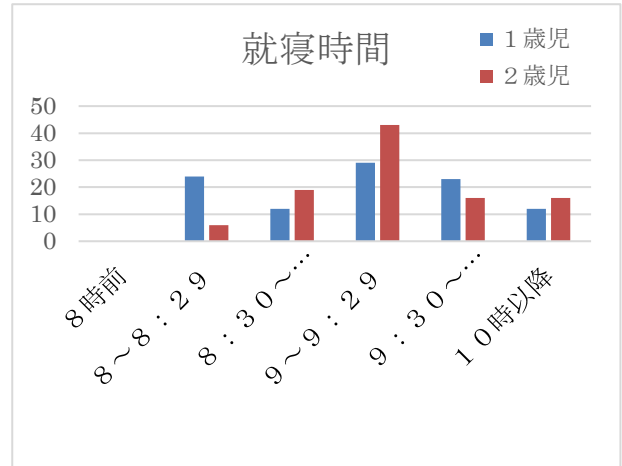
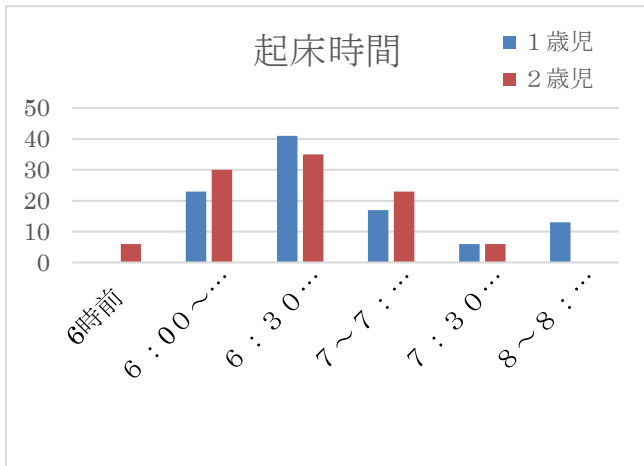


食生活アンケート結果報告（3歳未満児）

令和5年3月発行

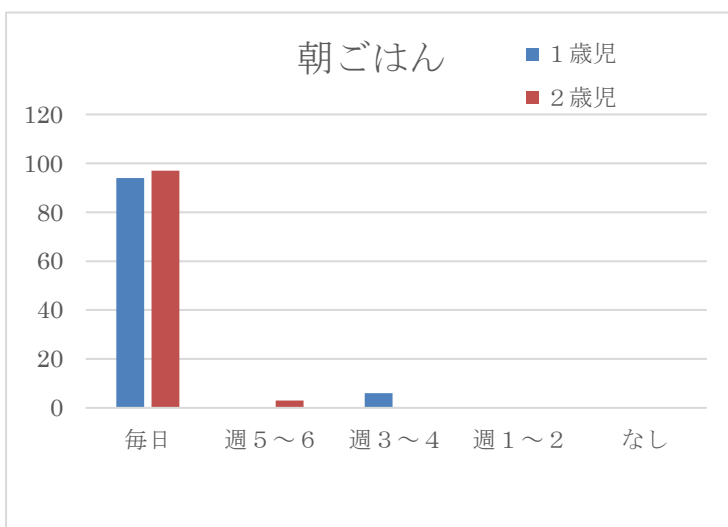
昨年11月に保護者の皆さんにご協力いただきましたアンケートの結果を、抜粋して報告致します。

① 生活リズムの状況



1歳児・2歳児は起床時間に幅が見られる。2歳児は7時までには起床している子が多く、1歳児・2歳児とも、6時半から7時に起床している子が多い。全国的な傾向に近く、早起きしている子が低年齢児でも増えている。一方で、就寝時間が9時以降の子が多く、10時以降に寝ている子も多い傾向が伺える。

