

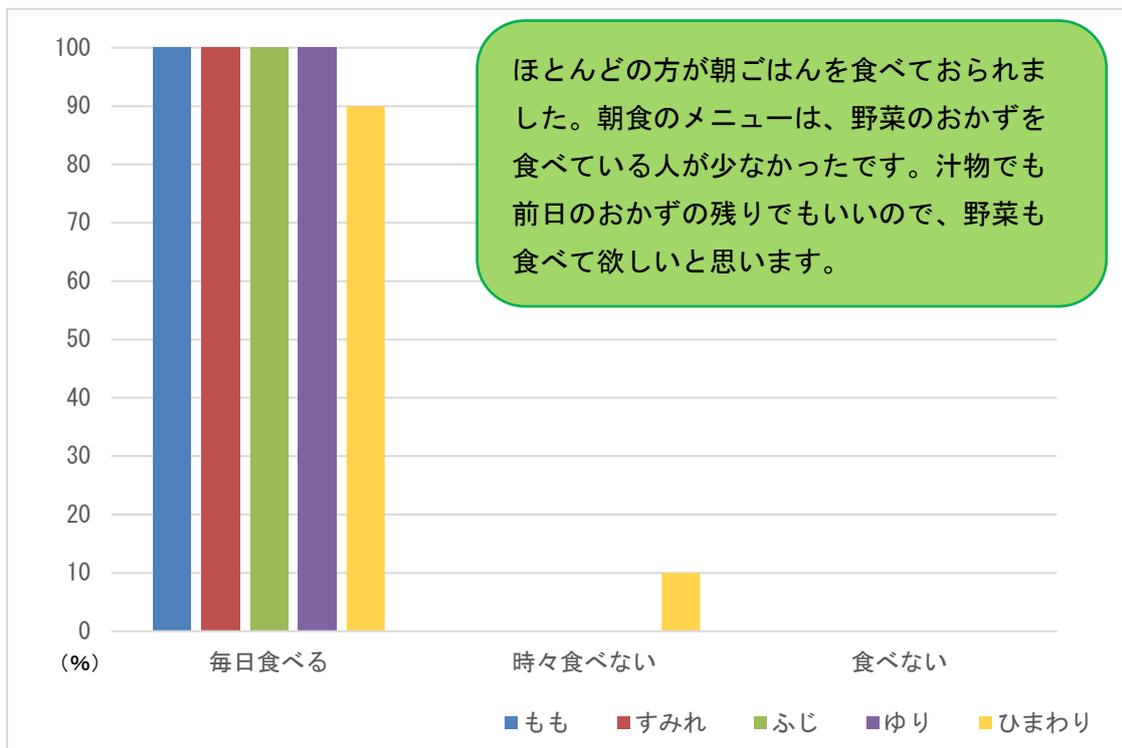
食生活アンケートのまとめ（令和5年6月実施）

6月に提出していただいた食生活アンケートの結果をお知らせします。
ご協力ありがとうございました。

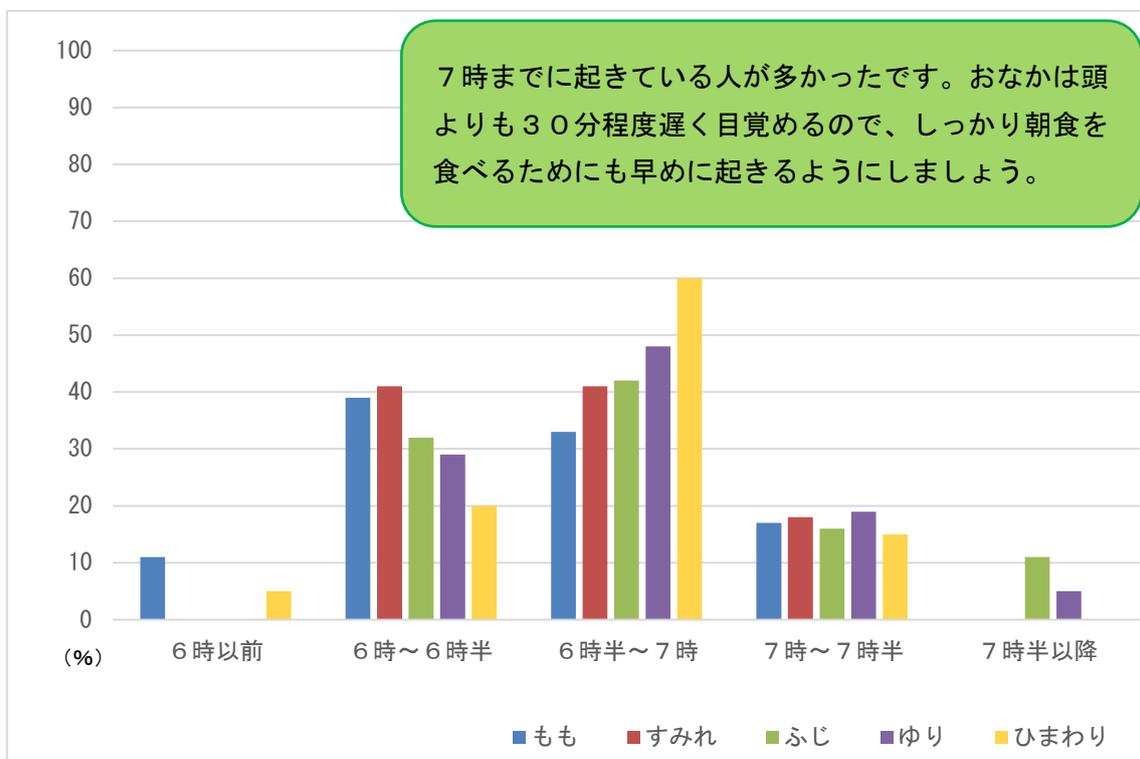
