

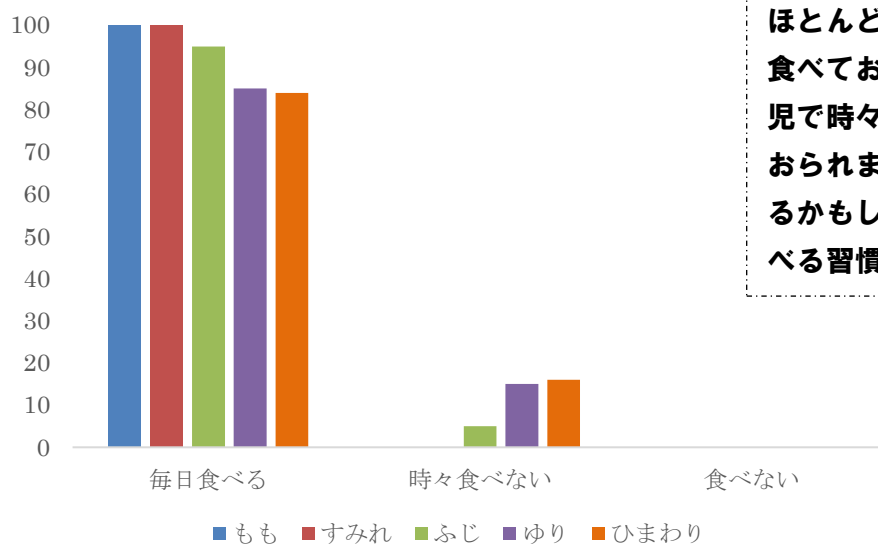
食事アンケートの結果のまとめ（令和4年度6月実施）

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。結果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（提出率100%）

