

食事アンケートの結果のまとめ（令和5年度2月実施）

2月に今年度2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98%）

配布日：令和6年2月22日

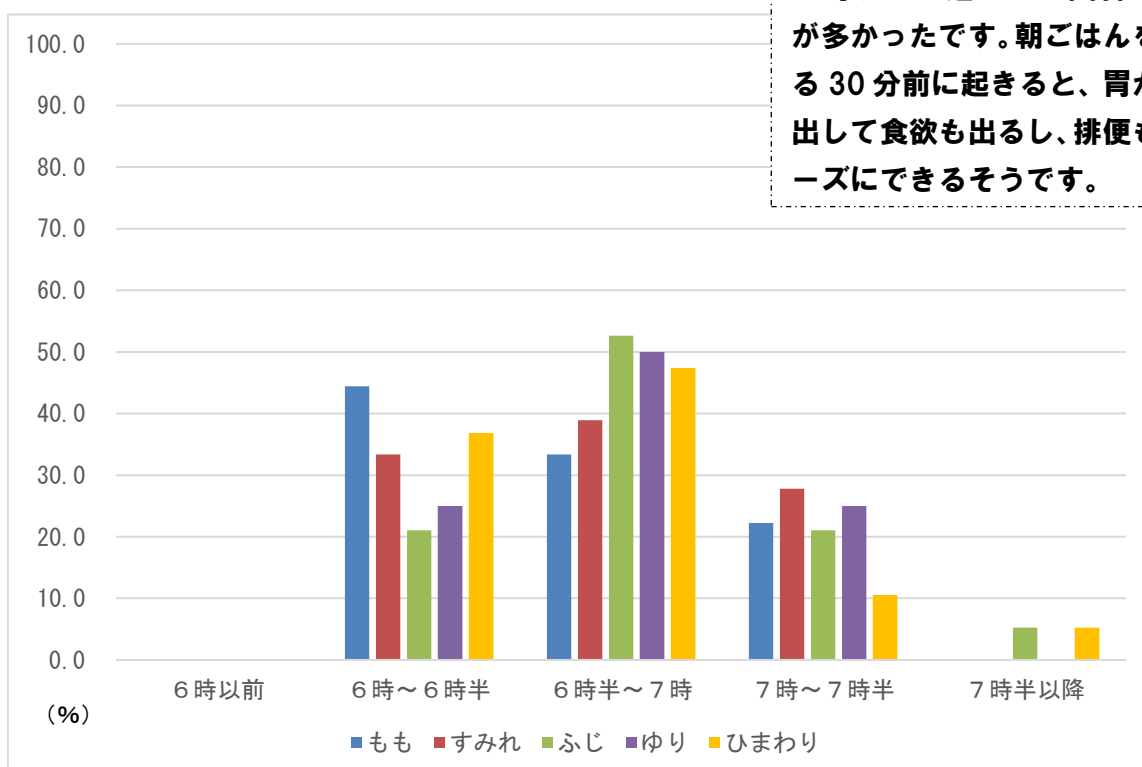


問3. 朝ごはんを食べますか

はい 100%

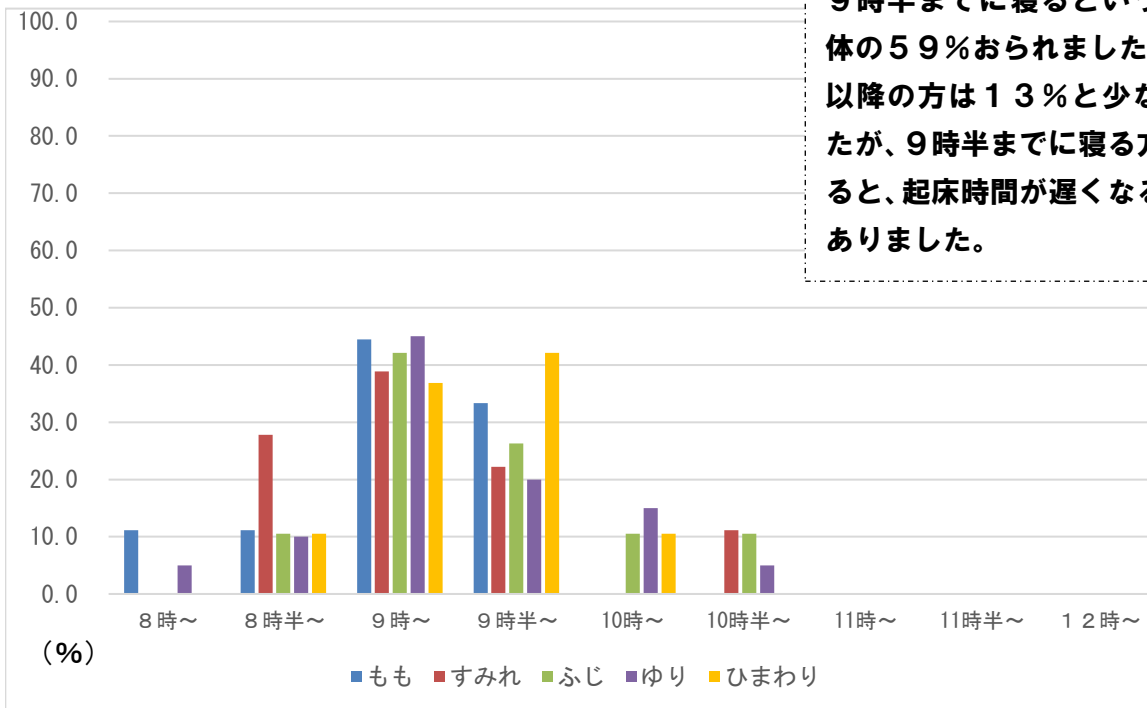
全員のお子さんが朝ごはんを食べておられました。玉子や納豆、汁などを取り入れておられる方が多かったです。できれば野菜もあると良いですね。朝ごはんは体と頭のスイッチを入れてくれる大切なものなので、今後も続けていきましょう。

