

みんなでつくる園の未来!

保育ナビ

2026
SEPTEMBER
〈6/12〉

9



特集

知っていますか?
「こどもまんなか防災」

子どもと日常の
保育の見方が変わる
事例から学ぶ
インクルーシブな保育
振り返りによって
見通しを立てる

職員が辞めない!
脳科学でつくる
「最高のチーム」
伝わる脳科学

保育ナビエッセイ
わたしの子ども時代

2026年度は、「子どもというワクワクが広がる！園がまちの『未来』になる」
をコンセプトに、内容をお届けします。

『保育ナビ』の使い方

読む

まずは、自分で読み
ます。回覧したりし
て、園内でも各自で
読みます。



語り合う

読んだ記事をもとに、
園内で「雑談」をし
たり「研修」をし
たりしてみましょう。



保育の質の向上へ

読み、話すことで、
園内で学び合い・語
り合いが生まれ、保
育の質が高まります。



【今月のおすすめ】

園長・主任・学年リーダーにおすすめのコ
ーナーを選んでマークを表示しています。

 園長  主任  学年リーダー

 マークのついているコーナーでは、園
内で話し合うためのお題・ワークを用
意しています。職員会議や園内研修な
どでご活用ください。

 マークのついているコーナーではワー
クシート等のダウンロードができます。

 マークのついているコーナーでは、関
連動画があります。

右の二次元コードからアクセ
スするか「保育ナビ」で検索
してください。



保育ナビ 

※ダウンロード期限は、2027年3月31日までです。

『保育ナビ』は、
編集委員が
サポートしています。

秋田喜代美（学習院大学）
浅井幸子（東京大学）
大方美香（大阪総合保育大学）
大豆生田啓友（玉川大学）
北野幸子（神戸大学大学院）
古賀松香（京都教育大学）
境 愛一郎（共立女子大学）
汐見稔幸（東京大学名誉教授）
砂上史子（千葉大学大学院）
松井剛太（香川大学）
無藤 隆（白梅学園大学名誉教授）
矢藤誠慈郎（保育のデザイン研究所）
敬称略 50音順

★編集委員から読者の皆さんへの
メッセージを月替わりで配信します。
詳しくは P.32 へ！

『保育ナビ』が
伝えたいこと

防災・災害の対策にも 「こどもまんなか」の視点を

「こどもまんなか防災」をご存じですか？
地震、台風、大雨など、全国各地で様々
な自然災害が起きています。防災マニ
ュアルは整備され、避難所の生活環境も改
善されてはいるものの、まだまだ「こど
も」の視点は不足しているといわれます。
今回の「特集」では、「こどもまんなか
防災」の要となる「食」「遊び」に焦点
をあてながら、被災した時にも役に立つ
ポイントをわかりやすく紹介します。