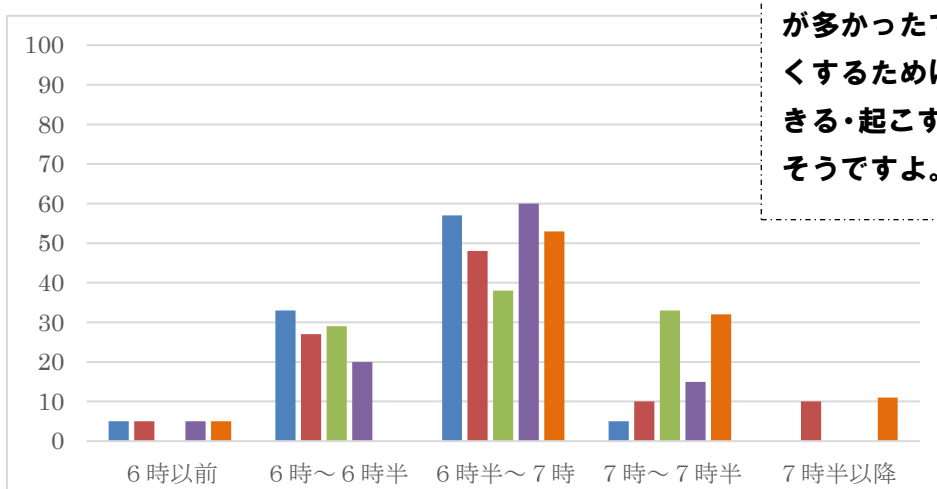


問1. 朝ごはんを食べますか



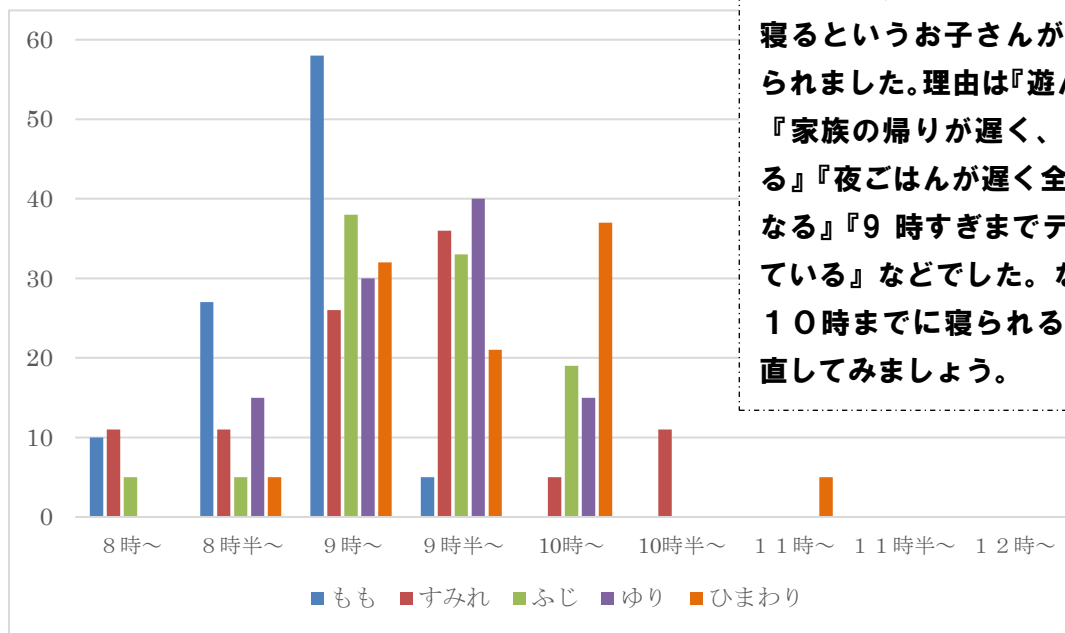
ほとんどのお子さんが朝ごはんを食べておられましたが、3才以上児で時々食べないと回答した方がおられました。食べにくい日もあられるかもしれませんが、少しでも食べる習慣をつけていきましょう。

問4. 平日の起床時間



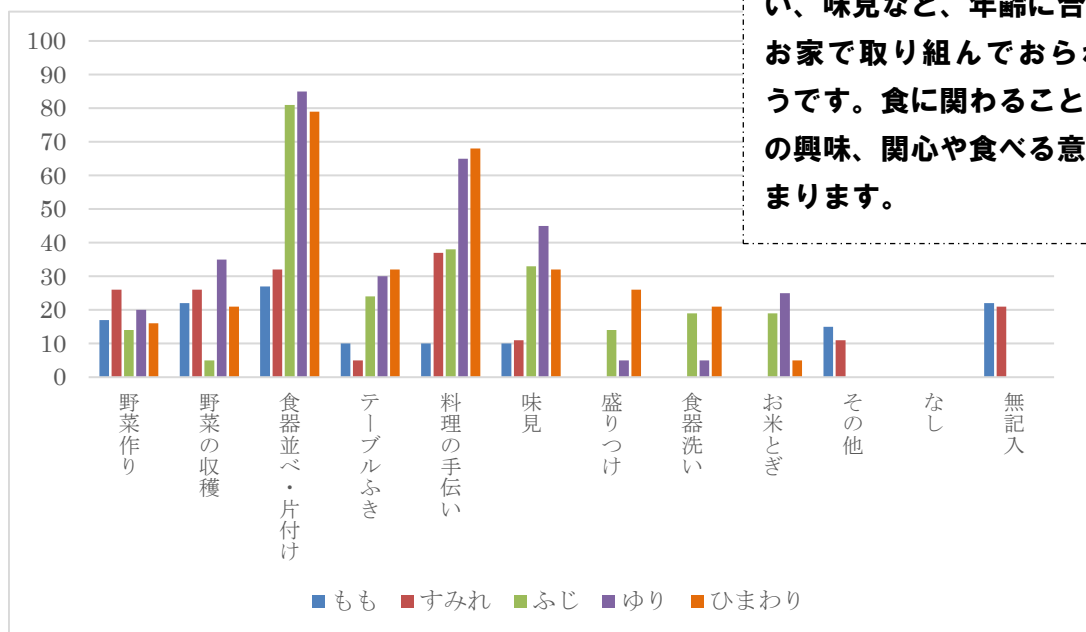
7時までに起きると回答した方が多かったです。夜寝る時間を早くするためには、まずは朝早く起きる・起こすことから始めるいいそうですよ。

