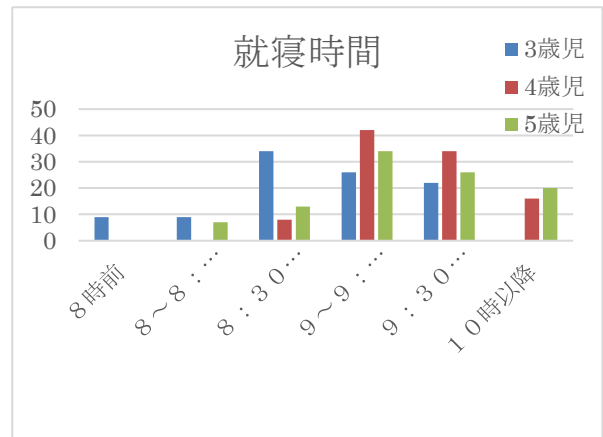
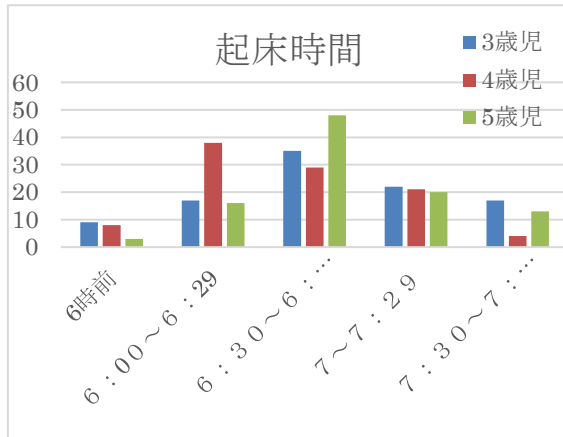


食生活アンケート結果報告（3歳以上児）

令和5年3月発行

昨年11月に保護者の皆さんにご協力いただきましたアンケートの結果を、抜粋して報告致します。

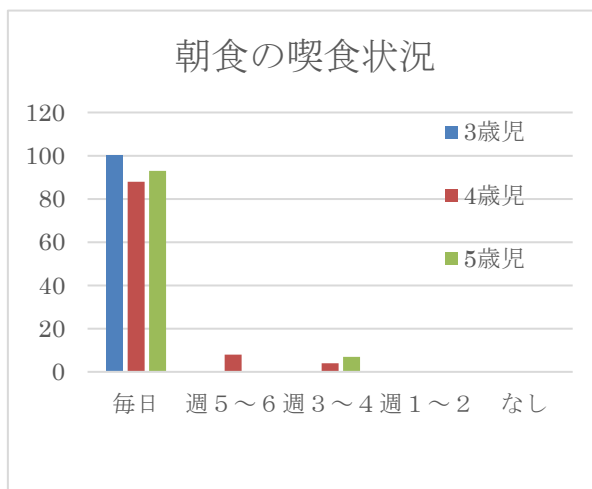
① 生活リズムの状況



7時00分までに起床している子が多く中でも、**4歳児はほとんどの子が7時半までに起床している**。全国的な傾向と等しく、7時までに起床している児童が半数以上をしめている。