対象者 もも組1歳児～ひまわり組96名 提出率97%



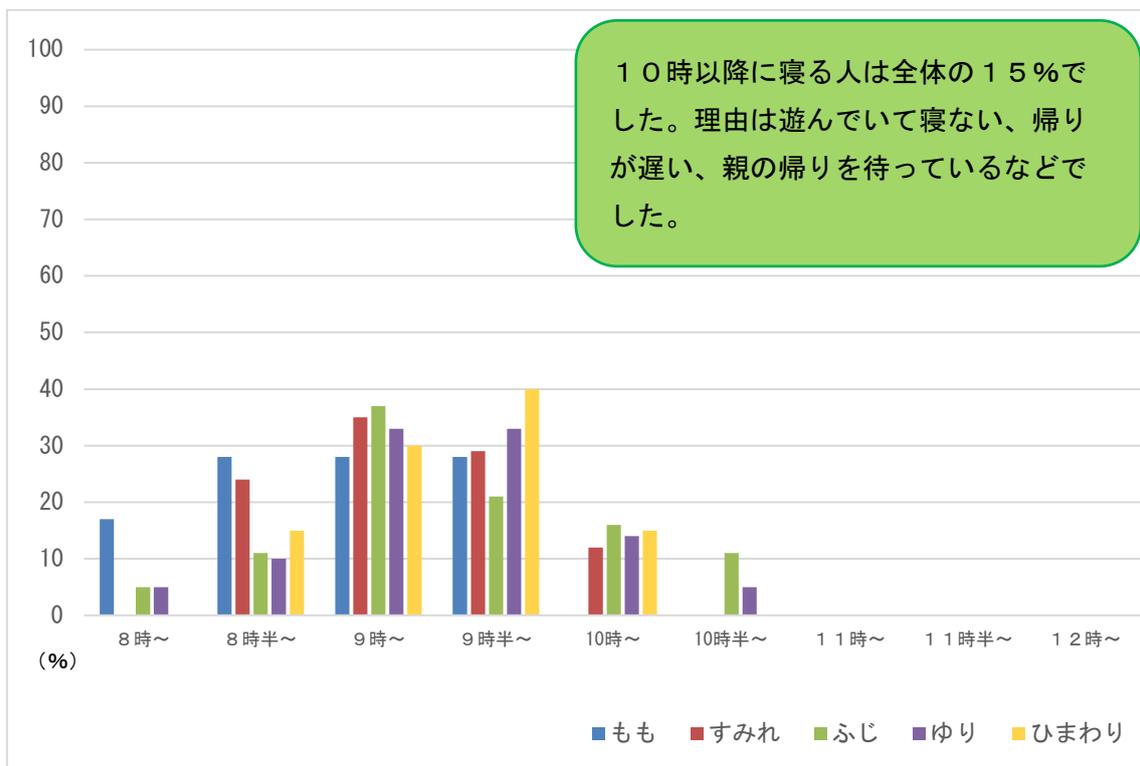
◎ 朝ごはんを食べますか？



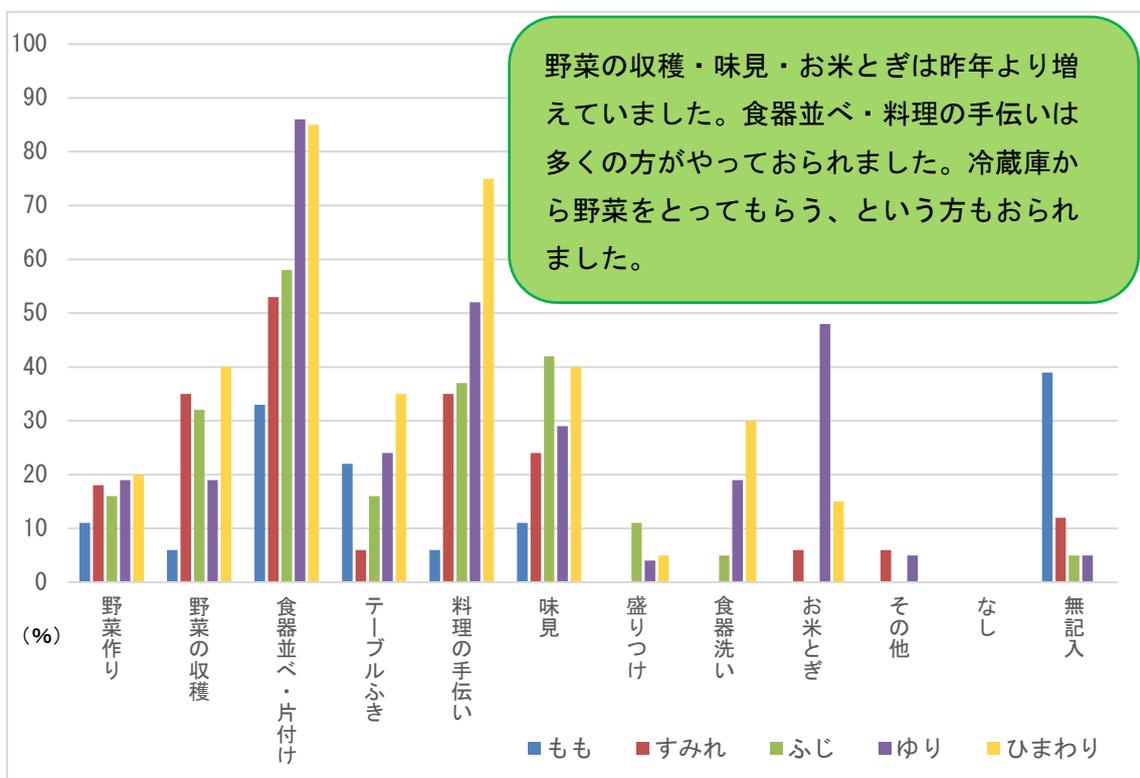