問5. 平日の就寝時間



3才以上児さんで10時以降に寝るといってお子さんが一定数おられました。理由は『遊んでいる』『家族の帰りが遅く、待っている』『夜ごはんが遅く全てが遅くなる』『9時すぎまでテレビを見ている』などでした。なるべく10時までに寝られるように見直してみましょう。

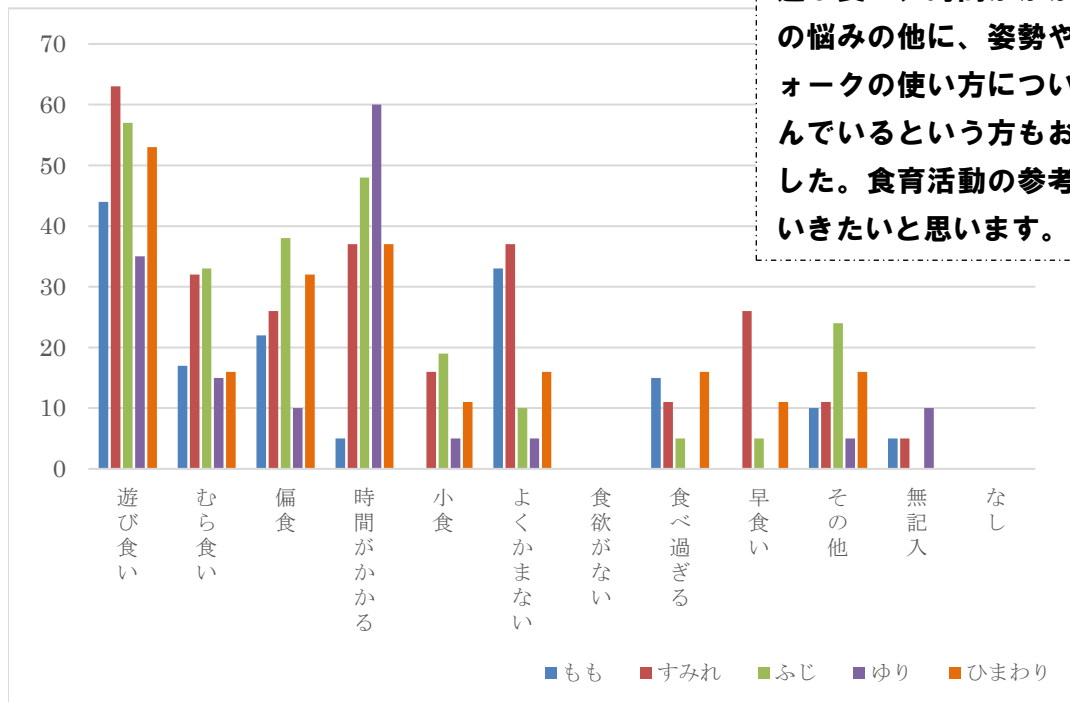
問9. 食事のお手伝い、野菜作りなど食に関わる機会がありますか？



食器並べ、片付け、料理の手伝い、味見など、年齢に合わせてお家で取り組んでおられるようです。食に関わることで食への興味、関心や食べる意欲が高まります。

問 10. 食事・マナーなどで悩んでいること

遊び食い、時間がかかるなどの悩みの他に、姿勢や箸、フォークの使い方についても悩んでいるという方もおられました。食育活動の参考にしていきたいと思います。



問 1 1. 野菜の中で好きなもの

- 1位 トマト
- 2位 にんじん
- 3位 きゅうり
- 4位 ブロッコリー
- 5位 かぼちゃ

問 1 2. 食材の中で苦手なもの

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

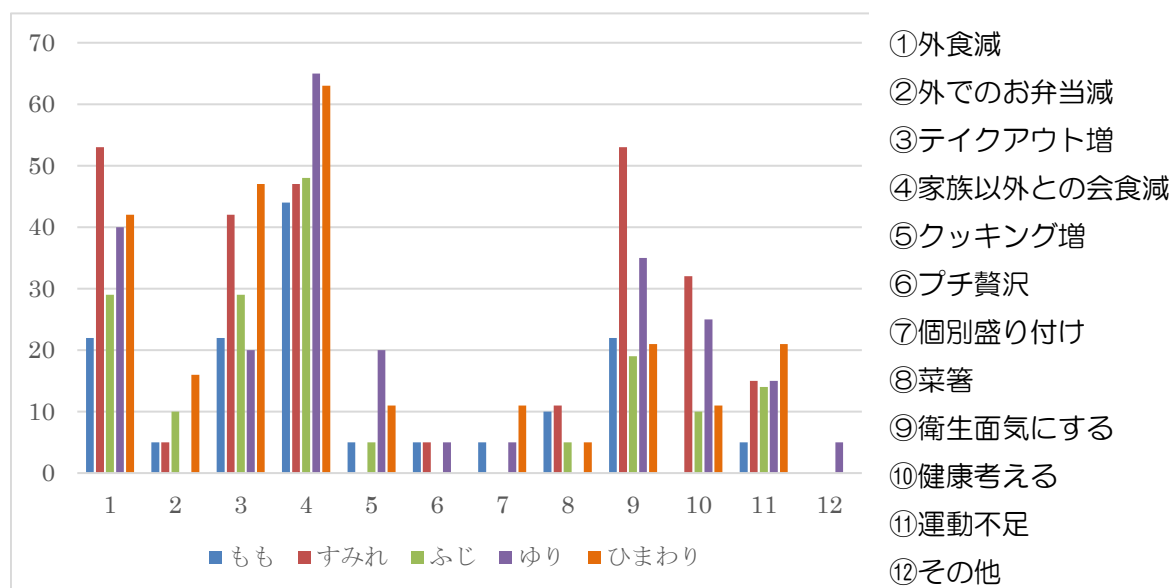
昨年の結果と比べて、食材はほとんど変わりませんでした。



苦手なものを少しでも好きになれるように、園とお家が一緒になって工夫していきましょう。



問13. コロナ禍前との変化



問14. 保育園の食事についてのご意見・ご質問

*いろいろなレシピを教えてください（もも組）

体調が悪い時の食事など教えてください（すみれ組）

食べやすくする工夫などあったら教えてください（ひまわり組）

すまいるだよりやブログ等
でお伝えします

*お米は何g食べていますか（ゆり組）

ゆり組さんは始めにごはん70gを盛り
付けし、おかわりをするようにしています