——『保育ナビ』編集部

巻頭

フレーベルのことば 汐見稔幸 小西貴士

特集

園 知っていますか？
「こどもまんなか防災」…4

大方美香



園紹介

園 園のかたち 2026…14
キッズラボ千石園（東京都文京区）

注目テーマ

子どもと日常の保育の見方が変わる
事例から学ぶ
インクルーシブな保育…18
若月芳浩

園 ここに注目！
「保育の質」を捉え直すための
12のキーワード…24
秋田喜代美

学び合いが広がる！
園と小学校の交流実践…26
無藤 隆

リ 試してみたら、これは便利！
保育ICT活用術…28
相馬靖明

園の未来を握るリスペクト型マネジメント
少子化をチャンスに変える！
多機能化と地域共創…30
大豆生田啓友

編集委員に聞く
保育、ここがおもしろい！…32
古賀松香

保育内容

リ 保育環境
科学者の視点でつくった環境は
「余白」の中で遊びに没頭…34
汐見稔幸

3・4・5歳児
遊びが育つ保育
一思考力に焦点を当てて…36
田代幸代

0・1・2歳児
保育者のセンス・オブ・ワンダー
～子どものみかた～…38
井桁容子

主 やってみよう！
子どもの姿ベースの指導計画…40
大豆生田啓友 佐伯絵美

主 くらしと食育
～感謝の気持ちが育つ喜びの食育～
諏訪保育園が考える食育活動…44
島本一男

リ ルーティン業務から脱却！
保育の“あたりまえ”見直し術…48
浅井拓久也

Information…49

人材育成

職員が辞めない！
脳科学でつくる「最高のチーム」…50
西 剛志

主 園のミドルリーダー育成講座…54
杉村基樹

国の動き

国の動きを読む！
研究者の目2026…56
大方美香

園経営

経営コンサルタントが提案する
変化する時代の経営戦略…58
桑戸真二 柳 修二

チャレンジの前の法律講座…60
木元有香

エッセイ

保育ナビエッセイ
わたしの子ども時代…62
刑部育子

知っていますか？

「こどもまんなか防災」

毎年全国各地で、地震、台風、大雨といった自然災害によって、多くの人々が被災しています。防災意識の高まりから、様々な状況下での防災対策を目にするようになりましたが、「子どもの視点」がしっかり踏まえられたものはそう多くないようです。

そこで今回、大阪総合保育大学が2025年度に受託した内閣府委託事業「子ども・若者が主体の持続可能な避難所運営モデルの構築」での取り組みをもとに、「こどもまんなか防災」の中心となる考え方に加え、特に配慮が必要になる「食事」「遊び」に焦点をあてながらその重要性を考えます。

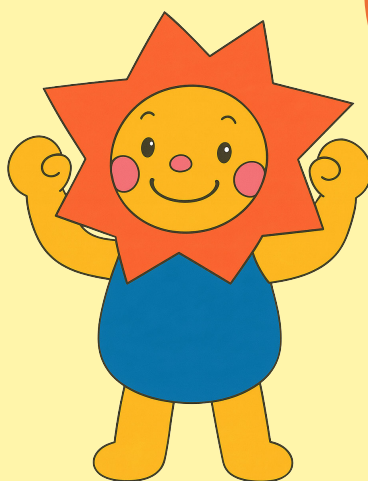
監修／大方美香（大阪総合保育大学）

イラスト／野中 奏

キャラクター

まもるSUN

避難訓練の約束を「肯定的な表現」で言い換えたのが「じぶんをまもる」です。今回の取り組みの中で誕生しました。



じぶんをまもる
ひなんのおやくそく

- じ じゅんばん まもう
- ぶ ぶつからないように あるこう
- ん んーっとくちを とじよう
- を おちつこう
- ま まわりを よくみよう
- も もどらず すすもう
- る るーるをまもって あんぜんに！

オンライン
セミナー
開催!!

「特集」掲載にあわせて、オンラインセミナーを開催します。誌面では掲載しきれなかった事例などお話しいただきますので、ぜひご参加ください。

「こどもまんなか防災～いつもの生活・遊びの中での防災教育と食事支援～」

講師：大方美香先生

日時：8月7日（金）13：15～14：30

（見逃し配信：8月8日～9月7日）



詳細は、左の二次元コード、または、

フレーベル館セミナー

で検索ください。

目次

- 1 「こどもまんなか防災」の重要性和そのポイント …P.5
- 2 「こどもまんなか防災」理論と実践 …P.7
 - 食事 「子ども防災食」について …P.7
 - 遊び 「子ども防災遊び」について …P.9
- 3 対談／まとめに代えて …P.11

プロフィール●大方美香（おおがた みか）／大阪総合保育大学大学院教授。専門は、保育学、幼児教育学、乳児保育カリキュラム。文部科学省中央教育審議会委員。各地の自治体と協働し、保育の質向上のための基盤づくりに努める。著書多数。



「こどもまんなか防災」の重要性とそのポイント

災害時の対策に子どもの視点をどう入れていくとよいのでしょうか。最初に、「こどもまんなか防災」の考え方のポイントを確認しながら、その重要性を解説いただきます。執筆／大方美香先生

1 SUM基準

S Standardization (標準化)
だれが、いつ、どこでも同じ質を提供できる

U Unitization (ユニット化)
機能ごとにモジュール化し、組み合わせができる

M Mobility (モビリティ化)
迅速に展開・移動・設置できる

2 TKB48

T Toilet (トイレ)
清潔で安全なトイレ環境

K Kitchen (キッチン)
温かい食事を提供できる調理環境

B Bed (ベッド)
床ではなくベッドで休める睡眠環境

災害時に開設される避難所の運営には、国際的に認められた基準が存在します。しかし、それらの多くは「大人中心」に設計されており、乳幼児や子育て世帯の特別なニーズに十分に対応

