

## 食事アンケートの結果のまとめ（令和元年度 1 月実施）

1 月に今年度 2 回目の食生活アンケートを実施いたしました。この結果を今後の食事作りや食育活動の参考にさせていただきます。お忙しい中ご協力いただき、ありがとうございました。

対象：もも組 1 才児～ひまわり組

101 人配布 101 人提出（提出率 100%）

### 問3.

#### ①朝食を食べますか

はい 98 人（97%）  
いいえ 3 人（3%）

6 月のアンケート結果に比べて、食べるようになった方が増えていました。これからもなるべく少しでも食べる習慣をつけていきましょう。

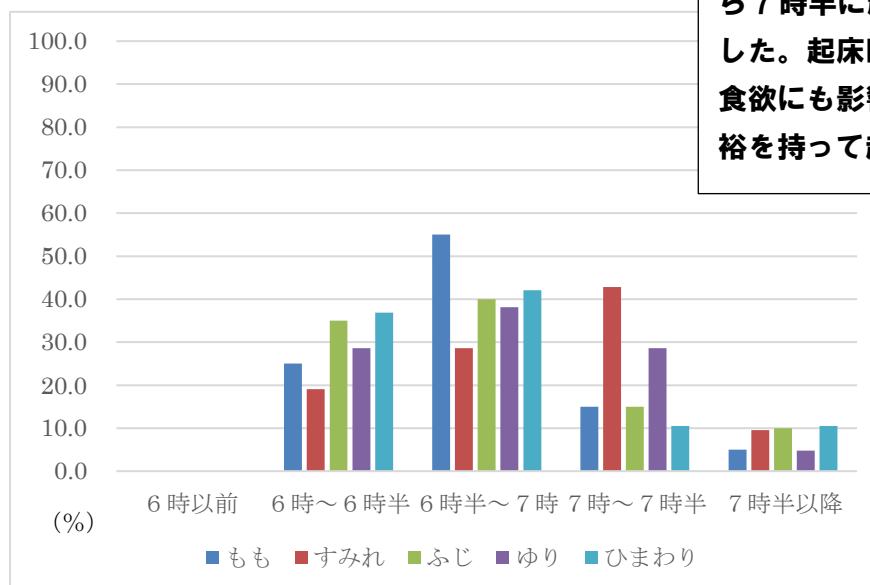
#### ②いいえと答えた人

週 2～3 日食べない 2 人  
ほとんど食べない 1 人

#### ③食べない理由

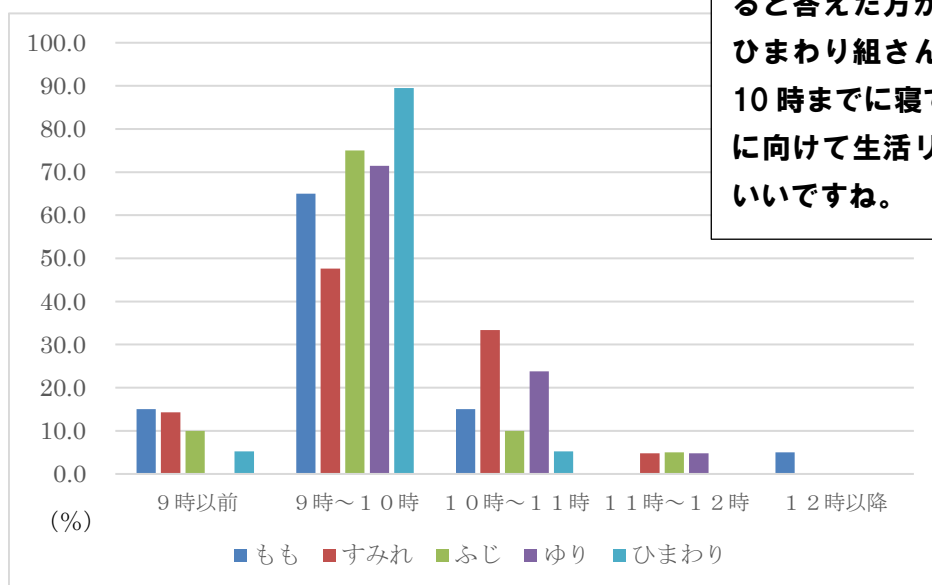
食欲がわからない 2 人  
以前から食べる習慣がない 1 人

### 問5. 朝、何時に起きますか



寒いせいか、6月の結果よりも7時から7時半に起きると答えた方が増えました。起床時間が朝食を食べる時間や食欲にも影響しますので、なるべく余裕を持って起きるようにしましょう。