問5. 朝何時に起きますか



7時までに起きると回答した方が多かったです。朝ごはんを食べる30分前に起きると、胃が動き出して食欲も出るし、排便もスムーズにできるそうです。

問5. 夜何時に寝ますか

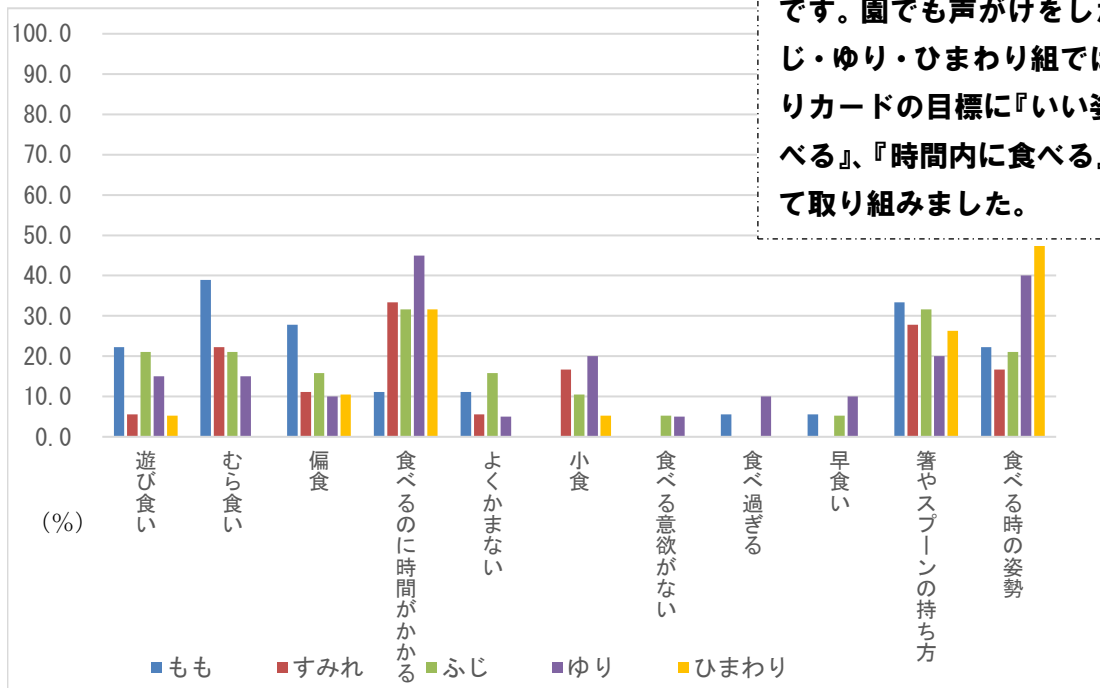


9時半までに寝るといの方が全体の59%おられました。10時以降の方は13%と少なめでしたが、9時半までに寝る方に比べると、起床時間が遅くなる傾向にありました。

問11.

