

介護福祉士養成における家政学実習Ⅱ（調理）の一考察

近藤 由岐子

A Consideration of Domestic Science II in a Care Worker Training College through Cooking Practice

Yukiko Kondo

要約

介護福祉士養成教育における家政学系の教育のあり方について、近年検討が必要であるといわれてきている。本学における家政学実習Ⅱ、家政学概論Ⅱを担当しているが、どのような教育が今後必要であるか、現在の授業内容から課題を明確にし、今後のあり方を考えていきたいと考えた。学生に対して食に関わるアンケートなどから、介護福祉士をめざす学生といっても物質的に豊かな時代を生きる学生であり、食に対して特に関心があるというわけでもないということがわかった。今回は家政学実習Ⅱの授業を振り返り、少しでも改善できるようにと、少人数制教育の実施、実技テスト、演習の試みなどを行ってきた。新しい試みの経過と結果を学生の感想をふまえて報告する。さらに、今後は在宅介護を視野に入れ、生活援助という視点からの家政学実習にするために授業内容の検討が必要である。

キーワード：家政学 調理実習 介護福祉 生活援助

2004年10月18日受理

はじめに

介護福祉士養成教育において、家政学は必修の科目である。卒業までに家政学概論Ⅰ・Ⅱで60時間、家政学実習Ⅰ・Ⅱで合計90時間が組まれている。

筆者は前身の専門学校と短期大学での家政学概論Ⅱ、家政学実習Ⅱを7年間担当してきた。介護福祉学会では「介護福祉士養成における家政系科目のあり方について」が課題となっている。田崎裕美、鈴木修子の論文によれば「近年、在宅介護に関するニーズの増大とともに家事援助サービスを支える家政系科目の重要性は認識されてきているが、介護福祉士養成教育におけ

る同科目の内容は必ずしも介護現場のニーズに適合するものばかりではなく利用者のニーズに対して有効性の高い知識技術の内容の検討することが課題となっている。」¹⁾と報告され、今後、家政系科目の内容の検討が強く望まれている。ここでは、特に家政学実習Ⅱの授業を通して、そのありかたと内容の検討をし、少しでも介護福祉士養成に見合った授業内容になるようにしたい。

1. 家政学実習Ⅱの授業の内容と目標

「家政学実習」の目標は「衣・食・住に関するさまざまな技能を実習を通して習得し、かつ

老人や障害者の家庭生活支援能力を養う」と設定されている。

家政学実習Ⅱの範囲は「食」であり、食生活における具体的な目標として筆者は次のように考える。

(1) 家政学実習Ⅱの目標

- ①基本的な調理技術を身につける。
- ②食品についての知識と扱い方について知る。
- ③食品衛生についての知識と技術を学ぶ。調理実習を通して衛生的な器具の取り扱い方や食品の扱い方、調理法や調理器具の片付方などを身につける。
- ④食生活について関心を持ち、自分自身の食生活においても、実践することができる力をつける。
- ⑤対象者に合わせて食生活の計画と援助が出来る能力をつける。
- ⑥コミュニケーション能力を養う。授業はグループワークで行うので、同じグループの人とコミュニケーションをとり、まわりの動きもみながら、作業の計画を立て進めることができる力を身につける。

それぞれにもう少し説明すると、①については基本的な調理操作は取り入れているが、技術的に一通り授業で実施したから身につくかといえば、必ずしもそうではない。これまでの学生自身の生活経験の違いによってかなり差がある。日頃から家事や調理をしている学生にとってはすでに身につけている。しかし、食事のほとんどを親などに任せている者の方が多く、1回くらいの経験で身につくとは言い難く個人差が大きい。従って調理技術は、一人一人の目標も異なってくると思われる。過去に学生が居宅介護実習に行った時、実習先でヘルパーさんに「りんごの皮をむいてください。」と言われ、むくことができないため恥ずかしい思いをしたと言う学生もいた。基本的な調理技術の獲得が重要である。

②については、調理に日頃から携わっていない学生が多いので、旬の食材を使用しながら、できるだけ多くの種類の食品を使用するようにしている。また、若い学生にとっては日頃好んで食しないと思われるような食品（乾物、冬瓜、ずいきなど）も取り入れるようにしている。

③について、身だしなみはもちろんだが、手洗いや食品・器具の取り扱い方、後片付け、整理整頓、器具の点検、床の清掃なども取り入れている。

④については、食生活を自分の生活の中でどのように位置付け実践していくか。調理することの楽しさ、おいしく食べることの楽しさを感じてもらおう。

そして、食に関心を持ち、食と健康との関係を理解する。さらには、食をとりまく社会に関心を持ち、環境のことまで考えられるようにする。授業では食材はできる限り国産のものを使用し、洗剤は石鹸を使い、揚げ物の後は油の処理方法なども取り入れている。今後は生ごみの再利用処理について、実践ができることを検討したいと思っている。