◎ 平日は何時に起きられますか？



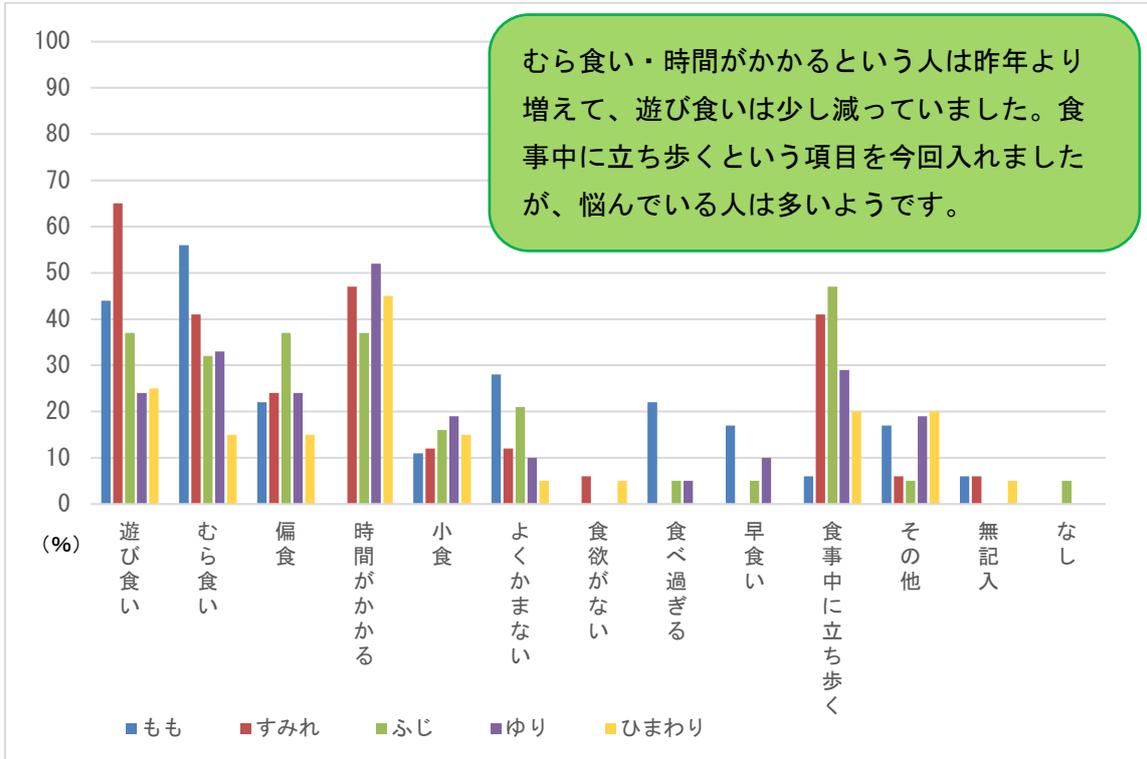
◎ 平日は何時に寝られますか？



◎ 食事のお手伝い、野菜作りなど、お子さんが食に関わる機会がありますか？



◎ 食事・マナーなどで悩んでいることはありますか？



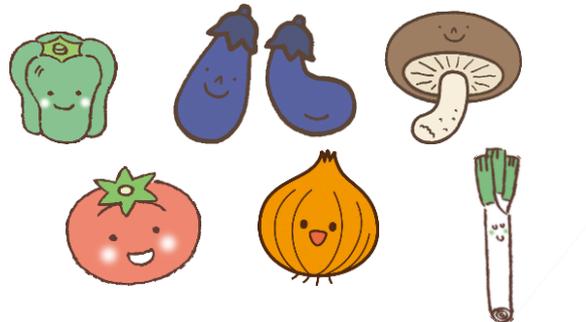
◎ 好きな野菜は何ですか？

- | | |
|----|--------|
| 1位 | トマト |
| 2位 | 人参 |
| 3位 | ブロッコリー |
| 4位 | きゅうり |
| 5位 | とうもろこし |



