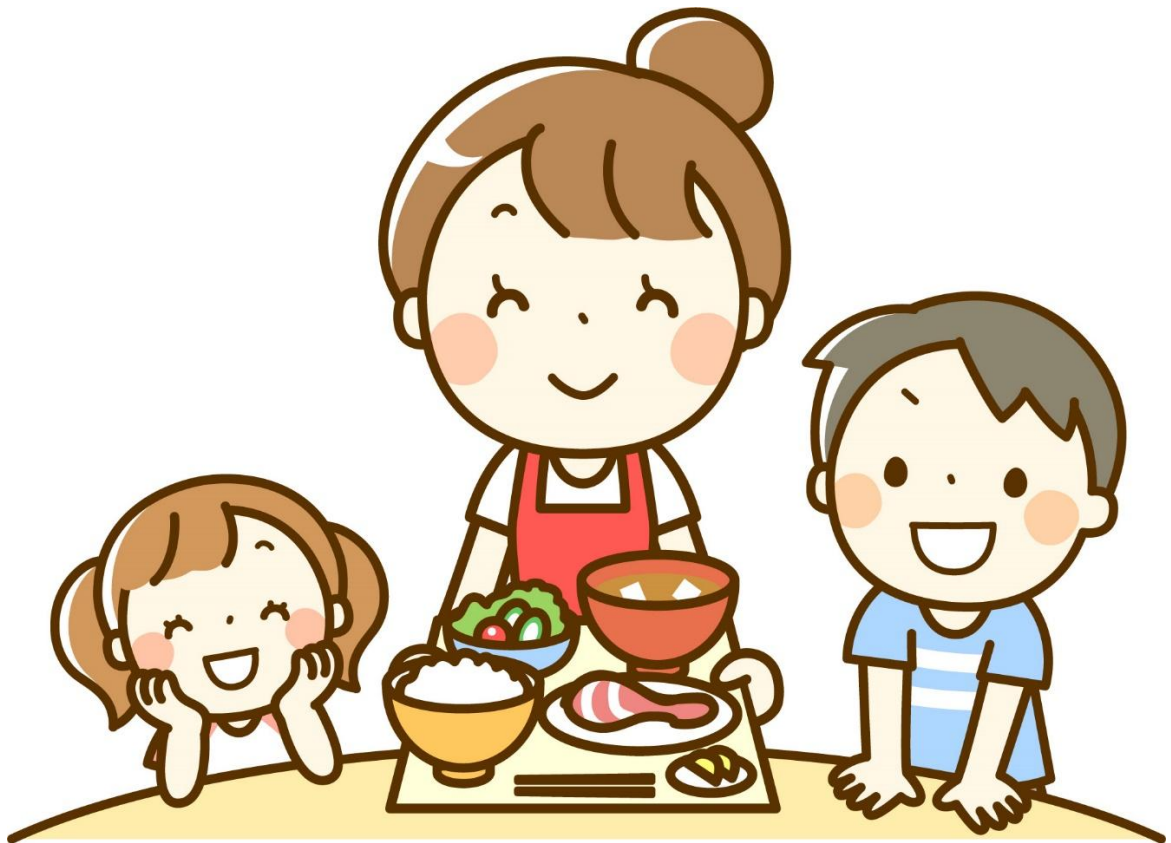


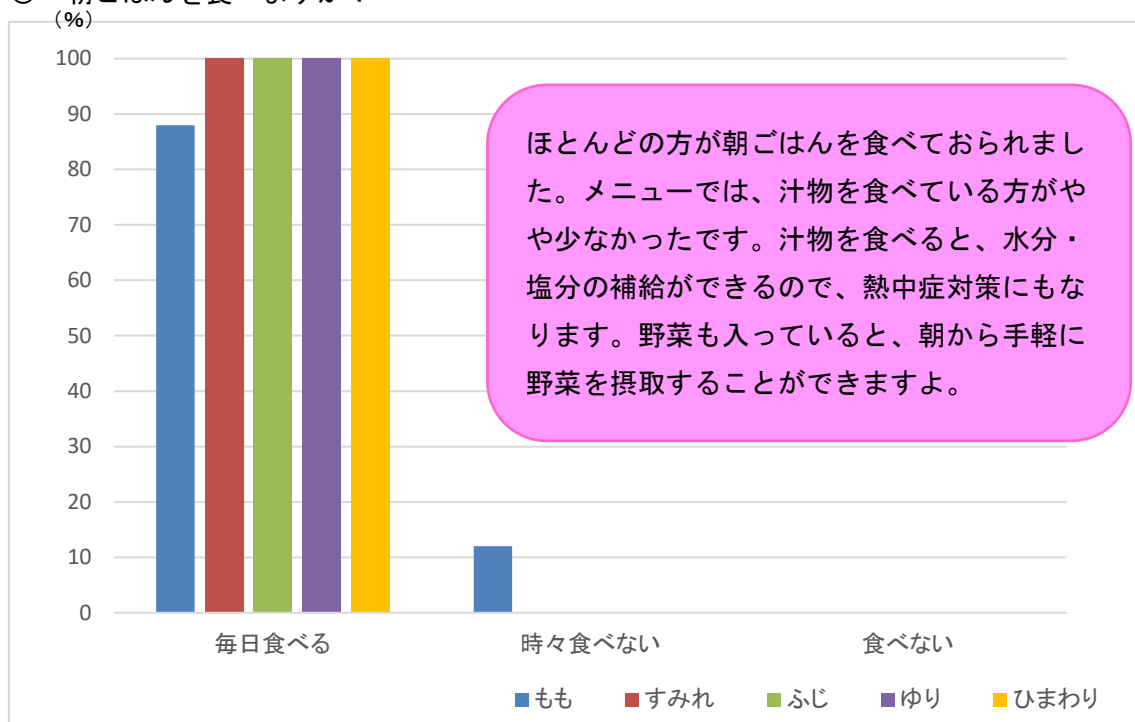
食生活アンケートのまとめ（令和7年6月実施）