⑤については、食生活を支援するという視点から、必要な知識と技術を身につけ、それを実践できる能力を養う。食生活の援助ということから考えると、介護者として食生活の計画が出来るように、食材の調達から調理、後片付けまでの食の一連の流れをイメージすることが出来る力が必要だ。対象者を理解し、その人の置かれている環境や条件、経済的なことまで考慮して先を見通して計画していく力が求められる。

例えば対象者の方が、血圧が高いからと単に塩分を控え薄味にしても摂取してもらえなかったら何もならないので、授業の中では高齢者向けの調理法と味付けを考えながら工夫して調理をするようにしている。また、高齢者向けの1日分の献立を予算も考えながら作成する課題を提出し実施させている。具体的にグループごとに献立を考え、それを買い物から調理まで行う

という「自主献立実習」を実施してきた。価格の市場調査をしながら、献立を立てることは、多くの学生にとっては初めての経験である。今までは食べるだけであった学生も初めて自分達で献立を考え、それを調理して試食するという経験を通じていかに献立を考えることが大変なことなのかを感じる。そのような体験を通じて、ものを考え創り上げる喜びと達成感を感じたり、あらためて自分の家族に感謝の念を抱いたりする。

⑥についてはグループで一つの献立をつくり上げるためにはチームワークがよくないとうまくいかない。複数の献立を、複数の人数で作業を行うためには、どのように作業を分担するか、誰が何をするか、何から先に始めたらよいか、出来上がるまでの時間を予測しながら、出来上がりをイメージして、段取りを考えていくことが大切である。同じ献立を作っても、段取りよく進んでいるグループと時間がかかるグループがあり、流し台に調理器具が山になっているグループ、片づけが早いグループ等様々である。

学生同士のコミュニケーションをうまくとりチームで実習をしないと、作業がうまく進まない。調味料を入れるのを忘れてたり、反対に2度入れてしまったり、少し目を離した時に焦がしてしまったり、同じ作業に何人も人が集中したり、作業が遅れているのに1人でこつこつとやっていて誰も手伝おうとしなかったりということも生まれてくる。自然にリーダー的役割の学生が生まれ「チームとして」実習ができるようになる。

(2) 授業の内容について

毎年、献立は少しずつ変更しているが基本的な調理法は一通り取り入れている。

(2004年度I部2年生の家政学実習IIの授業内容は表1の通りであった)

昨年までの授業を振り返っての課題

- ・1クラスの人数がI部の場合は約35人と多く、学生一人ひとりの到達や全員について把握しきれない。

短大になってからは、授業の補助として1人増え、2人体制で授業を運営することができるようになったが、それでも一人ひとりの学生を十分に把握しきれていない。

- ・授業をスムーズに進めるため、学生が調理のイメージを持てるよう、デモンストレーションを行っている。そのための準備の時間が結構かかる。献立によっても違いますが授業準備に2時間以上はみておかななくてはならない。その割には、説明が学生の頭の中に残っていないのではないかと思われる。

- ・施設の調理台の数から、1グループ5人から6人のグループ編成となり、そのために献立の数も多く(4品から5品)し、なんらかの作業があるようにした。しかし、人数が多いと作業に偏りも見られた。たとえば、毎回食器洗いばかりしている。いつも包丁を持って材料を切っている人。毎回おやつ作りばかりしている学生などがみられた。

結局は授業担当者の労は多いが、効果はその割には少ないのではないかと思われた。学生にいろいろ経験させたい、様々な調理も取り入れたいという思いが授業の内容を増やし、それが返って学生にとっては部分的、断片的にしか経験ができず、技術的にも習得しがたい現状を作っていると思われた。そのためには、グループの人数を減らし、少人数制にすることが必要だと思われた。しかし、調理台は限られた台数(7台)であり、授業時間をこれ以上増やすことはカリキュラム上困難であった。

表1 授業内容

(2004年度I部2年生の家政学実習Ⅱの取り組み)