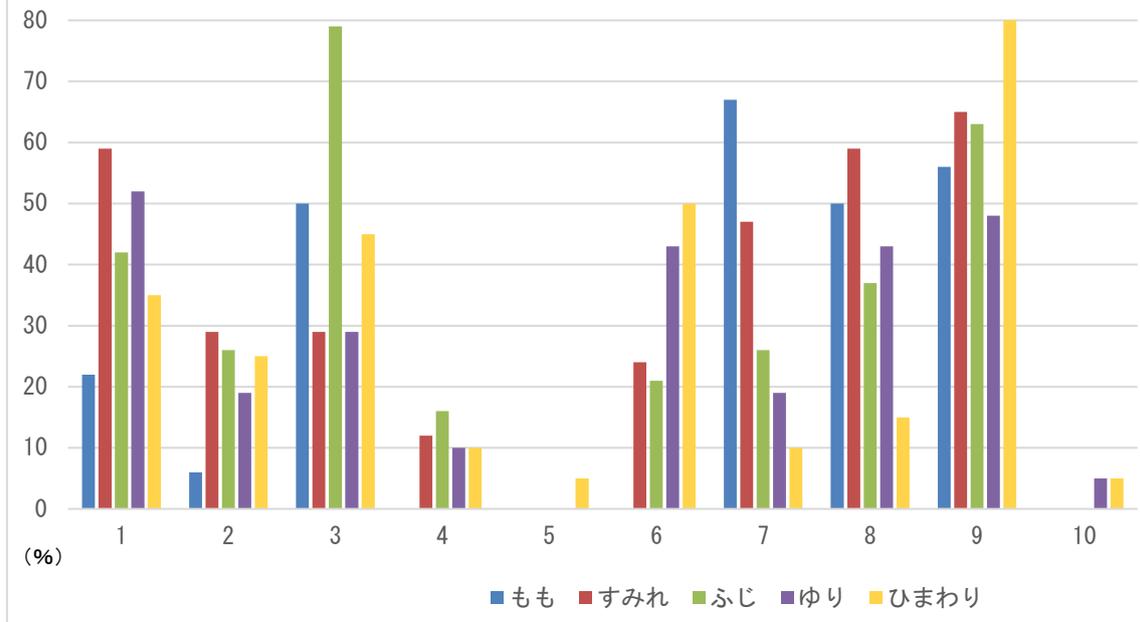
◎ 苦手な食材は何ですか？

- | | |
|----|------|
| 1位 | ピーマン |
| 2位 | なすび |
| 3位 | トマト |
| 4位 | きのこ |
| 5位 | ねぎ |



◎ 家庭でどんな食育活動をしておられますか？

買い物の時に教える・匂いのものを食べる・おままごとをする・楽しく食事をするという方が多かったです。バランスのよい食事をするよう教えている、毎日の給食で何がおいしかったかなど話をしているという方もおられました。



- ① 買い物に行ったときに、野菜の名前を教えたり、一緒に選んだりする
- ② 実物の野菜を触ってみたり、匂いを嗅いでみたりする
- ③ 匂いのものを食べる
- ④ 梅干し作り、ジャム作りなど特別な体験をする、見せる
- ⑤ お弁当を一緒に作る、おかずなどを入れる
- ⑥ 皿や茶碗を正しい場所に置く、箸・皿・茶碗の持ち方を教える
- ⑦ 食べ物の絵本を読む
- ⑧ 一緒におままごとをする（食べ物を使ったもの）
- ⑨ 家族そろって会話をしながら楽しく食事をする
- ⑩ その他

◎ 質問・ご意見

- 昼食をどのくらい食べたか…などをノートに記載してほしいです。(もも組)

毎日全員にお伝えするのは難しいですが、気になる方はいつでも言ってください。

- 1日の献立が前日にわかるようにしてほしい。(ふじ組)

玄関にある献立表を前の月の最終日に貼るようにしようと思います。忘れてしまったらすみません…。

- 旬の食材を子どもに伝えてほしい。(ふじ組)

食事の様子を見に行った時などに話をしていますが、わかりにくかったかもしれません…。これからも話をしていこうと思いますが、食事だよりも載せていますので、ご家庭でも伝えてあげてください。

- エビや貝などをどのように調理して食事に入れてるか気になる。(ふじ組)

汁物(あさり汁・しじみ汁・エビ入りのスープなど)、シーフードスパゲッティ、ピラフ、炒め物、えびあんかけ等に入れています。
もも組さんには切って出しています。

- ゆり組くらいだと、どのくらいの大きさ、量がよいのでしょうか。(ゆり組)

園の食事ではごはん70g、肉や魚50g、野菜100g程度を出しています。個人差はありますが、おかわりをしてもっと食べているお子さんもおられます。

のどに詰まらないように気をつけて食べるということも学んでほしいので、柔らかいものは大きめに切って出しているものもあります。

わかりにくいかもしれませんが、玄関に貼ってある展示食の写真もご覧ください。

- たまにおやつ量が少なかったと言っています。(ひまわり組)

好き嫌いや食べる量には個人差があるので、おかわりで調整していますが、人気メニューの日などは、足りないこともあるようです。

量だけでなく、エネルギー等も食事とのバランスを考えているので、内容によっては量が少なめの日もあります。

- 家では食べにくいメニューもありますが、保育園では食べているようです。

保育園では、同じ年のお友だちがたくさんいて、食事の時も少し頑張っているんだと思います。「〇〇も食べたんだね。頑張ったね。」と言ってあげてください。

- 子どもたちが毎日の給食、おやつを楽しみにしている姿を見て、とてもおいしいんだろうなと感じています。栄養満点の給食をありがとうございます。

毎日献立表を見て、今日の食事を楽しみにしてくる子、「今日のごはん何〜?」と聞いてくる子、「おかわりしたよ!」「今日の〇〇がおいしかったよ」と話してくれる子…そんな子どもたちを見ていつも嬉しい気持ちになっています。これからも楽しくおいしい食事になるよう、頑張っていきたいと思います。

他にもたくさんのご意見をいただきました。ありがとうございました。

保育園でもたくさんのお食体験をさせてあげて、「食べることは楽しい」と感じてほしいと思っています。

