

食事アンケートの結果のまとめ（令和2年度6月実施）

6月に今年度1回目の食生活アンケートを実施いたしました。その中の一部をお知らせします。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

102人配布 102人提出（提出率100%）

問1. 朝ごはんを食べますか

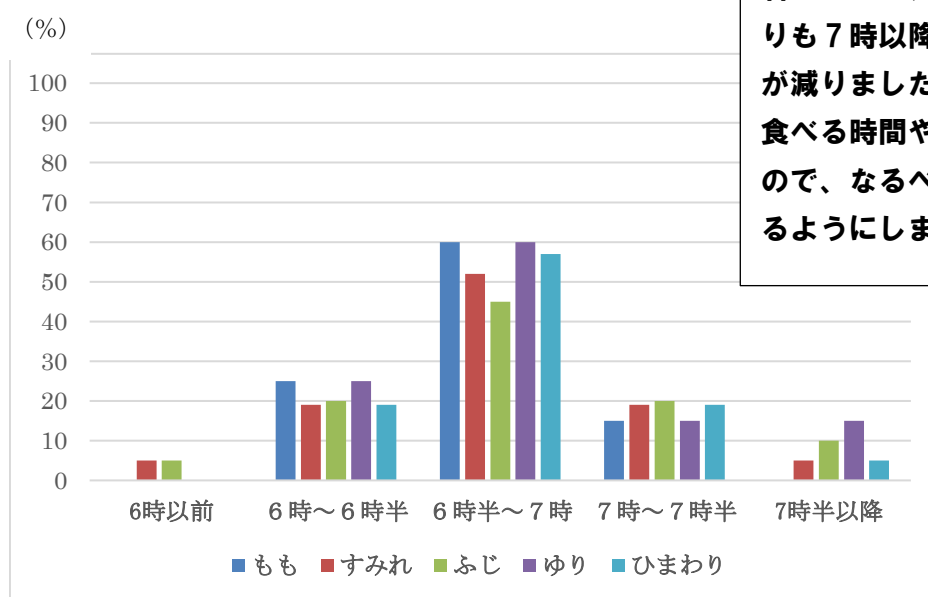
毎日食べる	94人（92%）
時々食べないことがある	6人（6%）
食べない	2人（2%）

ほとんどの子どもさんが朝ごはんを食べていましたが、前年度の6月のアンケート結果に比べて、食べないと答えた方が増えていました。生活リズムを見直して、なるべく少しでも食べる習慣をつけていきましょう。

問3. 食べない理由

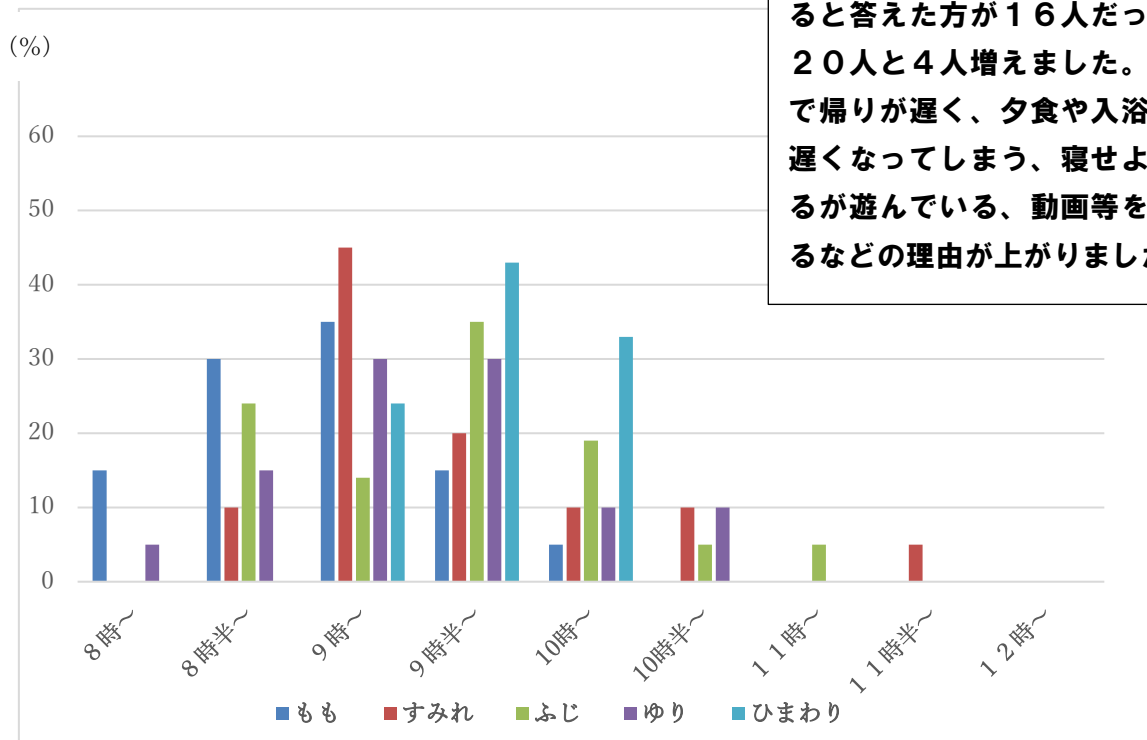
食欲がわかない	2人
起きるのが遅い	2人
機嫌が悪い、眠い、ダラダラとしている	各1人