回数	献立	目的
1	オリエンテーション おにぎり、さつま汁、お茶	実習室の使用方法、器具の取り扱い方など ご飯の炊き方、だしのとり方①、 お茶の入れ方
2	だし巻き卵、ごぼうのきんぴら ほうれん草のごま和え、みそ汁	卵焼きの方法、青菜の茹で方
3	たけのこの鶏団子の煮物、酢の物 かき玉汁	煮物の作り方、酢の物の作り方 すまし汁の作り方、だしのとり方②
4	豆腐入りハンバーグ、スープ ポテトサラダ	ハンバーグの作り方、ポテトサラダの作り方
5	中華丼、春雨サラダ、 フルーツ寒天	中華のコツ、炒め物の調理、 寒天の調理
6	煮魚、青菜の煮浸し、すまし汁 即席漬け、白玉団子	煮魚の調理、浸しの調理、即席漬けの調理
7	ご飯、豚肉生姜焼き、みそ汁 ひじきの煮物、りんご	計ってみよう、治療食(糖尿病食) 塩分、エネルギー計算の仕方
8	ちらし寿司、でんがく、すまし汁 抹茶ゼリー	ちらし寿司の作り方、ゼラチンの調理 乾物の扱い方
9	全粥、魚のホイル焼き、白和え、 茶碗蒸、冬瓜の煮物など	介護食を考える、蒸し物の調理 様々な食形態を試食する
10	カレーライス、サラダ 献立作成	グループによる「自主献立実習」の献立作成
11	自主献立作成	グループによる買い物、調理、
12	サンドイッチ、コンポート、紅茶 グループ発表	グループによるテーマ学習の発表
13	かやくご飯、野菜の炊き合わせ てんぷら、吸い物、茶巾絞り	行事食(見た目を考えて調理する) 切り方、盛り付け方の工夫
14	五目そうめん、ロールケーキ	お菓子を作る 麺類の茹で方
15	実技テスト	

2. 新しい試みを実施して

(1) 少人数制のグループでの調理実習を実施して

2003年度後期にⅡ部学生の家政学実習Ⅱの授業を初めて受け持つこととなった。Ⅰ部と違いⅡ部1期生は学生数21名と少人数であり、また、社会人の学生も多かったため、思い切って自主献立実習の時は1グループ3人とした。その時、初めて3人くらいの少人数であると一人一人が実習に対しより積極的に取り組み、作業も手早く考えながら行っているように思えた。そのことから調理技術を身につけるためにはどうしてもグループの人数を少なくする必要があると考えた。

2004年度前期のⅠ部の授業は思い切ってクラスを半分ずつの人数に分けて、1グループ3人とした。したがって、90分ずつの交替で調理を行うこととなり、今までの半分の実習時間になるのである。

最初から最後まで全部の授業を2つに分けると、献立も限られたものになる。少し時間をかけてゆっくりと授業をするということも必要であったので、前半部分を少人数で一人一人が調理技術を向上できるように、後半部分は今までと同じ5人または6人にグループとした。

少人数制での取り組みを実施しての結果

少人数(3人)であっても、献立数は少なくしたが、ほぼ同じような献立で実施可能であったこと。材料を替えたり、切り方を替えたり短時間でできる調理法も考えながら基本的な調理技術は身につけられるように献立を組み合わせさせた。ただ、学生が楽しみにしていたおやつ作りの回数は減らすことになった。3人では時間内にできるか不安は残った。そこで、献立説明の時間の短縮に努め、必要なポイントはデモンストレーションにて行ない、時間内に終える様に考慮した。試食の時間をとることが困難な時は、試食だけは別の教室にて行ってもらった。

学生の感想の中にも、3人くらいがやりやす

かった、調理も積極的にかかわることができた、との意見が多かった。

(2) 実技テストを試行して

今まで技術に関してはグループ単位で見ることがはできても、一人ひとりの到達度を把握することが困難であった。しかし、卒業後は介護福祉士として資格が与えられることになり、すべての学生が基本的な調理技術は身につけておく必要があると考えるので、個別評価は重要である。今後在宅介護を視野に入れて考えた場合、生活援助の中でも食生活の援助の柱となる調理は重要である。実際に、ある卒業生は学生の時は調理なんてあまり関係ないと思っていたが、ヘルパーステーションに就職が決まり、卒業してから母親に調理の方法を教わり、自分でもこれではいけないと勉強したと言う。調理実習を行っても一人ひとりがどのように調理技術を身につけることが出来たか、評価するため、実技テストという形式で、2003年度の後期に初めて実施することとした。

実技テストの実施要領

①Ⅱ部2年生の場合

一人一人の課題を提示して1人30分以内で、調理から後片付けまでを行う。

調理台は1人1台を使用し、30分交替にて提示した課題の献立を3人分調理する。3人が終了した時点でそれぞれの調理したものを試食する。

課題内容は数種類を用意する。たとえば、a. 米の炊飯、煮物 b. 青菜のお浸し、味噌汁 c. りんごの皮むき、酢の物などの2品程度にした。30分間で後かたづけまでしなければならず、計画的に進めないとうまく出来上がらない。献立は簡単なレシピ(材料・分量・おおまかな作り方)を用意しておく。どの課題となるかはくじ引きで決め、学生は与えられたレシピにしたがって調理する。