問6. 夜、何時に寝ますか



起床時間に比例して、10時以降に寝ると答えた方が増えました。年長のひまわり組さんは、ほとんどの人が10時までに寝ています。小学校入学に向けて生活リズムが整っていくといいですね。

問9.

①平日の朝食は大人と一緒に食べますか

はい 84人 (83%)

いいえ 17人 (17%)

②平日の夕食は大人と一緒に食べますか

はい 100人 (99%)

いいえ 1人 (1%)

朝、夕共に少しですが、子どもさんだけで食べるという方がおられました。特に朝はお忙しいとは思いますが、少しでも子どもさんと一緒に食べることで、食欲が増したり、マナーなどを見てあげることができると思います。朝の習慣を少し見直してみてもいいのではないでしょうか。

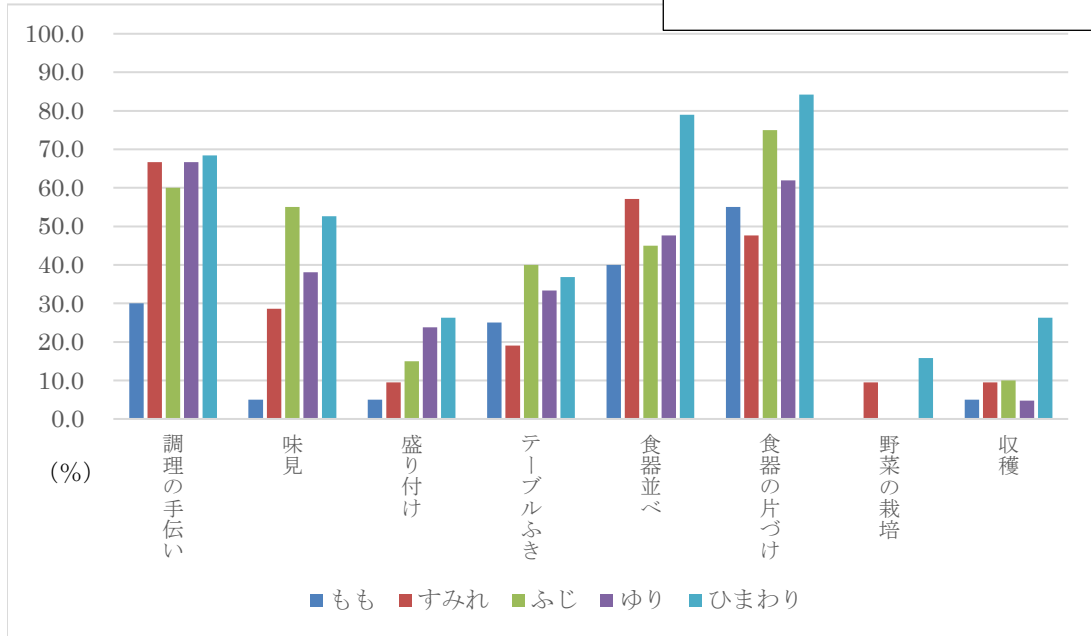
問10. 苦手な食材はありますか

1位	ピーマン	10人
2位	きのこ	9人
3位	ねぎ	8人
4位	トマト	7人
5位	葉物	6人
	野菜	
	チーズ	
8位	なす	5人
	たまご	
10位	しいたけ	4人
	ほうれんそう	
	魚	