問4. 平日何時に起きますか

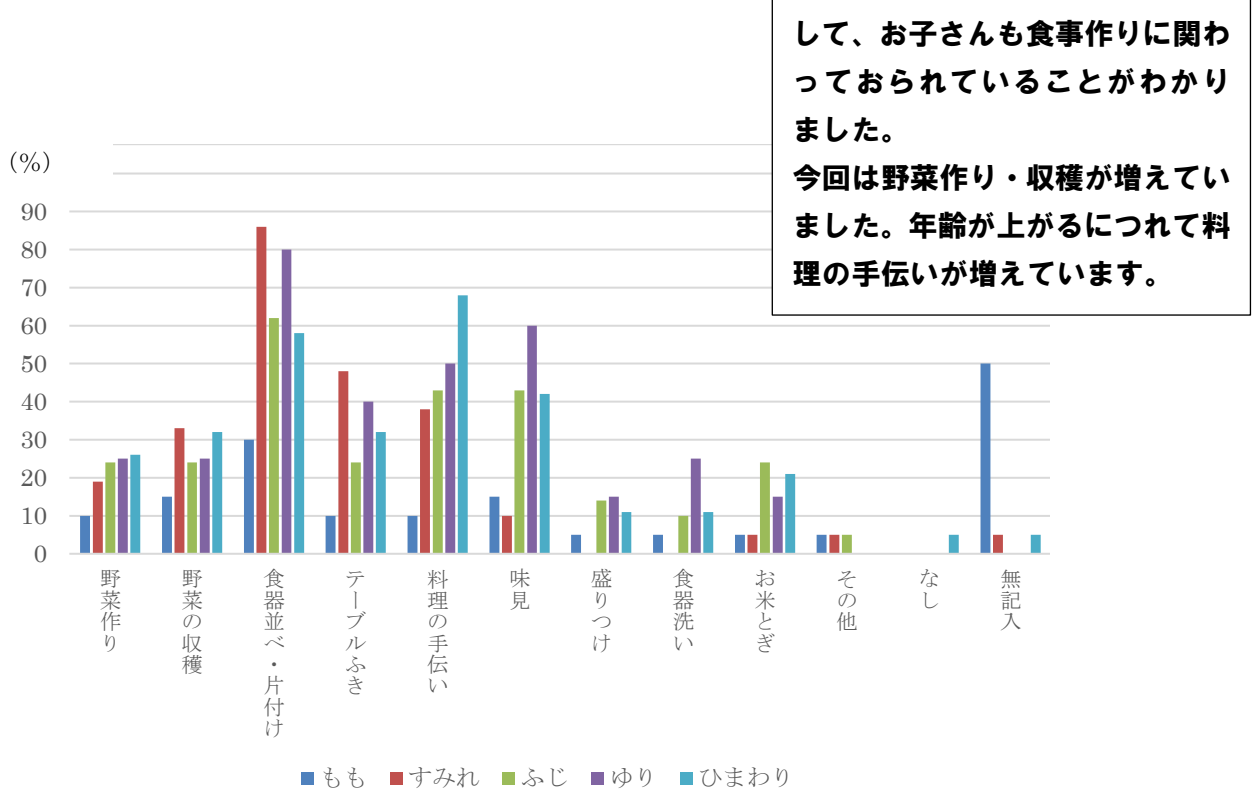


暑いせいか、前年度2月の結果よりも7時以降に起きると答えた方が減りました。起床時間が朝食を食べる時間や食欲にも影響しますので、なるべく余裕を持って起きるようにしましょう。