②Ⅰ部学生の場合

90分で30人以上の学生を見ないといけないので1人当たりの時間は15分と短い。その中で、後片付けまで必要なので1品のみとした。内容は a. みそ汁 b. 酢の物 c. 卵焼きとキャベツの千切り d. りんごの皮むき e. 青菜ごま和えの5種類とした。II部学生と同様課題はくじ引きで決め簡単なレシピを用意する。評価は、課題に沿って、それぞれ前もって考えておいた項目について一人ひとり評価をする。

実技テストを実施した結果

学生にとっては実技テストがあることで調理に対しても真剣に取り組んでいたように思われる。また、家で包丁を持って何回も練習したなど努力をした学生もいて嬉しく思った。ある学生は、自信がないので家で母親に教えてもらい、りんごを丁寧にむき、褐変防止のためきちんと塩水につけていた。普段から調理は慣れていると思われる学生の中には、スピードは速くても、塩水につけるのを忘れてりんごが変色してしまっていた。その他にも「いちょう切り」がわからず迷っていた。青菜をたっぷりの水に入れて水から茹でようとしていた。学生も自分ひとりで調理するのは慣れていなく、迷いながら進めていた人もいて随分時間がかかった学生もいた。しかし、全体的に考えて何とか出来上がっていたが、もう少し訓練する必要があると思われる学生も数人いた。実技テストを実施す

ることにより学生の調理の技術がどの程度身についているか少しは把握することができ、今後の授業の参考になった。

(3) テーマ学習の演習を試みて

少人数制の調理実習を行うにあたり同じ授業時間内にどのように2組に分けて授業を展開するかが課題となった。今年については、実技していないグループにはテーマ学習による演習を取り入れた。

日によっては統一テーマについて、あるいは班ごとにテーマを選択あるいは自由に考えてもらい、それぞれの班で話し合っ課題をやりあげてもらったこととした。

テーマ① ひとつの食材を提示して、例えば、大根を使用して作ることが出来る献立をできるだけ多く考える。

テーマ②食生活に関わることを班で選び、調べてまとめる。画用紙や模造紙などにまとめて後日、発表をしてもらうこととした。

実際に揚げられたテーマは次に挙げたとおりである。

テーマ学習に取り組んでみて

当初想像したよりも、内容に様々な工夫を凝らして真剣に取り組んでいる班が多かった。学生は自分たちで考えたり調べたりすることによって自分たちのやってみたいことができ、力が発揮できたように思う。出来上がったものは、

表2 グループで取り上げられたテーマについて

テ ー マ	取り上げたグループ数
ガンを防ぐ食事	3グループ
朝ご飯を食べると良いわけ	3グループ
骨粗鬆症を防ぐ食事	2グループ
お年寄りにやさしい食事について	1グループ
あなたの背後に忍び寄るダイエット食品のワナ	1グループ
野菜の効用	2グループ
食中毒について	4グループ
食生活の歴史	1グループ
嚥下障害の方のための食事について	4グループ
長寿のための食生活について	1グループ

模造紙や画用紙、プリントにまとめたり、紙芝居形式であったり、人形劇や寸劇などであった。実際に製作した紙芝居を持参して、デイサービスにボランティアに行った学生もいる。

今後、テーマの設定に関しては内容の検討もしてゆきたい。

3. 目標に対しての達成度について

実技テストに加えて、先に挙げた目標について実際にどのくらい到達しているのかをさらに深く考察する必要がある。

実際に授業を振り返っての学生のアンケートをふまえて考えてみる。2004年度I部学生のアンケート結果の一部を表3にした。

まず、調理技術がどのくらい身についたかであるが、調理実習を始める前と終了後にアンケートをとってみた。各項目について、「わからない」、「知っているができない」、「だいたいできる」という項目を選択させた。基本的なところでは例えば「米を洗う」ことは調理実習を始める前からほぼ全員「だいたいできる」と答えている。しかし、「りんごの皮を包丁でむける」になると「だいたいできる」と答えた学生