一方で、就寝時間が9時以降の子が多く、**年齢が上がるにつれ就寝時間が遅い傾向が伺える**。

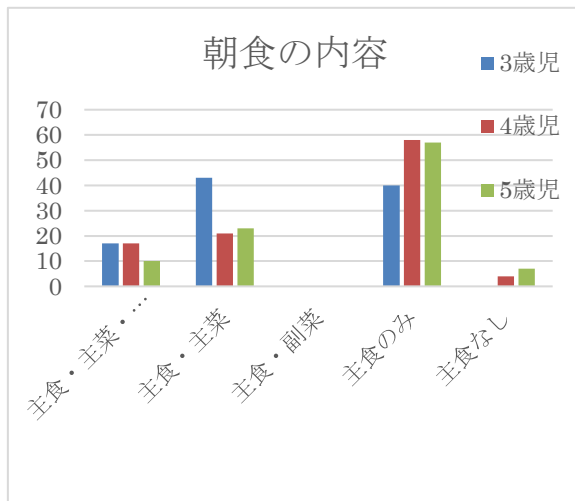
② 朝食の喫食状況



朝食を毎日食べる子は就寝時間が早い傾向にある。年齢が上がるにつれ、毎日朝食を食べている子が多い。4歳児・3歳児では、食べない日がある子が数名いる。

早寝早起きは体内リズムを整え、子どもの健やかな成長に欠かせません。家族みんなで早寝早起きしましょう。

朝食でよく食べ合わせる組み合わせ



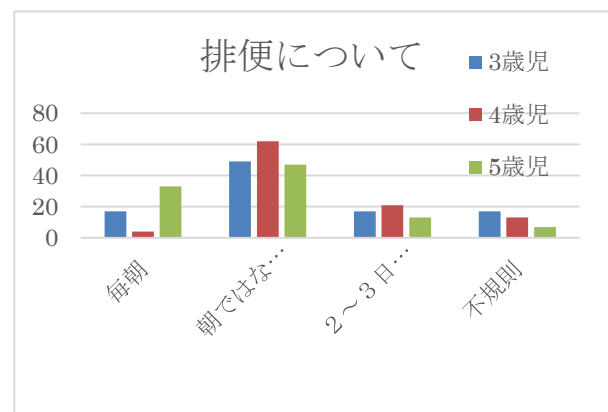
主食：ご飯・パン・シリアル
 主菜：肉・魚・卵・豆腐等の料理
 副菜：味噌汁・スープ・野菜料理

3歳以上児全体でみると

「主食＋主菜＋副菜」のそろった朝食を食べている子は10%以下と少なく、**主食のみの子が半数以上をしめている**。主食はパンや菓子パンでなどが多かった。朝食も主食・主菜・副菜がそろってバランスが良くなります。

③ 排便の状況

毎朝、規則的に排便がある子は少ない傾向にある。**2～3日に1回しか排便がない子と不規則な子も多い傾向である**。



「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」で健康で元気な1日をスタートしましょう

④ 子どもの食嗜好まだ

●好きな料理

	ベスト3
1	カレー
2	唐揚げ
3	ハンバーグ

●嫌いな食品

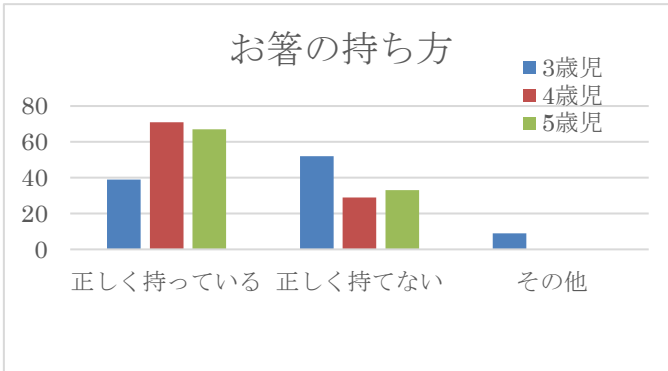
	ワースト3
1	野菜
2	なす・ピーマン
3	きのこ類

●よく食べる間食

	ベスト3
1	スナック菓子
2	チョコレート
3	ビスケット

子どもの嗜好は洋食を好み野菜やきのこが苦手な傾向がある。例年とあまり変化がない。間食もスナック菓子やチョコレートが上位をしめ、例年と同じ傾向にある。

⑤箸を正しく持てるか



半数以上の子がほぼ、お箸を正しく持っている
 保育園では、その子に合わせ、箸とスプーンを使っています。

⑥家庭での食育状況

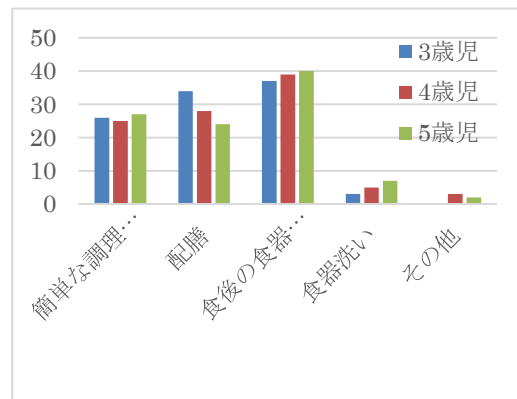
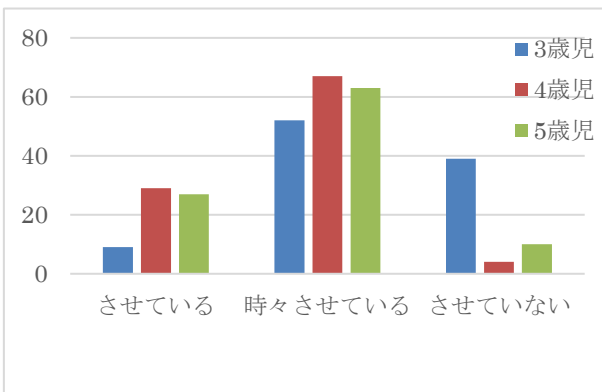
●食事で気を付けていること

	ベスト5
1	食事マナー
2	栄養バランス
3	衛生面
4	手作り
5	旬の食材

どの年齢も同じく、食事で気を付けているところは**食事マナー・栄養バランス**と答え方が多く、次いで、衛生面や手作りなどが上位をしめている。近年は衛生面が上位に入るようになった。