問6. 平日何時に寝ますか

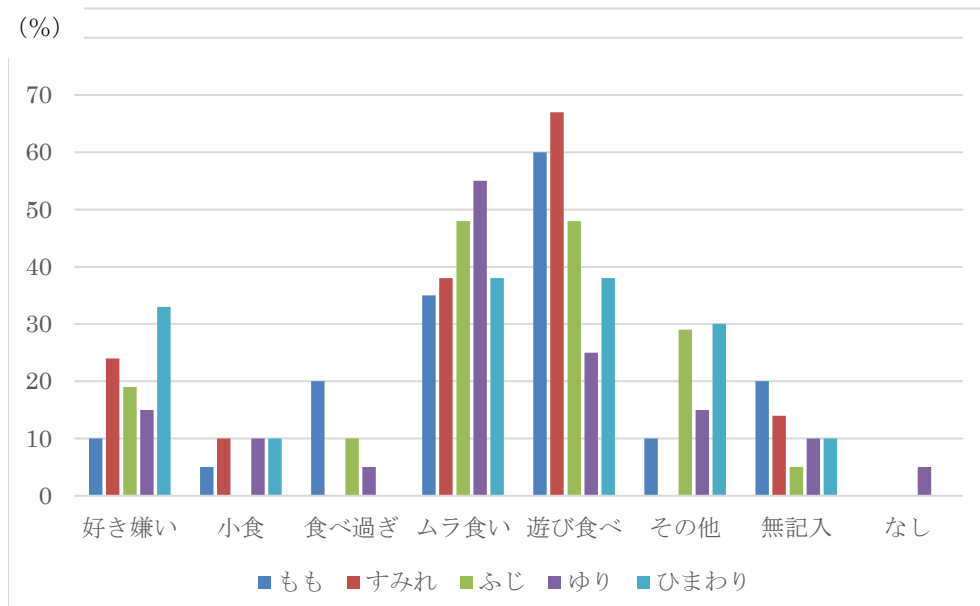


問9. ご家庭では食事のお手伝い、野菜作りなど食に関わる機会がありますか
(複数回答可)



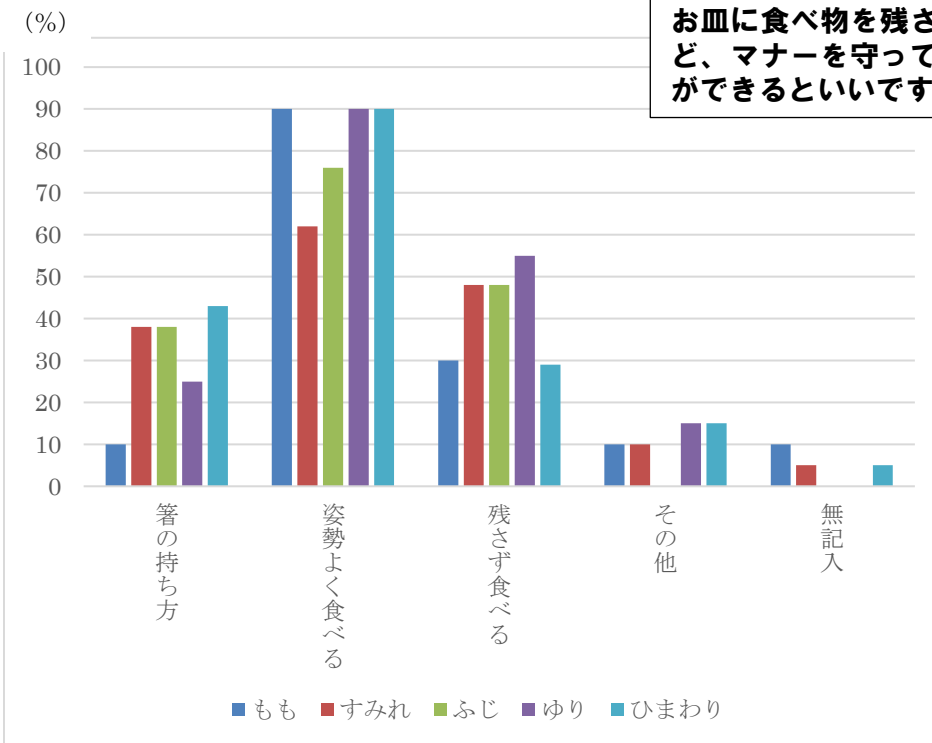
問10. 食事・マナーなどで悩みや心がけていることに○をつけてください

◎食事の悩み（複数回答可）



◎心がけている食事マナー（複数回答可）

食事マナーについて、悩んだり気を付けているというご家庭が多いようです。園でも年齢に合わせてスプーンや箸の持ち方を伝えています。また、ひじつきをしない、お皿を持つ、きちんとイスに座る、お皿に食べ物を残さずピカピカにするなど、マナーを守ってみんなが楽しく食事ができるといいですね。



問11.