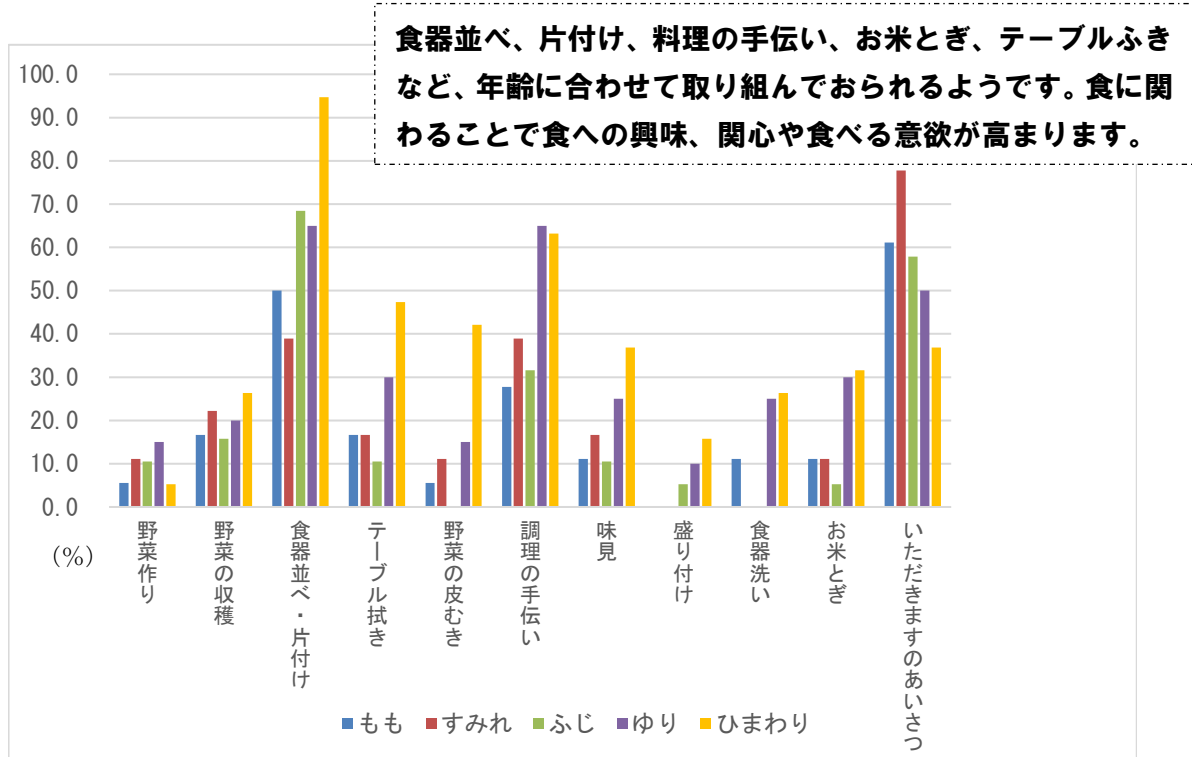
①子どもの食で気になるところはありますか

ある 84%
ない 9%

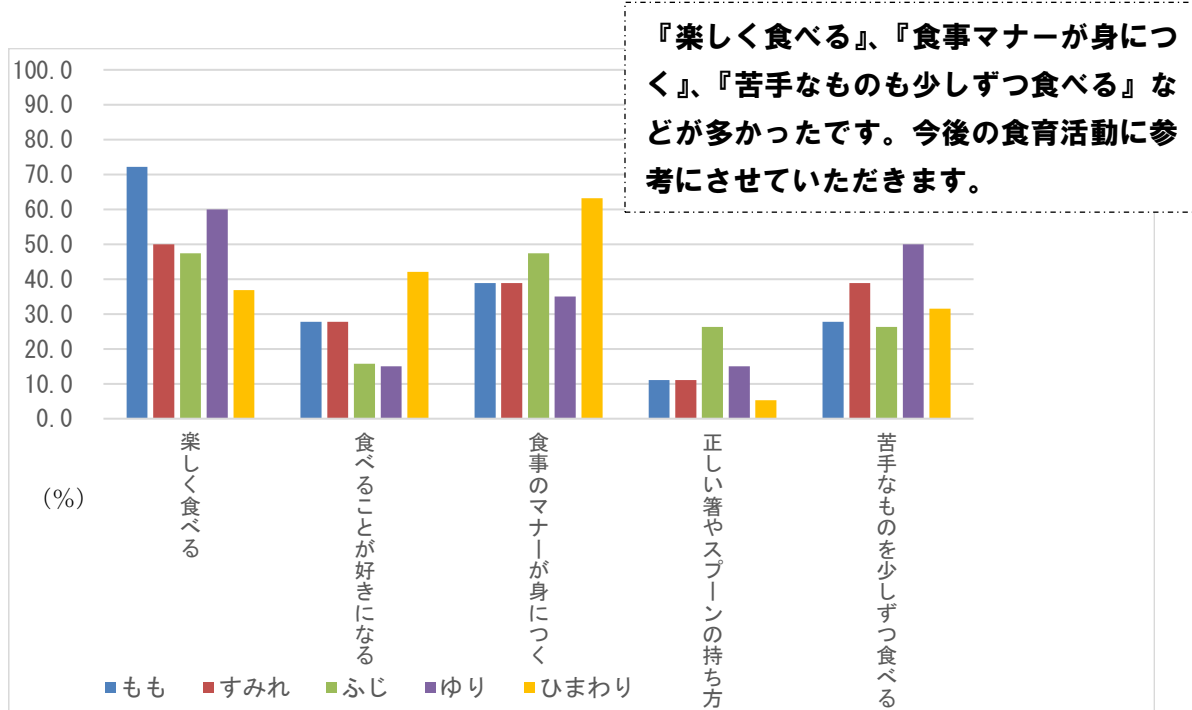


『食べるのに時間がかかる』、『姿勢』、『箸やスプーンの持ち方』を気にしておられる方が多かったです。園でも声がけをしたり、ふじ・ゆり・ひまわり組ではがんばりカードの目標に『いい姿勢で食べる』、『時間内に食べる』を入れて取り組みました。

問 1 2. ご家庭でどんな食事作りに関するお手伝いをしていますか



問 1 3. 保育園の食事を通して育てしてほしいことはどんなことですか



問14.

①保育園での食育活動（調理体験・栽培活動など）の話を家でしますか
（ゆり・ひまわり組のみ）

する	90%
しない	5%

園での活動を話題にして
いただいて、さらに食
への関心が深まるとう
れしいです。



問15.

