

# 浦和学院保護者の会講演会報告

## 「高校生の自立と家庭での食育」

健康推進部  
部長 加莉則子

平成29年11月4日（土）保護者の会講演会を実施しました。

本年は、埼玉大学教育学部教育学博士河村美穂教授をお迎えし、「高校生の自立と家庭での食育」をテーマにご講演いただきました。当日の参加者は276名と大変多く、大会議室の椅子が足りず、各部屋から運び入れるほどの大盛況でした。



河村教授ご自身の子育てのお話を交えながら、家族の食のあり方と人間関係の形成まで幅広くお話しいただきました。「子育てしながら自分も育つ」という言葉に頷きながら、高校卒業までに食事をする回数が19710回（3回×365日×18年）と聞き、改めて我が子と何を話し、何を食べてきたかと振り返りました。

りました。

ともに食べる「共食」は人間らしさの原点です。家庭での食卓が、話す、一緒に楽しむ場となっている高校生は、家族、友達の両方の関係性の中に「居場所」を見つけており、それはバランスのとれた理想的な「居場所」の様相をしているとのこと。対人関係は、「居場所」の重要な条件であり、「居場所」づくりは家庭での安心感が基盤となります。そのためにも、子どもの話を聞き、見守るような大人の存在が必要であると教えていただきました。

子育てのゴールは子どもが親を離れて自分自身の力で生きていく、つまり自立する事ではないでしょうか。まさにもうすぐ親元を離れて自分で生きていく子ども達です。親としてどう関わっていくか、改めて考えるよい機会になりました。

河村教授、ありがとうございました。