表3. 調理実習の前後における調理技術の比較

	調理内容	わからない		知っているができない				だいたいできる					
		前		後		前		後		前		後	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
1	米を洗う	0	0	1	1.6	1	1.5	0	0	64	98.5	63	98.4
2	野菜を洗う	7	10.8	1	1.6	4	6.2	1	1.6	54	83.1	62	96.9
3	皮むきで人参の皮をむく	2	3.1	0	0	3	4.6	0	0	60	92.3	64	100.0
4	包丁でりんごの皮がむける	3	4.6	1	1.6	14	21.5	3	4.7	48	73.8	60	93.8
5	包丁の使い方がわかる												
	千切り	1	1.5	1	1.6	14	21.5	2	3.1	50	76.9	61	95.3
	くし型切り	31	47.7	10	15.6	6	9.2	8	12.5	28	43.1	46	71.9
	ささがき	18	27.7	4	6.3	9	13.8	6	9.4	38	58.5	54	84.4
	みじん切り	1	1.5	0	0	9	13.8	2	3.1	55	84.6	62	96.9
6	計量スプーンなどで計量できる	3	4.6	1	1.6	5	7.7	2	3.1	57	87.7	61	95.3
7	だしが取れる	13	20.0	1	1.6	18	27.7	4	6.2	34	52.3	59	92.2
8	炒める	1	1.5	0	0	2	3.1	1	1.6	62	49.2	63	98.4
9	揚げ物ができる	5	7.7	3	4.7	21	32.3	6	9.4	39	60.0	55	85.9
10	蒸し物ができる	19	29.2	5	7.8	24	36.9	14	21.9	24	36.9	45	70.3
11	野菜をゆでる	8	12.3	1	1.6	11	16.9	5	7.8	46	70.1	58	90.6
12	日頃から調理をしますか	よくしている		時々する				ほとんどしない					
		前		後		前		後		前		後	
		9	13.8	10	15.6	23	35.4	34	53.1	33	50.8	20	31.3

(注)前とは調理実習第1回目の時点:総数は65人 後とは調理実習最終日の時点:総数は64人

は65人中48人であり、終了後は60人と増えている。包丁の切り方においては、「千切り」50人から61人、「くし型切り」28人から46人、「さがき」38人から54人、「みじん切り」55人から62人と増えている。これは主観的な回答であるが、全体的に包丁の扱い方も慣れて技術的にも向上した学生が多いとみられる。調理操作については「炒め物」についてはほぼ全員「だいたいできる」と答えた。「だしがとれる」は「だいたいできる」と答えた者は34人から59人、「揚げ物ができる」は39人から55人、「蒸し物ができる」22人から45人、「青菜を茹でる」46人から58人とそれぞれ増えてはいるが全員ではない。

学生の授業の感想より

調理についての技術や知識が身についた

「技術や知識に関して、今まではなぜこういう方法であるのかということ考えたことがなく、ただ調理をするだけだったが、家政学実習を行ない、自分が今まで調理したことに意味がある事を知ったことで、自分の調理のやり方が変わったように感じました。」(女子)「学校で基本を習ったので、家でもひとりでおいしく作れるようになり、腕が上がったと自分でも思いました。料理をする楽しさを知ることが出来ました。技術だけでなく、段取りを考えることや、グループで行うので役割を決めたりして、スムーズに行うことも学べ、とても楽しい授業でした。」(女子) 授業の中でも計量については最初から正確に計ることから始めました。実習ではどのくらいの調味料の量を入れたらこのくらいの味になるということを実際に舌で味わってもらいたいと思っている。最初はめんどろだという学生もいたが、学生の感想の中には「授業では毎回計量して調理をした。試食をするたびに味が薄い感じがしたが、これが本来の食材が持つ味を引き出す味付けなのだろう。最近では家庭でも計量して味を薄めにして調理すること

を心掛けている。今まで家になかった計量カップと計量スプーンを購入してフル活動している。」(男子) というように、自分の食生活の中でも実践できている学生もいる。

グループのチームワークやコミュニケーションが大切

「…出来上がりを良くするには手順をしっかり把握し、出来上がりのイメージを持って数を多くこなすことが大事なのだと感じました。」(男子)「自分自身授業で学んだことはチームワークの大切さである。」(男子)「調理実習を通して、…学校という集団の中で、周りの人間と協力しながら一つの料理を作っていく難しさや楽しさも学ぶことが出来ました。」(女子)「…みんなで作っていると、自分の仕事に夢中になり、みんな火をかけていたのを忘れて「ハッ」と気づくとこげていたりして、何回も失敗しました。そのため最後には常に火に気をつけるようになりました。作った期間は短かったけど、学んだ事や楽しかった事、大変だったこと、失敗した事、色んなことがあり、すごく良かったです。」(女子) このように多くの学生はグループで作業を行う中で人間関係を学んでいくのである。友達の見解も尊重しながらも一人ひとりの考えや意見をどのように反映させ、スムーズに進めることができるか。このことは、今後、介護の仕事をしていく上でも大切なことである。