できていません。そこで今回、イタリア

で実践されている先進的な避難所運営の考え方である「SUM基準」「TKB48」を用いて、子どもの視点から再解釈することにしました。

「SUM基準」と「TKB48」

まず、イタリア式避難所運営「SUM基準」「TKB48」とは何でしょうか。

イタリアでは、大規模地震災害の経験から、**1**に示すような避難所の質を向上させるための「SUM基準(標準化・ユニット化・モビリティ化)」が確立されています。

一方、「TKB48」とは、災害発生後48時間以内に、人間が尊厳ある生活を

送るために最低限必要な3つの要素**2**を指します。

これらを踏まえたうえで、子育て世帯については以下のような課題が存在します。

- 授乳やおむつ替えスペースの設備の不足
- 子どもの遊びの制限
- 特別な配慮が必要な子どもへの対応不足
- 離乳食・アレルギー食等の個別ニーズに合わせた食事の提供体制の不足

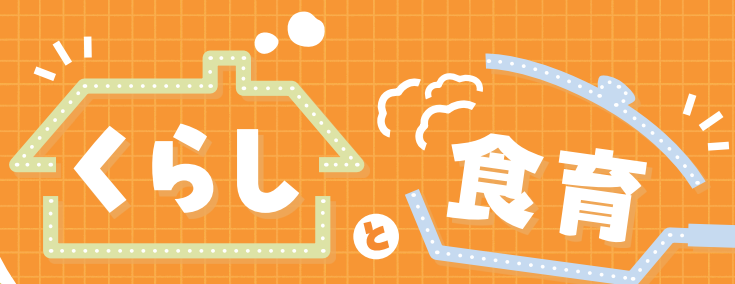
近年、大規模な自然災害が頻発する中で、従来の避難所運営における「子



執筆 島本一男
(諏訪保育園 園長)

協力／こんべいとぶらなっと

イラスト／三角亜紀子



～感謝の気持ちが育つ喜びの食育～

● 諏訪保育園が考える ● 食育活動 ●

子どもたちの笑顔をつくり出すシンプルな食育への取り組みを、子どもの権利の視点から考えます。

第2回

保育の中の栽培活動 ～栽培活動を遊びの中で楽しもう～



自然と付き合う栽培活動の大事な意味は、失敗が学びになるということですね。そんな栽培活動を遊びの延長線上に置いた取り組みをしてほしい。そのための「暮らし」を意識した栽培活動を、少し理念的な考えでお伝えすることにしました。ここで言う暮らしとは、うまくいかなかったことを「今度はこうしてみよう」と、より良い方法を自分たちで調べて、考えて、やってみるをくり返すことです。子どもの遊びを刺激して食につながる栽培活動を、実践してみてください。

● ● ●
楽しい活動から始め、
みんなで一緒に笑おう

「栽培活動なんて無理！」な人、できない理由は忙しさ？ 子どもの興味・関心の薄さ？ それとも保育者自身の苦手意識でしょうか？

確かに、子どもが遊びの中で栽培活動に興味をもち、長期にわたって活動することを期待するのは無理でしょう。しかし、子どもは、種を蒔く、苗を植える、水をやる、収穫するといった体を使う活動は大好きです。そこで、活動を絞って、遊びとして、楽しんではどうでしょうか。子どもたちが自然の「不思議」を遊びの中で楽しく体験し、たくさんの発見を体で学べることを考えるのです。植物との付き合いを園での生活サイクルの中に組み込んで、自然を身近に楽しむ暮らしをしませんか。

●●●
作りたい野菜を聞く、
作り方を調べる、も食育

失敗も学びになります。
子どもの興味を出発点に、自然を身近に
楽しむ暮らしをしてみましょう。

食育として取り組む栽培活動といえば、野菜作り。まずは、子どもに作りたい野菜の名前を聞いてください。意見をまとめる必要はありません。子どもがどんな野菜を知っていて、興味を感じているのか、それを知ること自体が十分な食育活動です。名前が挙がった野菜を作るには、「いつ植えるのか」「どう育てるのか」を子どもと一緒に調べてみましょう。本や図鑑を見たり、くわしい職員や保護者、地域の方に聞いたりするのもよいでしょう。もしかしたら、手伝ってくれる人が見つかるかもしれません。こうしたつながりができるのが、栽培活動の魅力の1つでもあります。