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。

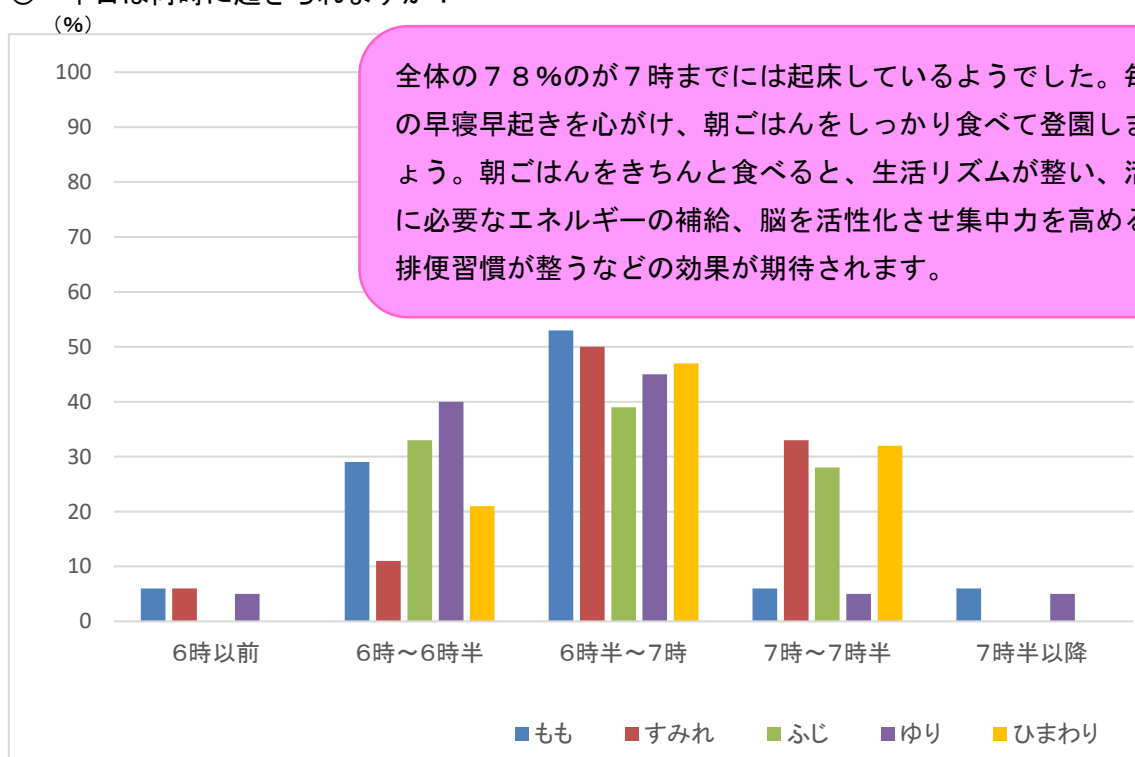
対象者 もも組1歳児～ひまわり組90名 提出率100%✨
配布日 令和7年6月5日