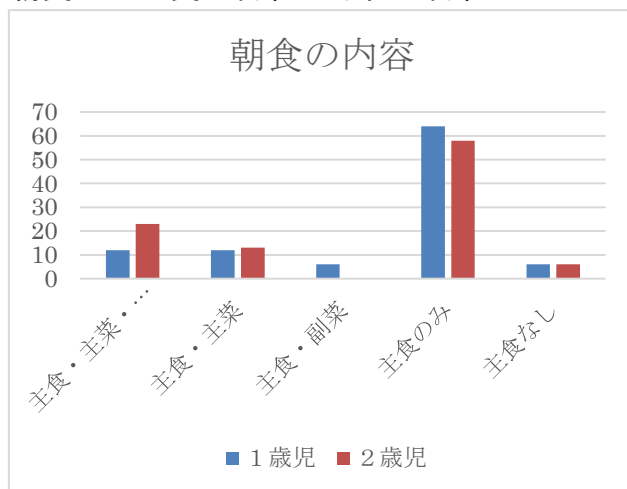
② 朝食の喫食状況



朝食を毎日食べる子は、ほぼ100%、食べないことがある子は少数です。ほとんどの子が朝食を食べているが、起きる時間が遅く食欲がない子が数人見られる。

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

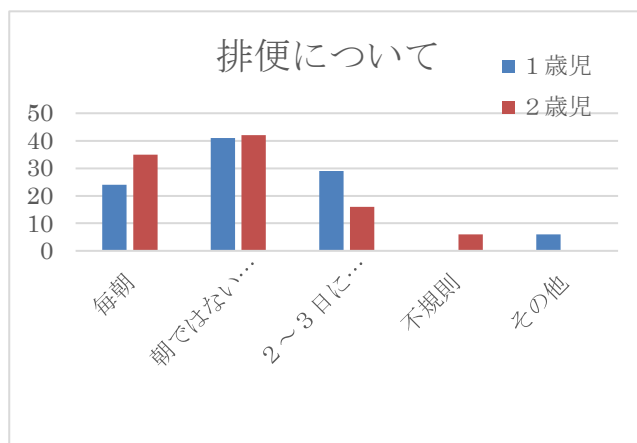


主食：ご飯・パン・シリアル
 主菜：肉・魚・卵・豆腐等の料理
 副菜：味噌汁・スープ・野菜料理

1歳児・2歳児全体でみると「主食＋主菜＋副菜」がそろった朝食を食べている子は少なく、**主食のみ**食べている子が**1歳児・2歳児とも60%程度と半数以上**をしめている。

③ 排便の状況

朝ではないが毎日排便のある子が多い。年齢に関係なく毎日排便がない子もいる。



「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

●好きな料理（1歳児）

	ベスト3
1	味噌汁
2	うどん
3	カレー

●好きな料理（2歳児）

	ベスト3
1	唐揚げ
2	カレー
3	ハンバーグ

1歳児は柔らかく食べやすい料理が好きな傾向にある。2歳児になると、洋風の料理が上位をしめた。

●嫌いな食材（1歳児）

	ベスト3
1	野菜全般
2	サラダ
3	肉

●嫌いな食材（2歳児）

	ベスト3
1	野菜
2	肉
3	魚

1歳児・2歳児の嗜好は柔らかく水分が多いものを好み、かたい、食べにくい食材が苦手な傾向がある。年々かたい食べ物が苦手になる傾向がある。

●よく食べる間食（1歳児）

	ベスト3
1	ビスケット
2	せんべい
3	果物

●良く食べる間食（2歳児）

	ベスト3
1	せんべい
2	スナック菓子
3	ビスケット

2歳児になると、スナック菓子が2位になっている。塩分や添加物に注意が必要になる。量や時間を決め間食を摂取しましょう。

⑤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	栄養バランス
2	食事マナー
3	手作り
4	衛生面
5	食品表示

1歳児・2歳児とも、食事で気を付けているところは栄養バランス・食事マナー・手作りと答えた方が多数だった。衛生面も多くの方が気を付けておられた。保育園でも衛生面や安全性、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きます。

⑥その他（自由記載から）

保育園ホームページについて

- ✚ 1歳児クラスの給食の写真を掲載して頂けると家庭で調理する際の参考になります。
- ✚ 作り方や調味料の分量などをのせてもらえたら嬉しい（ブログ・インスタなどでも）
- ✚ 子どもたちの園生活の様子が見られるので嬉しいです。
- ✚ 最近はインスタもよく見えています。
- ✚ 普段見られない姿やこんなことをしているんだなという事がわかって良いです・いつも楽しく拝見させていただいています

- ✚ 写真があるので分かりやすい
- ✚ 時々拝見しています。家庭では中々出来ないメニューもあるので助かっています。
- ✚ 以前はよく見させてもらっていましたが、献立をボードに書いてくれるようになり、最近は見なくなりました。
- ✚ 給食の様子、作られている方の思いが伝わりとても良いと思います。

ご意見・ご感想

- ✚ 保育園のご飯は完食していることが多いようなのでレシピなど教えてもらえると嬉しいです。
- ✚ お家ではあまり食べてくれないおかずでも保育園では食べてくれているので助かっています。そのおかげでお家でも少しずつ食べてくれるようになって何でも食べてくれるようになりました。
- ✚ 家であまり食べないものも給食では食べているようなので感謝しております。
- ✚ 今日のご飯何かな？と子どもに問いかけると嬉しそうに「何かな」と返事をしてくれます。いつもしっかり食べさせてもらえてとても助かっています。ありがとうございます。
- ✚ 食べる量が日によってバラバラです。保育園の給食はしっかりと食べてきているようで、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。
- ✚ 家では食べないものも給食では食べているので有難いです。四季を感じるメニューやイベントには可愛く飾りつけしたりなど仕事で忙しく中々こったものが出来ないのを助かっています。
- ✚ 保育園でのバランスのとれた食事を子どもが食べてきてくれていると思うと忙しい平日の夕食をたまには手抜きしていいかなととても救われます。玄関先のボードいつも見えています。滋賀ならではの食材を利用しているレシピなどもあってそうなんだと親も勉強になります。
- ✚ 園の給食が美味しいと言っています。温かい美味しい食事をいつもありがとうございます。

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。