丼ものやカレーなどの時は90gです

*午後のおやつがもう少し増えるといいと思
う（ゆり組）

お子さんによって食べる量に差があるので
おかわりを出すようにしています

*玄関の見本を再開してほしいです（ゆり組）

早く黙食やパーティションなしで食事をさ
せてあげたいです（すみれ組）
クッキングもできたらいいと思います（す
みれ組）

今は新型コロナウイルス感染症の感染状
況により、実施できていないことがいろい
ろあります
以前のような状態に戻れることを私たち
も願っています

*すまいるデー（4,5才児対象の食育活動）を楽しみにしているの、毎月あるといいなと思います（ひまわり組）



今年度は4才と5才を対象に交互に行っています
すまいるデーの中だけでなく、食べ物の話をしたり、お手伝いをしてもらうなど、ふだんの生活の中でできることを大切にしていきたいと思っています
お家でも簡単にできる食育活動等もお知らせしますね

- いつも素敵な給食をありがとうございます。私も給食の献立を参考に、夜ごはんのメニューを作ったりして助かっています。（もも組）
- 乳児クラスの食事やおやつを個別対応していただきありがとうございます。（もも組）
- いつもおいしく栄養のあるものを作っていただき、ありがとうございます。子どもと家族で献立表を見て、毎日話題になってます。ワクワクな話ができ、嬉しいです。（すみれ組）
- 自宅ではなかなか季節の食べ物や和食を食べる機会が少なく、様々な食材や料理、野菜の収穫などの体験をさせてもらえるため、とてもありがたく思っています。（ふじ組）
- 毎日、彩りも食欲をそそるようなおいしそうなメニューで、ありがとうございます。子どもも『今日は〇〇だったよ!』と嬉しそうに教えてくれます。（ゆり組）
- いつも栄養満点のご飯をありがとうございます。保育園のご飯はよく食べているようで、おうちでもその勢いで食べてほしいです。（ひまわり組）

お忙しい中、ご協力ありがとうございました！