●●●
自然と向き合う
ゆっくりとした
時間を大切に

子どもは遊びながら自然と仲良くなりますが、そのための環境を準備するのは保育者の役割です。栽培活動は自然が相手なので思うようになりませんが、そこに「センス・オブ・ワンダー」の学びがあります。保育者が植物にやさしくかわる姿は、子どもの生活を豊かにしていきます。忙しい毎日の中に、あえてゆっくりとした時間を取り入れることは、子どもにとっても保育者にとっても癒しの効果が生まれるはずです。

●●●
「育てる」よりも
過程を楽しむ

栽培活動は最初から「育てる」としてを目的にする必要はありません。遊びの延長としてかわる中で、だんだん興味が育っていくそのプロセスを楽しみます。食べ物を自分で育てて食べる経験を保育の中に組み込んで、収穫したものは、ぜひ調理保育につなげてみましょう。調理室と連携しながら、「ゆでる」などシンプルな調理がおすすめです。加熱することで殺菌もできますし、素材そのものの味を感じることができます。塩や味噌など身近な調味料を使いながら、味の違いを楽しむ体験も食育です。

次のページでは、子どもと楽しむ栽培活動の進め方を具体的に紹介します。

1 土で遊ぶ

作物が育つには土が必要です。まずは土と仲良くなりましょう。

作る野菜に合う大きさのプランターを用意し、土を入れます。保育者が率先して進めてください。そうすると興味をもった子どもたちが「何をやっているの?」「一緒にやりたい」と集まってくるはずですよ。

そこで、土をシートの上に出してプランターに入れる遊びをスタートします。1度で終わらせず、くり返し遊んでください。

遊びの中の
栽培活動の
はじめの歩



Plus+

土作りから始めても

栽培用の土は、土と腐葉土を混ぜて作るとよいのですが、培養土を購入しても構いません。土の勉強を始めたばかりではありませんが、作物に合った土を自分で見つけて用意できるようになると、栽培活動がさらにおもしろくなります。

秋に落ち葉が集まる園では、子どもたちと落ち葉を集めて周りを囲み、米糠を入れておくと腐葉土が発酵し、培養土が作れます。

2 種を蒔く

プランターに入れた土に、種を蒔いたり、苗を植えたりします。ここでも、子どもたちは「やりたい」と言って集まってくるはずですよ。やりたい子を中心に、子どもたちみんなが見えるところでやってください。保育者が栽培活動をしている姿は子どもたちにとても大きな影響を与えます。

Plus+

毎週、同じ種を蒔き続ける

種蒔きをくり返し楽しんでみましょう。

週に1回、同じ種を蒔き続けると、失敗を経験しながらも、どうしたらうまく育つかがわかってきます。同じ野菜でも、蒔く時期を少しずつずらさだけで、生育のスピードや出来栄が変わることに気が付きます。

ちなみに、秋から冬にかけて作る野菜としては、ブロッコリーやカブ、スナップエンドウ、イチゴ、ホウレンソウなどがおすすめです。



3 水をやる

水やりは子どもたちの大好きな仕事です。雨上がりでも、友だちがやった後でもやりたい時に水をやります。保育者はその様子を見ながら水を加減しましょう。

植物にできるだけ影響がないように、小さなじょうろをいくつも用意しておくとういでしょう。子どもたちには、根のほうにそっと水をやると植物が喜ぶことを教えてください。



「短い自然」と「長い自然」

子どもと楽しむ栽培活動は、種から育てて、すぐに収穫できる「短い自然」から始めるとよいでしょう。例えば、ハツカダイコンやスプラウト類など。種から芽が出て育つ変化を子どもと共有でき、興味・関心が持続します。

「長い自然」としては、米作りがおすすめです。栽培から収穫・脱穀まで時間をかけて取り組むことで、食や文化への理解や「もったいない」という感覚を育てることができます。