野菜の中で好きな物は何ですか

1位	トマト	33人
2位	にんじん	28人
3位	ブロッコリー	22人
4位	きゅうり	21人
5位	コーン たまねぎ	8人

問12.

苦手な食材は何ですか

1位	ピーマン	26人
2位	トマト	17人
3位	なす	12人
4位	ねぎ	11人
5位	きゅうり 肉 レタス	7人

問14. 保育園の食事について、ご意見・ご質問などありましたらご記入ください

ご意見

〇いつもたくさんの食材、いろいろな味付けをしてくださり感謝しています。園での食事の様子がもう少し知りたいなと思います。どうやって食べているのかな、いい子してるかな、スプーン？フォーク？いつから箸を使うのかな、苦手な物とどう向き合っているのかな、食べているのかな、遊んでいないのかな？など。

昨年までは保護者の方に参加していただく会があり、そこで園の食事についても知っていただく機会にさせていただいていました。今後、そのような会を行うかどうかは検討中です。お子さんや園の食事について知りたいことがあれば、いつでもおたずねください。おたよりやホームページなどでもお伝えしていきたいと思います。

〇毎回おかわりしているのか、どのくらいの量を食べたのか知りたいです。

〔 玄関の展示食をご覧いただき、詳しいことが知りたい方はいつでもおたずねください。 〕

〇給食レシピをブログにのせてもらえたら嬉しいです。

〔 好評レシピなどをなるべく載せていきたいと思います。 〕

〇食事の見本の盛り付けが、雑というかきれいじゃない。

〔 ていねいな盛り付けについて見直しをします。また、盛り付けをしてから4時間程度経過した時点でケースに入れておりましたので、そのタイミングなども見直していきたいと思いません。 〕

ご質問

Q1. 家ではじっと座って自分で食事をしてくれませんが。(食べさせると食べます)園ではどんな感じでしょうか?苦手な物も気分では食べます。どのようにしたら自分から進んで食べてくれるようになるでしょうか。(ふじ組)

A1. 毎日のお仕事や家事などで大変な中、子どもさんの食事について真剣に考えておられ、とてもがんばっておられると思います。家族構成など家庭によって状況も違うと思いますし、急に变えることは難しいと思いますが食事に集中できるような環境になっているか見直してみましよう(例:テレビは消す、おもちゃなどは近くに置かないなど)。また、「食べた後に〇〇しよう(絵本を読むなど)」など見通しを持たせてみたり、買い物先で野菜を自分で選んだり、食事のお手伝いをしてもらうなど、毎日難しいと思いますが、少しずつ食に関わることも食べる意欲につながると思います。もちろん、自分から進んで食べられた時にはたくさんほめてあげてくださいね。

Q2・箸の持ち方を気をつけていますが上手になりません。どうしたらよいでしょうか。(ふじ組)

A2. 箸の持ち方の練習はなかなか根気のいるものです。あまり言い過ぎると少シイヤになってしまう場合もありますよね。保育園ではすみれ組さんが秋頃から少しずつ使うようにしています。すみれ組さんでも指先の動きはまだ成長段階で、生活や遊びの中でだんだんと指先の動きが発達していきます。初めからきちんとした持ち方にするのは難しいと思いますので、まずはスプーンのように下から箸をきちんと持ち、握り箸の状態から少しずつ中指、薬指、小指が離れていき、上の箸や下の箸の間や下の方に行くようになるまで長い目で見守ってあげてください。洋服のボタンかけや指先を使った遊びなどをやってみるのもいいですよ。時々「持ち方はどうだったっけ?」「だいぶ上手になったね」などと声をかけてあげてください。

Q3. らっかせい(ピーナッツ)、アーモンド類は食材に入れてはいますか?また、何才児から使っていますか?(すみれ組)

A3. らっかせい(ピーナッツ)は年に2回程度使いますが、アーモンドは使っていません。1才児から出しています。カッターにかけて細かくしたり、ピーナッツバターを使うこともあります。

Q4. ごはんの量は個々に違うのでしょうか?毎月体重を見て判断しているのでしょうか?(すみれ組)