調理することが楽しいと実感できた

「半月切りやくし型切り、人参を花形にしたり、切るのが楽しくて最初包丁を使うのが怖いと思っていましたが、切ることが好きになれたような気がしました。自分で作る喜び、みんなで作くれた喜びを大切にしていき、料理をもっと好きになれたらと思います。」(女子)「最初は調理に全然興味がなかったので授業も楽しくないんだろーと思っていたのですが、授業をし

ていくうちに調理することが楽しくと思えるように自分が変わっていくのが分かりました。…包丁も最初は使えなかったし、使うのが怖かったのですが、やっぱりずっと使わずにおれないので使うようになると授業をしていく中で少しずつですが使えるようになってきました。それがとても楽しくて仕方がありませんでした。…この間までは朝から自分で弁当を作って来たりもしていました。」(男子)「私は今まで全くといっていいほど料理を作ったことがなければ、包丁も過去に数回しか握ったことがなかった。この家政学実習の授業において包丁で野菜を切ったり、炒めたり、揚げたりといろいろな経験をさせてもらったおかげで調理をすることがこんなに楽しいと初めて思えたのである。だからこの授業が楽しく前向きに取り組めた。…私は調理というのは女性がするものとずっと思っていたのである。だがそれは違い、自分自身も調理をして身につけるといふ必要がある。何故なら、ひとり暮らしをした時役に立つ、家族に料理を振舞うことができる。そして何より自分が将来めざしている仕事に調理が当たり前でなければならぬからである。」(男子)

介護者としての食を考えることの大切さ

「献立をたてるのは、考えることが多すぎて大変だった。高齢者のために料理を作るのは思っていたよりとても大変だった。…知識は料理を始める前に比べて明らかについたと思う。高齢者の方にとって、どんなものが食べやすいか、嚥下するのに飲み込みやすい食材は何かなど細かく考えることが出来た。」(女子)「私がとても勉強になったのは人それぞれ家庭の味、自分の味覚があるので、私がおいしいと思っても他人はそうでもないという味のとらえ方があり、また、若い人、高齢者によっても塩分や油、また、食事メニューも異なってきます。これは自分たちのグループで作った料理を先生方に食べてもらうという授業の時に感じたこと

ですが、先生方に高齢者の気持ちになって食べてもらい、味は良かったが、塩分が高めなのは、油っぽいのでは、量も多いのではとか、たくさんのことを言われ、これまで人のことを考えながら調理をしたことがなかったので、とても難しく大変でした。」(男子)

その他の食生活に関する感想

「今まで市販の物を買っていたものが、簡単にできることを知りました。お金さえ出せば何でも買える世の中ですが何でも作れるのだと思いました。同じ物を作るにも少しの手間をかけることで、見た目がきれいに、おいしくなることも学びました。」(女子)「料理は体調を整えるうえでも、基本となってくるため、これからは料理を自宅でも行ない、健康管理に努めていきたいと思います。」(男子)、「家政学の授業を通して、ヘルパーの大変さやまた、素晴らしさなどを感じる事が出来た。」(女子)また、施設実習にいった時には「家政学を受けておいて良かったと思いました。何故なら、調理実習で作ったことがある料理が実習中には多々出てきたからです。野菜のお浸しも食事介助の時に『あっ作ったことがあるし、どういう風に作るかがわかる』と思い、とても嬉しかったです。」(男子)など調理実習の意義はあると思われる。

その他にも「料理を作ることは食材、作り方など頭を使うこと、一緒に食べる人が居る、一人でなく人とのかかわりがある等と楽しみながら料理を作ることは生きていく上で失いたくない能力であると思いました。」(女子)、「普段何気なく料理していた自分を振り返るよい機会になりました。時間がなくても少し食材の切り方を工夫したりして手際よくすることで、短時間でもおいしい手作りの料理ができるので、今後時間がないときなどでも、家族の栄養のことも考えて、できる限り手作りで栄養のある愛情のこもった料理をつくっていこうと思う。そうすることで日常生活を健康に過ごす源になると思

う。」(女子)など多くのことを学生は感じ取っている。

このように、様々なことを感じ、自分自身の食生活と結びつけ、家族の健康のことまで考えている。また、家でも少しは調理をするようになった学生も増えており、「日頃から調理をよくする」と答えた人は10人と変化はなかったが、「時々する」と答えた人は21人から34人に増えており、「ほとんどしない」は33人から19人と減っている。前述した目標に照らして考えると、一人ひとりの到達点は違うもの、食生活について少しは関心を持つようになり、いろいろなことを感じ取っていることがわかった。全体として、「調理が楽しかった」、「楽しくなった」と感じている学生が多く、この授業の一つの目標は達成できたのではないかと思える。