水栽培にも挑戦

土に触りたくない子どももいます。そこで水栽培で育つ豆苗やブロッコリーなどのスプラウト類にも挑戦してみましょう。

室内に置き、水換えを毎日続ければ数週間で育つので、調理して食べるまで集中して取り組めるでしょう。

虫も友だち

栽培活動をするするとそれを食べる虫や鳥がやって来ます。子どもたちの小さな命に向かう気持ちは私たちよりはるかにおおらかなので、害虫という意識はなく、むしろ動く虫のほうに興味をもつこともあります。これも大事な体験です。

5歳児がプランターでキュウリを育てていると、カメムシが来て卵を産みつけました。そのことを最初から観察していた子は、まもなく羽化することを知っていて私が葉に触ろうとすると、「もうすぐ赤ちゃんが生まれるから、揺らしちゃだめだよ」と言って、1匹ずつ成虫になっていくのをずっとやさしく見守っていました。

『保育ナビ』編集部からのお知らせ

公式サイトやSNSで保育最新情報をチェック!

『保育ナビ』は公式サイトやSNSでも様々な情報を配信しています。
より早く、より詳しい情報をぜひともチェックしてみてください。

公式サイト



YouTube



Facebook



Instagram



『保育ナビ』公式サイトの URL 変更に伴うご注意

セキュリティ強化のため、公式サイトの URL を以下の通り変更しています。

<https://hoiku-navi.froebel-kan.co.jp/>

2025 年 4 月号以前の誌面やチラシ等に掲載されている URL につきましては、現在は弊社での運用を終了しており、一切関係がございません。現在、旧 URL にアクセスすると外部のサイトが表示される状況となっております。読者の皆様におかれましては、旧 URL へアクセスしたり、表示されたサイトで個人情報の入力等を行ったりしないよう、十分にご注意をお願いします。

保育ナビ

2026年
8月刊行

フレーベル館 新刊のご案内

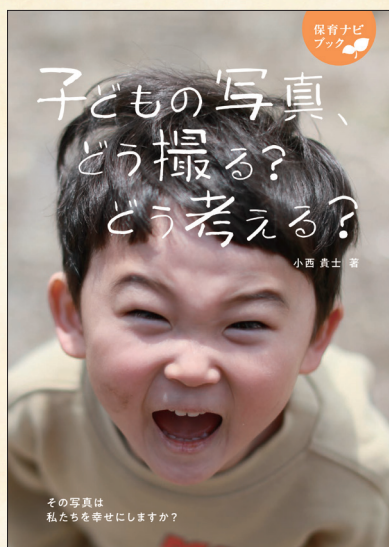
保育ナビ
ブック

子どもの写真、 どう撮る？ どう考える？

その写真は私たちを幸せにしますか？



文・写真 小西貴士
(森の案内人、写真家)



著／小西貴士

定価 2,970 円 (本体 2,700 円+税 10%)

96 ページ 26×18cm

ISBN 978-4-577-81589-2 108-36

Contents

【Gravure】

ぼくが分かち合いたい、
幼い人と過ごしたカケラ

【Question】

108 人の保育者の問いから考える

【Interview】

保育を大切に考える方々の言葉から考える
—ママ先生とあいこさんへのインタビューより—

【おわりに】

「保育ナビ」に長年写真と言葉を提供し、子どもの姿を撮り続けてきた小西貴士さんが、子どもを撮りながら気付かされたり、考えたりしてきたことは？

108 人の保育者の質問に小西さんが応えた Q&A、大豆生田啓友先生・柴田愛子先生への小西さんの率直なインタビューから、保育中に子どもを撮ることを、改めて考え直す 1 冊です。

※より良い内容とするために表紙と内容は変更になることがあります

保護者への発信、実践の記録、 販売のための撮影などで、 撮ることに 「振り回されている」皆さんへ

ポイント

- ① 保育ナビの裏表紙での連載作品に未発表のものも加えた、小西さんならではの写真と言葉の世界が味わえる。
- ② 子どもとの関係、写真と言葉の関係、道具や心構えのことなど、小西さんが大切にしていることを Q&A 形式で大公開！
- ③ 保育に写真は必要かという問いや、みんなの幸せにつながる写真とは何かという問いから、園で撮ることを考え直すヒントが満載。