問12

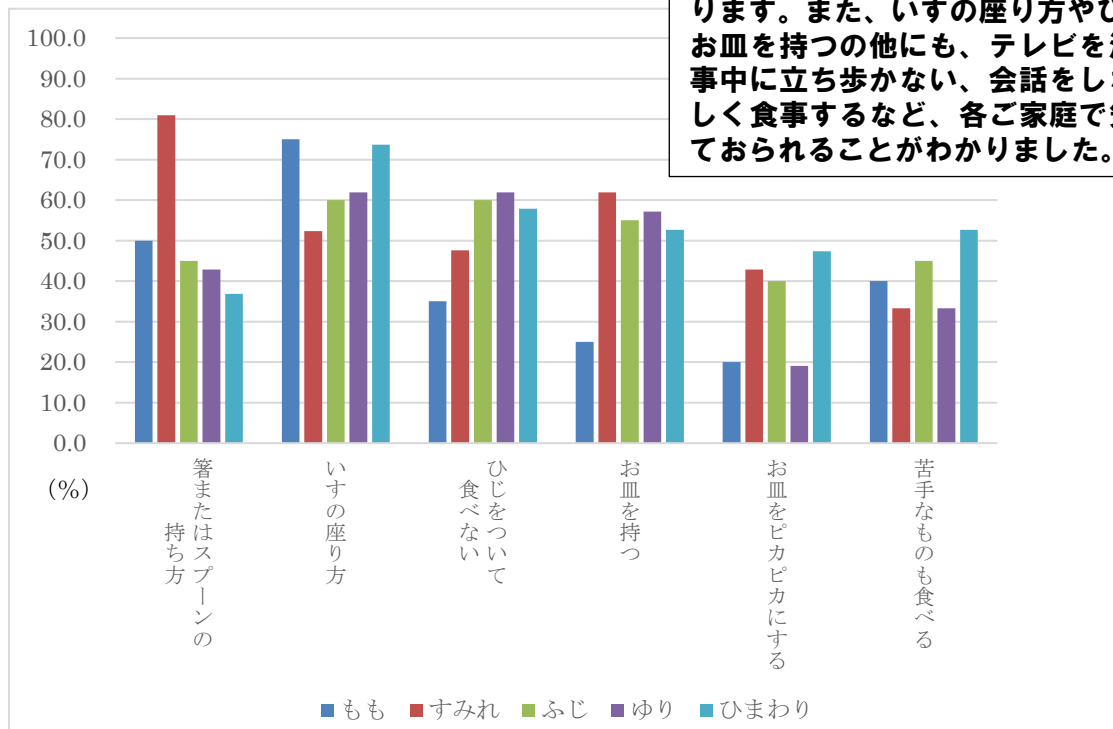
①食事作りに関するお手伝い

今回もいろいろなお手伝いを通して、お子さんも食事作りに関わっておられていることがわかりました。



②気をつけている食事マナーは何ですか

箸・スプーンの持ち方と答えた方がすみれ組さんで増えました。お家でもお箸への移行を進めておられることがよくわかります。また、いすの座り方やひじつき、お皿を持つ以外にも、テレビを消す、食事中に立ち歩かない、会話をしながら楽しく食事するなど、各ご家庭で気をつけておられることがわかりました。

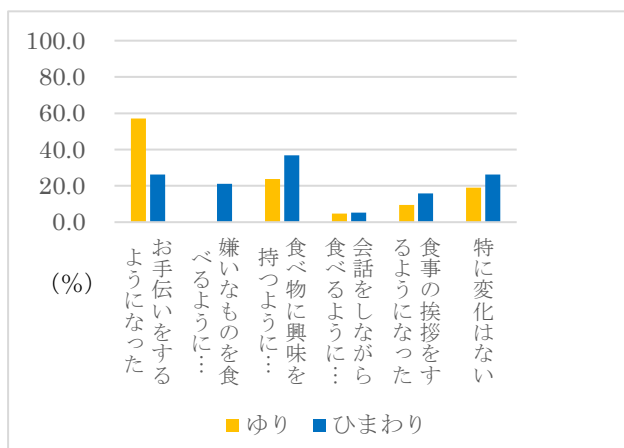
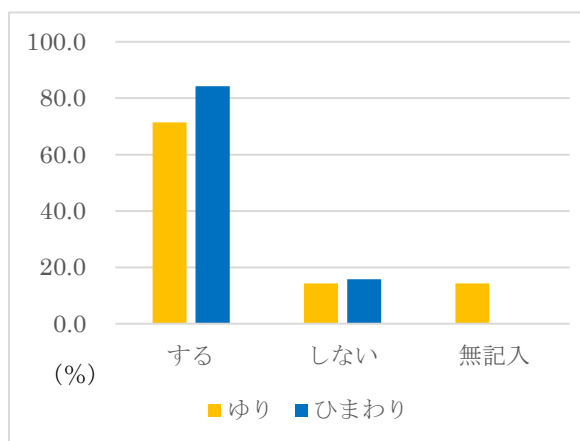