A4. もも、すみれ組さんは年齢に合わせた量を調理室の方でおにぎりにしています。お部屋で担当が個人差や体調を考慮して少なくするなどの対応をしている場合もあります。おかわりする子もいます。ふじ組さんからは、年齢に合わせた量をおひつに入れて出し、担当がお部屋でお茶碗に盛っています。おかわりも出しています。

Q5. 献立は誰が考えられているのですか？とても工夫されているように思います。
(ひまわり組)

A5. 栄養士が交代で献立を作成しております。国や県の基準を満たすように配慮しつつ、園全体で話し合いをしながら食事作りを進めております。

ご感想

- 家ではほとんど食べませんが、お昼は完食しているようです。
- 毎日いろいろな食材を食べさせていただき感謝しています。
- いつも子どもたちのために考えられた食事を提供してくださってありがとうございます。
- いつもおいしい食事を提供していただきありがとうございます。
- 参考にして作らせていただいています。
- 毎日バランスの良い食事をありがとうございます。
- 毎日の給食をととても楽しみにしているようです。おやつまで手作りしてくださっていて、家で食べさせてあげられないようなメニューもあって大変ありがたいです。
- 先生にほぼ完食と聞いたりすると本当にありがたいなと思います。
- いつもおいしい昼食、おやつありがとうございます。家ではあまり食べない食材など食べられて子どもにとってとてもよいことだと思います。
- 栄養バランスのとれたメニューをいつもありがとうございます。また、季節のものや季節の行事にちなんだものを工夫し、子どもが喜びそうな形にしてくださり、ありがとうございます。
- 家では手が出ない食材も保育園のお野菜はおいしいもん！と食べている様子。感謝しかないです。
- 玄関の掲示をいつも拝見させていただき参考にしています。またメニューもおたよりに載るのでありがたいです。
- いつもたくさん野菜を使ってごはんを考えていただいて、とても助かります。
- いつも家に帰ると『今日もおいしかった！』と教えてくれます。毎日給食を楽しみにしているようです。
- いつもおいしく食べているようです。
- いつもおいしいごはんとおやつをありがとうございます☺
- 保育園のごはんはおいしいといつも言っています。
- 毎日おいしい給食をありがとうございます。自粛生活でありがたさを改めて思い知りました。
- 季節のものやいろいろな食材を使って準備してもらってとても感謝しております。家では食べないものでも園では食べているようです。
- 毎日のおやつも手作りだと聞いています。手間もかかるとは思いますが本当に感謝です。
- クッキングするたびに野菜が好きになっている気がします。家ですのと違って、保育園でお友だちや先生と楽しくできて、とても刺激になっています。
- 保育園の食事、いつもおいしいと言っています。家とは違ってお友だちと一緒に食べるのも良い刺激になって食が進むようです。

- 家ではなかなか食べさせてあげられないものも、保育園でバランスよく食べさせていただいて、感謝しています。
- いつもおいしい食事をありがとうございます。娘は保育園での食事が大好きです。卒園した息子も保育園がおいしかったが口ぐせです。これからもよろしくお願いします。
- 野菜の育つ様子を見ながら、さつまいも掘りをしたり、きゅうりを採ったりして、それを給食にするのがとてもいいなと思います。
- すまいるさんのごはんが一番おいしいとよく言っています。手作りのおやつ、いつもありがとうございます。
- 家ではよく残してしまいますが、保育園ではがんばって食べているみたいでよかったです。
- 保育園で作っていただくごはんやおやつが大好きです。
- 栄養バランスのよい献立で家では調理しにくい食材を使って給食を提供していただき、大変ありがたく思っています。苦手な物があると減らしてもらえるようで、すべて食べれることで喜びを感じて”また食べよう”と克服につながると感じています。
- いつも娘が「保育園の給食はおいしい。だったら食べられる！（おいしいから）」と言っています。
- 家ではあまり栄養バランスに重きを置けていけないのでとても助かっています。
- 家では苦手な野菜も保育園では食べていて安心しました。
- 帰りのたびに展示のメニューを見えています。毎日手のかかったおいしそうな食事を食べさせてもらえとても嬉しいです。
- おいしい給食ありがとうございます。すまいるデーも毎回楽しみにしているようで、学んだことを教えてくれます。

お忙しい中、全員の方にご回答いただき、ありがとうございました。今回の結果やいただいたたくさんのご意見、ご質問、ご感想などは今後の食事作りや食育活動に生かしていきたいと思えます。ご協力ありがとうございました。