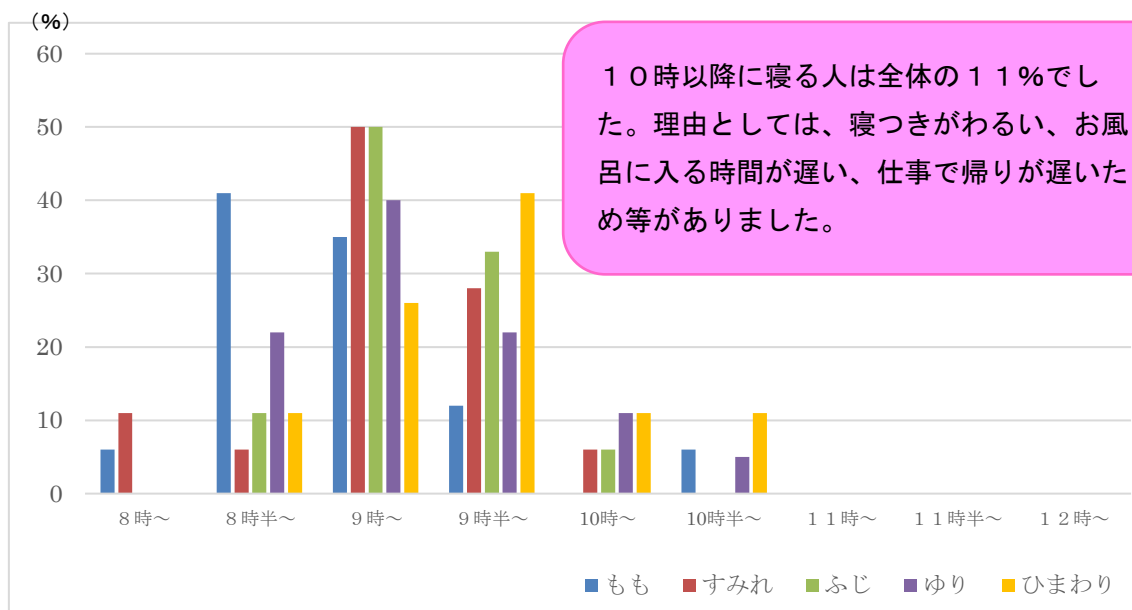
◎ 朝ごはんを食べますか？



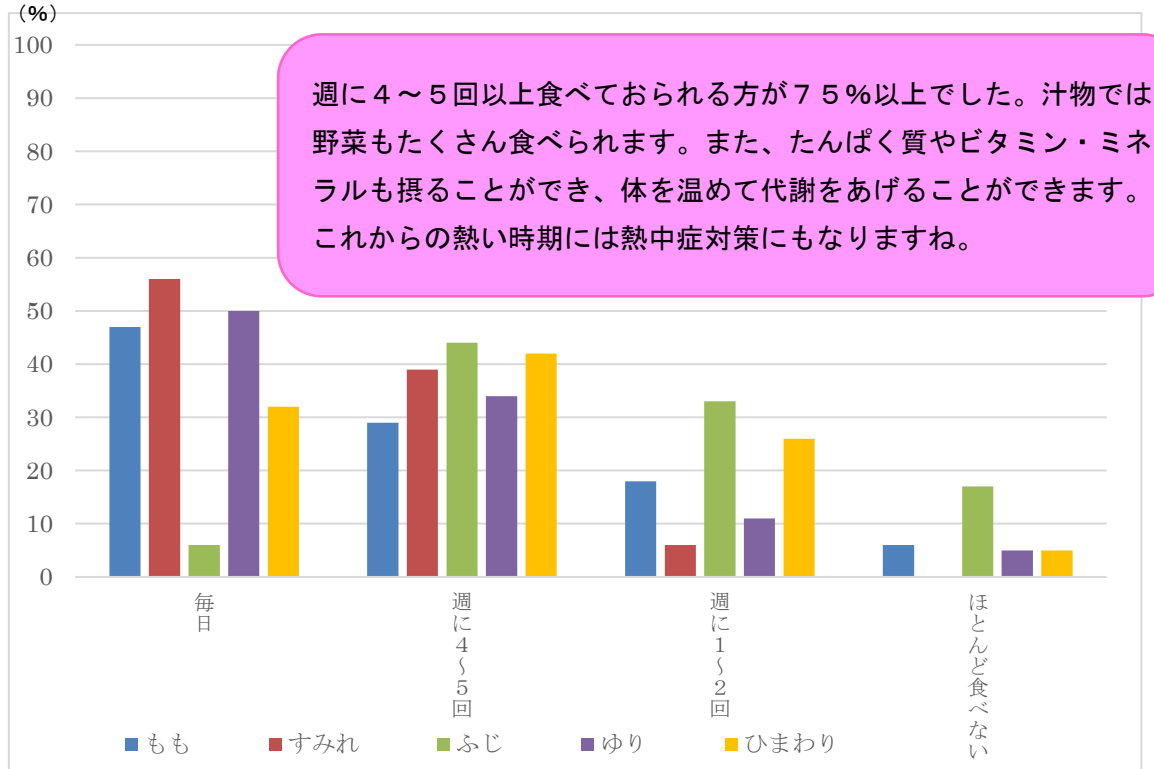
◎ 平日は何時に起きられますか？



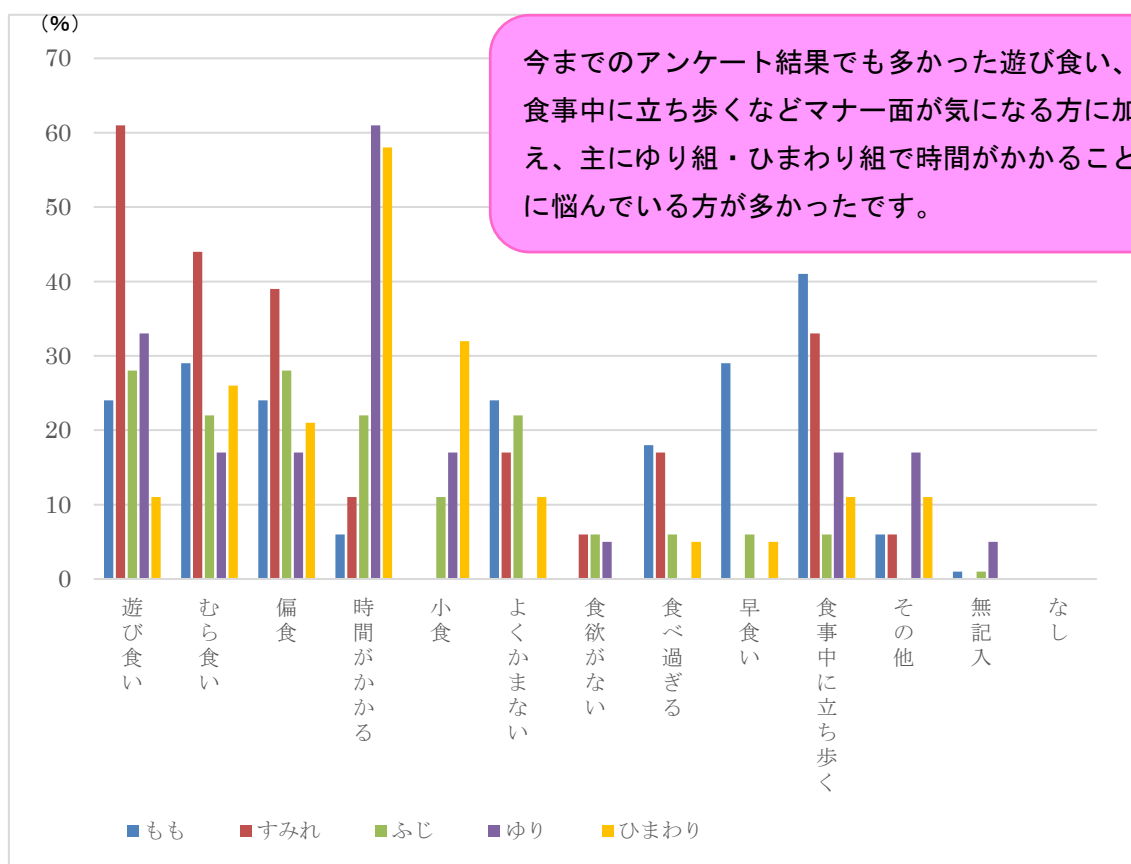
◎ 何時に寝ますか？



