんなことはない」という。確かに、給食場面を観察していても、「豆ご飯の豆を丁寧によりわけて食べる子どもはいりし、味噌汁の器ににんじんだけ残す子どももいる。しかし、Nさんや園の先生方、そして仲間と共につくって食べる経験は、今後子どもたちが生きていく根っこの部分を確かなものとしてくれるように思う。研究者である私のつとめは「根っこの部分」とか「確かなものとしてくれる」といったことから具体化し、実証することであり、それが園に対する恩返しだと思っている。

本稿では、現代における子どもの発

達と学習の問題を、食について述べてきた。しかし、環境が大きく変わるなかで以前のような枠組みでは子どもの問題をとらえきれなくなってきたことは、食に限ったことではない。そのなかで、大人はいかにして子どもの発達を援助できるのか。この点については、拙著『やさしい発達と学習』⁽⁴⁾をお読みいただければ幸いである。

(1) 外山紀子(二〇〇八)『発達としての共食』新曜社

(2) 外山紀子(二〇〇九)「作物栽培の実践と植物に関する幼児の生物学的理解」教育心理学研究、五七、四九一-五〇二

(3) 外山紀子・野村明洋(二〇一〇)「保育園の作物栽培実践に基づく食物の生産過程に関する学び」日本食育学会誌、四、一〇三-一〇

(4) 外山紀子・外山美樹(二〇一〇)『やさしい発達と学習』有斐閣

(とやま・のりこ)津田塾大学学芸学部准教授