①保育園で調理体験したものを家で作ることはありますか
（ゆり・ひまわり組のみ）

毎回作る	0%
時々作る	28%
作らない	67%



作らない理由としては、『時間がない』、『難しそう』が多かったです。
簡単にできるものばかりなので、作
り方をその都度ご紹介するようにし
たいと思います。

問16.

①保育園での調理、栽培、食についてのお話などの食育体験の後、お子様に
変化がありましたか。（ゆり・ひまわり組のみ）

ある	69%
ない	23%
わからない	3%

いろいろなことに興味を持って
いるお子さんが多いので、これか
ら楽しい食育活動を続けてい
きたいと思います。

②どんな変化がありましたか

食べ物に興味を持つようになった	38%
お手伝いをするようになった	33%



保育園の食事についてのご意見・ご質問など（一部抜粋）

- 保育園での献立メニューを参考に献立を考えたりしてます。保育園の献立で、好きな物が知りたいなと思いました。（もも組）

＊毎月の食事だよりやホームページにレシピの紹介をしていますので、ご覧ください。今後は玄関や廊下等での掲示も増やしていこうと思います

- 苦手な食材も『保育園のはおいしいから食べられる！』と言っています。子どもが苦手な野菜などが食べやすくなる味付けや調理方法・切り方などコツがおたよりで教えていただけると嬉しいです。（ゆり組）

＊今後、おたより等でお伝えしていきたいと思います。

- 家で気をつけていますが、誤飲を心配しています。園でもきちんと対応されていますが、引き続きよろしくお願いします。（ふじ組）

＊年齢に合わせて、誤飲しやすいものは小さく切ったり、よくかむように声がけをしています。特に年齢の小さいお子さんは、食事中にきちんと見守るようにしています。

- ずっと座って食べることができません。食べ終わるのに時間がかかってなかなか片付けられません。（すみれ組）

＊今回食べるのに時間がかかることに悩んでおられる方は、どのクラスも多かったです。テレビを消す、スマホを見ない、おもちゃを食卓の近くに置かない、大人も食事に必要な物をきちんと用意しておいて、立ち上がらないようにするなど、食事に集中しやすい環境にすることが大切と言われます。

子どもの集中できる時間もまだ短いので、遊び始めたら食事を切り上げたり、時計の数字がわかるようになったら時計の針が〇になるまでに食べようなどと、目標を持たせるようにしてみてもいいと思います。少しでもできることからやってみましょう。

- 箸の持ち方がなかなか上手くできず、どのようにしたら上手く持つ習慣がつくか考えています。（ゆり組）

＊箸の持ち方には個人差がありますが、少しずつ声がけしたり、ほめたりすることによって、また指先が器用になっていくことによってだんだん正しい持ち方に近づいていくと思います。長い目でゆっくり見守っていきましょう。

- クッキングのおかげで自分でやるが増えてきました。また、食べさせたことのないものも『保育園で食べた』と言うことが多く、たくさんの経験をさせてもらってます。(すみれ組)
- 家では食べない食材でも園ではいつも完食しているよ！と、子どもから報告をしてくれます。おかげで楽しく苦手な食材も完食できて感謝でいっぱいです。(すみれ組)
- 園でクッキングをした後、興味がわくので非常にありがたい。家で一緒にするきっかけになるので感謝しています。(ふじ組)
- 『これを食べたら〇〇レンジャーになれるよ』と楽しそうに食べています。(ふじ組)
- お当番を楽しみにしていて、“すまいるにごはんを取りに行った、机をふいて準備をした”など楽しそうに話してくれます。保育園でおいしかったからと、苦手な野菜も食べてくれるようになりました。(ゆり組)
- 保育園での食育活動について、いつも楽しそうに聞かせてくれます。笹巻き作りなど、家では難しいことをいろいろさせてくださっているのがわかり、大変ありがたく感じています。(ひまわり組)
- いろいろなメニューや食材を食べさせていただいているので、“食”に対してとても興味を持つようになりました。また、食べるのが好きになりました。(ひまわり組)