◎ 野菜が入っている手作りの汁ものをどのくらいの頻度で食べられますか？



◎ 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 | 人参 |
| 2位 | トマト |
| 3位 | ブロッコリー |
| 4位 | とうもろこし |
| 5位 | きゅうり |
| | さつまいも |

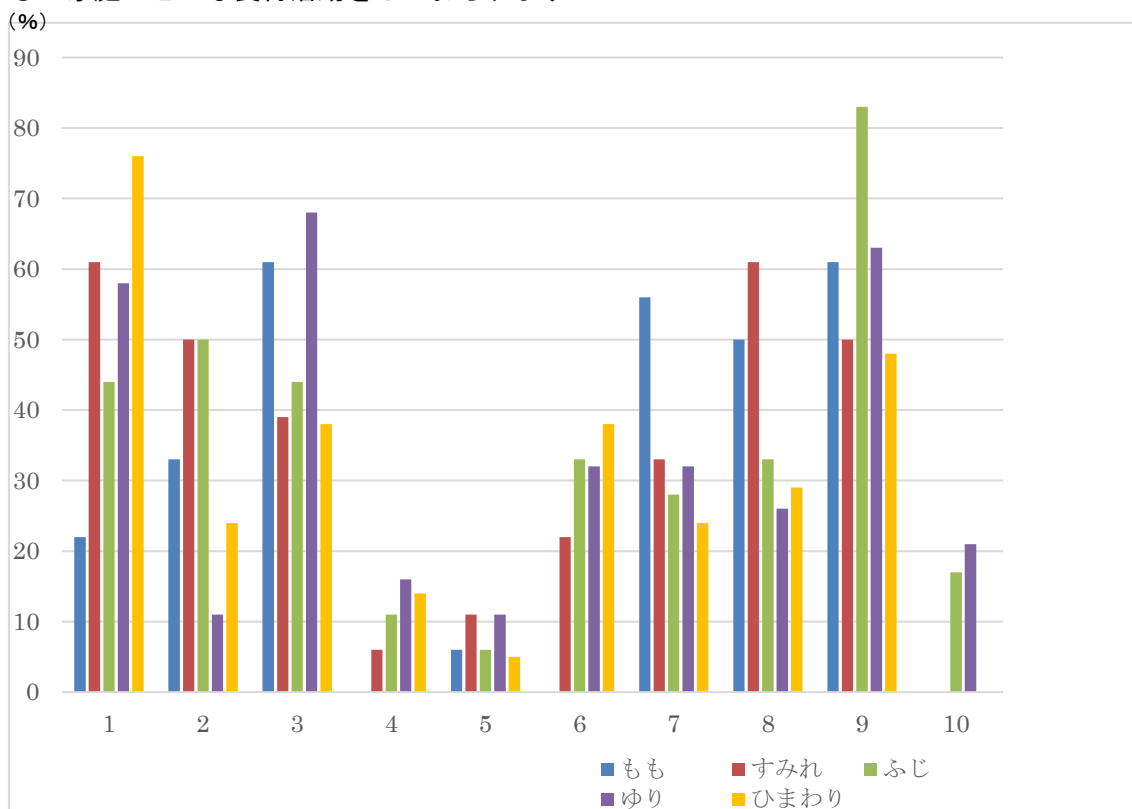
◎ 苦手な食材は何ですか？

| | |
|----|-------|
| 1位 | ピーマン |
| 2位 | トマト |
| 3位 | ねぎ |
| | なす |
| 4位 | 肉 |
| 5位 | ほうれん草 |
| | きのこ |