保育園でも衛生面・マナーや栄養バランス・手作りや旬の食材などに力を入れ給食を進めています。

●お手伝いについて



4歳児・5歳児の子のほとんどが、家庭で食事のお手伝いをしている。主に配膳や食器運びが多く、簡単な調理をしている子も多くいた。子どもたちは家庭で、食にかかわる事を学んでいる。保育園でも子どもたちが積極的に食べる事や食材に興味を持てるよう進めていきたいと思ひます。

保育園ホームページについて

- ✚ 沢山の食材を使って色々な献立で美味しそうな給食で有難く思っています。
- ✚ 分かりやすく伝わりやすい。園での方針や取り組みなどが伝わりやすいです。
- ✚ いつも美味しそうでいいなと思います。
- ✚ 前はただ写真が並んでいた印象でしたが最近の分は一言コメントがついて良くなったと思います。もう少し美味しそうに見える写真だとより良いかも。
- ✚ メニューのヒントをもらっています。
- ✚ 見やすい 園での取り組みが分かりやすいです
- ✚ 子どもの園生活・給食の様子を知りたいのでHPやインスタを楽しみにしています。
- ✚ 給食の写真にコメントを載せてほしい。レシピも載せてほしい。
- ✚ 食育など野菜を丸ごと見たり、さわったり家では出来ないのが嬉しいです。

ご意見・ご感想

- ✚ 自宅では野菜を嫌がることが多くありますが、保育園では残さず食べるようです。野菜を多く使用して頂き助かっています。ありがとうございます。
- ✚ いつも子どものご飯の事について気にかけて頂きありがとうございます。本当に少しずつですが、食べられる種類が増えてきています。
- ✚ 季節の食材や地域の献立等栄養バランスも考えて頂きながら、沢山の事で学ばせて頂いてとてもありがたく思います。お迎えの時にいつも給食の写真を拝見し美味しく楽しく頂いていることが想像できます。いつもありがとうございます。偏食で困っていますが、保育園のメニューを見て学ばせて頂いております。
- ✚ 園では何でも沢山食べているようなので嬉しく思います。
- ✚ とても感謝しております。おやつにおいても手作りで毎回私たちまでも食べたくなるようなアレンジされた体が喜ぶような食材を使いオリジナルにアレンジされてとても感謝です。今の成長にとっても園での給食はふさわしく助かります。見習いたいです。他の園に比べて自慢です。これからもよろしくお願いします。
- ✚ いつも栄養面を気遣った美味しそうな給食をありがとうございます。子どもも「保育園の給食は全部美味しい」と話してくれます。
- ✚ 他県の親を持つので滋賀県育ちでも自分自身、滋賀の郷土料理を知らないのが給食を通じて知る機会があって嬉しく思います。
- ✚ 家では食べられないものを給食では食べているので有難いです。買う野菜がだいたい一緒になるので給食で色々な野菜を出してもらえて助かります。
- ✚ 家ではあまり食べなくても、保育園のご飯は完食しています。苦手な野菜も食べています。子どもたちが食べやすいようにどのように工夫されているのか教えてほしいです。
- ✚ 家では味付けが少しはっきり目になりやすいので、薄味の栄養バランスのとれた食事をさせて頂いて有難いです。行事の特別メニューも愛で凝ったメニューが中々作れないので見た目が可愛いメニューを見て「わあすごい」といつも親も喜んでます。有難

うございます。

- ✦ 家では中々使わない食材や出さないメニューが沢山あり、保育園で食べられるようになったものも沢山あるなと思います。いつもありがとうございます。
- ✦ いつも美味しそうな給食を提供して下さりありがとうございます。今年度は前年度よりさらに色々な食材やバリエーション、食育に取り組んでいただいているなと感じています。これからもよろしくお願いします。
- ✦ 彩り、栄養バランスの良い給食をありがとうございます。毎日全部食べていると聞きます。美味しいと言っていました。ありがとうございます。
- ✦ 郷土料理など取り入れてくれるので嬉しいです。(家では作らないので、親も参考になります)自分で育てた野菜は好きになってくれます。
- ✦ 家では気に入ったものしか食べませんが、給食は残さず何でも食べているようです。わが子の大切な栄養源です。いつも美味しい給食、おやつをありがとうございます。
- ✦ いつも美味しい給食、子どもが喜んでます。バランスの良い給食を作って頂きありがとうございます。
- ✦ 残さず毎日しっかり食べているので安心しております。とても美味しいと伝えてくれます。毎日ありがとうございます。
- ✦ 仕事をしていると手作りおやつや郷土料理を中々作る機会が無く保育園で手作りおやつや郷土料理を出して下さいるので嬉しいです。



今回のアンケートの結果から、多くの保護者の方がお子さんの食事について関心をもたれています。「好き嫌いせず、元気で育て欲しい。」という気持ちが伝わってきました。第二博愛保育園では子どもたちが「食べる力」を育むことができるよう、今後ご家庭と連携して進めていきたいと考えています。

貴重なご意見ありがとうございました。

ご意見やご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せ下さい。