4. 介護福祉士養成教育における家政学系の科目のあり方について

家政学とは日本家政学会の概念規定として1970年には「家政学は家庭生活を中心とし、これと密接な関係にある社会事象にも延長し、人と環境との相互作用について、人的、物的の両面から研究して、家庭生活の向上とともに、人間開発を図り、人類の幸福増進に貢献する実証的、実践的科学である」とされ、その後「家政学将来構想1984」の中で次のように手直しされた。「家政学は家庭生活を中心とした人間生活における人と環境との相互作用について人的、物的両側面から、自然・社会・人文の諸科学を基礎として研究し、生活の向上とともに、人類の福祉に貢献する実践総合科学である」。このように、もともと家政学とは生活の向上と福祉に貢献することにある。人間生活における人と環境との相互作用について、あらゆる科学を基礎として研究する総合的であり、かつ実践的な科学なのである。すなわち、「介護福祉の役割は介護を必要としている人の生活を総合的に

支援すること」とであり、²⁾ この考え方は家政学の目的とも通じると考える。また、一番ヶ瀬氏は介護福祉養成教育におけるカリキュラムに必要な四つの柱として社会福祉、家政学、介助のあり方、看護を挙げている。³⁾ また、「介護のための家政学を樹立すべき」であるとも提唱している。⁴⁾ 今までの家政学は自然科学的なところが強調されているように考えられている。最近では家政学から生活学や生活科学などの名称で使われることも多くなった。生活学から考えた家政学に必要な視点とは「家政学は家族や個人に焦点をあわせるに対し、生活学ではもっと広い生活を視野に入れるとされる。」⁵⁾ ことであろうか。介護福祉学会では近年家政系教育のあり方に関する研究報告⁶⁾もされ、検討が進められつつある。介護福祉士の質の向上が求められ、養成のあり方の検討もされているようである。そのような中で家政学の立場からの介護福祉教育についても今後内容の検討と構築が必須である。

5. 介護における食生活を考える

食と介護の問題はもっといろいろな点から関心を持ち、深く考える力をつける必要がある。介護における食は狭義として食事介助としてのイメージが強いように思われる。食べる事が困難な人には食事介助をして、調理することが困難な人には調理するだけではない。この人にはどの部分での援助が必要なのかを見極める。食を支えることは命や身体を支えるだけではない。人の心を豊にして、そしてそのことが生きる意欲につながるのである。食べることは生きることの基本である。

実際に調理実習を行っていても介護の仕事をする上で本当に必要であるとは思っていない学生もいる。また、卒業して働く場としては圧倒的に高齢者などの施設が多いのが現実である。特別養護老人ホームにおいては、介護者が食

事を作るということはほとんどないであろう。しかし、最近では在宅介護の現場やヘルプステーション・ステーションなどで働く卒業生も少しずつであるが増えている。居宅介護では生活援助として食生活の買い物や調理についても介護の内容に含まれる。また、特別養護老人ホームの中にもユニットケア式の介護を取り組んでいるところ、ショートステイやグループホームでは食事の援助として調理もしなくてはならないということもあるだろう。

学生が介護実習に行き「施設の利用者一番の楽しみは食事であった」と感じて帰ってくるように、高齢者の生活の中でも食の占める位置は大きい。また、「居宅実習に行き調理が必要だと思った」など生活の中での援助としても食の役割は大きいと感じる。

介護者としてだけでなく、自分自身のためにも身につけてほしいと思っている。現代のように便利な世の中になると自分で作らなくても、お金さえ出せばいつでも好きな時に食べたいものを手に入れることができる。学生の中にも、調理など必要ない、スーパーやコンビニへ行くと何でも買うことができると考えている人もいる。実際におにぎりは買うものだと思っていた学生もいる。物質的には豊になったといえるかもしれないが、作る喜びを知らない時代になるのであろうか。そのような人が介護者として食の援助をしていくことができるのかと危惧する。

さらに、食は介護予防という点からももっと重要視していかなければならないと考えている。食べるためには何をどのようにして食べるか、どんな食材と調味料用意して、どんな器具を利用して調理するのか、そして調理をする。食そのものを考えるだけでも生活の中でリハビリになるのである。そして、何をどのようにして食べるかが健康にも密接に影響してくると考える。限られた枠の中で何ができるかより何を大切にしたいか、それを達成するために何をど