好きな野菜は、例年と大きく変わりませんでした。園では、ふじ組以上のクラスは毎週金曜日、もも組・すみれ組は毎日の朝のおやつの時間にボイルした野菜（じゃがいもや人参、さつまいもなど）を食べています。野菜そのものの味を美味しくいただいています。

苦手な食材では、ピーマン、トマト、ナス、ほうれん草が例年通り上位に入り、4位の肉は「硬い肉」や「塊の肉」などが食べにくいようです。園の食事では、なるべく小さく切ったり、柔らかく煮て出しています。

◎ 家庭でどんな食育活動をしておられますか？



- 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 旬のものを食べる
- 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 お弁当と一緒に作る、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

家庭で様々な食育活動を行っておられるようでした。その他では、冷蔵庫から野菜を出してもらう、一緒に簡単なクッキングをする、家庭菜園をしているという方もおられました。

- ◎ 保育園の食事に関するご意見・ご質問など（一部抜粋）
- 子どもが家ではナスを食べないんですが、保育園では美味しいから食べると言っていて、何かの機会子どもたちが好きなナス料理のレシピを教えてもらえると嬉しいです。（ゆり組）
 - スタミナ納豆が大好きなようです。今後もレシピを参考にさせていただきます。（もも組）
過去の人気レシピはホームページに掲載しておりますので、ぜひご覧ください。今年度の人気だった献立のレシピ集は、年度末に出す予定にしています。
 - マナーなどで悩んでいることに「こうしてみるといいかも」という知恵や参考にできることがあれば、おたよりで紹介してもらいたいです。（すみれ組）
年齢によって声掛けの仕方を変えたりもしていますが、園で行っている食事の際の声掛け等をすまいるだよりで紹介できたらと思っております。
 - 保育園ではどのくらいの時間をかけて食事を行っているのか気になります。（ふじ組）
園では、30分程度で食事を行なっています。
 - 保育園での食事はおかわりなどないですか？（ふじ組）
献立内容にもよるのですが、基本的におかわりを用意しています。
はじめにクラスに配膳された分の食事がなくなると、「おかずのおかわりありますか？」「汁のおかわりがありますか？」など、すまいるまで尋ねに来てくれる子どもたちもいますよ♪
 - 様々なクッキングをしていただいて、ありがとうございます。すまいるデーを楽しみにしていて、三色食品群にも興味を持ち、食事中によく話してくれます。（ゆり組）
毎年行っている笹巻き作り、もちつきの他にもクラス毎で様々なクッキングを行っています。すみれ組・ふじ組は食材を丸めたり、ちぎったり、型抜きをします。ゆり組・ひまわり組はナイフ・包丁を使って食材を切ったり、ピーラーを使ったりしてクッキングを楽しんでいます。
ゆり組・ひまわり組を対象に行っているすまいるデーでは、栄養士が食べ物の話や体の話をする食育を行っています。簡単なクッキングやゲームなどのお楽しみもあります☆
 - いつも旬の野菜を使っていろんな食事を出していただきありがとうございます。なかなか家ではできないのでとても助かります☆（もも組）

- 毎日とても美味しそうな献立が考えてあって、そういう食事を子どもがさせてもらっていることを嬉しく思っています。フルーツについても、子どもの安全を考えながら成長につながるような出し方が考えてあってありがたいです。（すみれ組）
- いつもおいしい給食をありがとうございます。野菜が苦手で家ではあまり食べませんが、給食ではたくさん食べる事が出来ているようです。きっと、給食がおいしいからたくさん食べる事ができるんだなと思います。本当にありがとうございます。（ふじ組）
- 栄養バランスのとれた食事を考え、提供していただき本当に感謝しています。また、野菜を育てたり、すまいるデーなどの活動を行ったりと、子どもたちが楽しめる食育活動に取り組んでいただきありがとうございます。ぜひ続けてほしいです！（ゆり組）
- 保育園でバランスの取れた食事を出していただき、家では気楽に構えることができます。ありがとうございます。（ひまわり組）

ご協力ありがとうございました。