(ゆり・ひまわり組のみ)

問13.

①園での体験の話をしますか

④体験の後、どんな変化がありましたか



保育園の食育活動やご家庭での食育について、感じていらっしゃることを

#### もも組

- ・園でいろいろ経験させてもらっているので、家でもお手伝いをよくします
- ・玄関掲示の食事の様子やおたよりを参考にしています
- ・食べ物を投げたり、こぼしたりは仕方がないが、偏食が多くて困っています
- ・園でいろいろな食材や季節、行事に合ったものを作っておられたものを出しておられて、すごいな～と思います
- ・おたよりに書かれている旬の食材など参考にしています
- ・イヤイヤ期だからなのか、毎日振り回されています
- ・栄養に気使ってくださいありがとうございます

#### すみれ組

- ・バランスよく栄養たっぷりの食事を用意していただきありがとうございます
- ・クッキングをたくさん経験させていただき感謝しています
- ・食べやすくおいしく栄養バランス良く考えてくださっているので感謝しています
- ・この年齢での味付けの濃さはどれくらいなのかな、といつも迷いながら薄めています
- ・園が食育や食材にこだわっておられるなど感じて、とても安心でありがとうございます
- ・家ではなかなか食事がすすまない野菜も園ではたくさん食べてくれるので本当に助かります
- ・家でもなるべくいろいろなものを食べてくれるように考えていこうと思います
- ・園では食事には特に問題ないようですが、家では食べなかったり、嫌いなものには手をつけなかったりするのが気になっています
- ・魚が大好き 毎日魚がいいと言っています
- ・食べられないものがあるても見守ってほしい
- ・食事中に遊んだり、食べ物で遊んだりする姿をたまに見かけ、注意はしていますが、園の方でもご指導いただけると喜びます

### ふじ組

- ・いつもおいしい食事をありがとうございます
- ・家で十分な栄養バランスが取れていなくても園で取れていると思うと安心です
- ・家庭ではなかなか行事食を用意できないので、園で出してもらえて助かっています
- ・魚や葉物野菜など、食べにくいものの前処理で工夫されていることがあれば、おたよりにのせてほしいです

### ゆり組

- ・子どもが食べるメニューを考えると、自然と野菜のメニューが減ってしまい、野菜不足になっています
- ・決まった野菜しか食べないので、朝食は野菜ジュースを飲ませています
- ・園では本当に食育に力を入れられていると思います
- ・愛情たっぷりの食事を食べられて子どもたちは幸せです
- ・とにかくおしゃべりで時間がかかり、園でも遅くなると言っています
- ・給食はおいしくておかわりしたとよく話してくれます
- ・家ではどうしてもバランスにそこまで気を配れないので、毎日の食事がとてもありがたいです

### ひまわり組

- ・食育活動で、自分も知らないことを子どもが覚えて帰ってきて教えてくれることもあり、驚いています
- ・園での食事がおいしいと家でよく言っています
- ・副菜など参考にしています
- ・家では嫌がる野菜も園ではがんばって食べているようです
- ・しいたけ収穫の時に食べた『しいたけのマヨネーズ焼き』が気に入り、家でも作ったところ、しいたけが少し食べられるようになりました
- ・苦手な物が多いですが、食育を通していろいろな体験をさせていただき、感謝しています
- ・園で焼きサンマ焼を食べたので家でもしようとしたら、食べませんでした
- ・野菜も好き嫌いがないので嬉しいです