のように改善していけばいいのか、そのためには何が必要なのか、知恵をだし工夫できることは何かという視点にたつことが大切なのではないだろうか。時間がないからできない、忙しいから食事をゆっくり作ることなどできない、だから便利な加工食品ばかり利用するのではなく、そのようになっている時間の過ごし方、労働条件や生活の価値観を見直すことこそ、現在求められているのではないだろうか。それこそ、スローフード運動⁷⁾の視点にたつて考えることが必要なのではないだろうか。自給率40%、過労死増加の日本、介護の中にもスローフード的な考え方が必要なのではないだろうか。

食生活の援助においても単に、早く手際よく調理ができることが良い介護者ではなく、利用者にあわせた生活援助計画が考えられなければならない。決められた時間内に調理や家事を終らせないといけないのではなく、利用者に合わせた生活援助のためにはこれくらいの時間が必要だと主張していかなくてはならないのではないだろうか。

まとめ

家政学実習の中で少しでも改善できないかと、新しい試みも行ってきた。今後さらに内容について在宅介護を視野に入れた内容の検討が早急に求められるだろう。

介護福祉士養成教育における家政学実習の位置付けや内容については、総合的な生活援助という観点での授業内容が必要だと考える。

生活を援助し生活の質を良くするためには、対象者に食事を安全に上手に食べさせるかという観点で提供するだけでなく、何をどのようにして、いつどこで誰と食べるかが問われるのではないだろうか。介護の質を考えるためにはもっと生活の中でどのように対象者が生活したいかを考えられる力をつける必要がある。介護者とは他者の生活をコーディネートで

きることだ。そこには家政学の視点が必要だ。そのためには介護者が他者の生活のイメージをもてるような生活の経験を積み重ねることと、知識と技術を実践に役立てることができる力が必要である。しかし、すべての学生が食に対して関心を持っているとは言い難く、生活経験も浅いという学生が多い。まず、人間として最低必要と思われる内容から始めなければならない。そこに、授業の内容が基本から始めなければならないという点で専門的な内容まで行き着かないのである。そういう点では授業時間が不足していると思われる。家政学実習Ⅱでは、食に関する経験を積み重ね自分自身のものできるような体験を授業の中に取り入れること、学生自身の生活の中に食に対しても、幅広く考えられる内容にしていくことが大切である。もちろん、それは他の教科や家政学概論などと結び付けていくことが求められる。生活全体をみて援助できる力、いろいろな考え方があり、価値観があるということ認識し、社会のありようまで視野を広げて考えられる力をつけるような内容に少しでも近づけることが今後の課題であると思われる。

成における家政系教育—全国養成教員調査にみる現状と課題—『介護福祉学』 Vol.10 2003年

7) 「スローフード」ということばの由来は、ローマにマクドナルド1号店が誕生し、これをめぐる騒動がマスコミで取り沙汰されていた頃、後のスローフード協会の会長となるカルロ・ベトリニが仲間と食卓を囲んでいた時、ファーストフードの脅威という問題が話題にのぼり、誰からともなく「スローフード」ということばを口にしたのが始まりとされている。「スローフード運動」の柱は1. 消えつつある郷土料理や質の良い食品を守ること。2. 質のよい素材を提供してくれる小生産者を守ること。3. 子どもたちを含めた消費者全体に味の教育をすることである。

ゆっくり食べる事が目的ではなく、「一人ひとりがスローフードを楽しむ気持ちのゆとりを持つこと。」「毎日、私たちが胃の腑におさめている滋養と活力の素を通じて自分と身のまわりの人間や、自分と自然の関係を問い直そうではないか。」という考え。日本ではニッポン東京スローフード協会が2001年10月に設立された。参考：『スローフード宣言』ニッポン東京スローフード協会編集 2001年

(こんどう ゆきこ 本学非常勤講師)

脚 注

- 1) 田崎裕美、鈴木修子：「介護福祉養成教育における家政学の課題—在宅介護担当者へのアンケート調査をもとに—」『介護福祉学』 Vol. 9 2002年
- 2) 一番ヶ瀬康子『介護福祉における家政学』一ツ橋出版 2001年
- 3) 一番ヶ瀬康子『介護福祉学の探求』有斐閣 2003年
- 4) 一番ヶ瀬康子新セミナー介護福祉第8巻『家政学概論』ミネルヴァ書房 2002年
- 5) 今井光映・山口久子『生活学としての家政学』有斐閣ブックス 1991年
- 6) 奥田都子、石川周子、熊本裕子他：「介護福祉養