

令和6年12月

保護者各位

盛岡市社会福祉事業団
津志田つばさ園

食事に関するアンケート回収結果について①

保護者の皆様にお願ひしました食事に関するアンケートの結果がまとまりましたので、ご報告いたします。

今回のアンケートは、ひよこ組からくちょう組（109名）を対象に実施し、82名の回収でした。アンケート結果につきましては、保育園での食事指導、献立作成等給食の参考にさせていただきたいと思ひます。お忙しい中、ご協力いただきまして大変ありがとうございました。

※数字は人数を表しています。

（1）朝食を食べていますか？

①毎日	78
②時々食べない	3
③食べない事多い	0
④食べない	0
⑤無回答	1

※ほとんどの家庭で、朝食を食べていることが分かりました。

朝ご飯を食べて元気に登園しましょう。早寝早起き朝ご飯で健康な体を作りましょう。

（1）朝食を食べていますか？



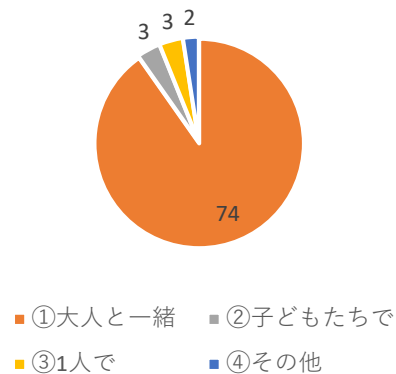
（2）お子さんは、朝夕の食事を誰と一緒に食べますか？

①大人と一緒に	74
②子どもたちで	3
③1人で	3
④その他	2

※大人と一緒に食べるご家庭が多い結果となりました。

孤食とならないように、家族で食卓を囲めるとよいですね。

（2）お子さんは、朝、夕の食事を誰と一緒に食べますか？

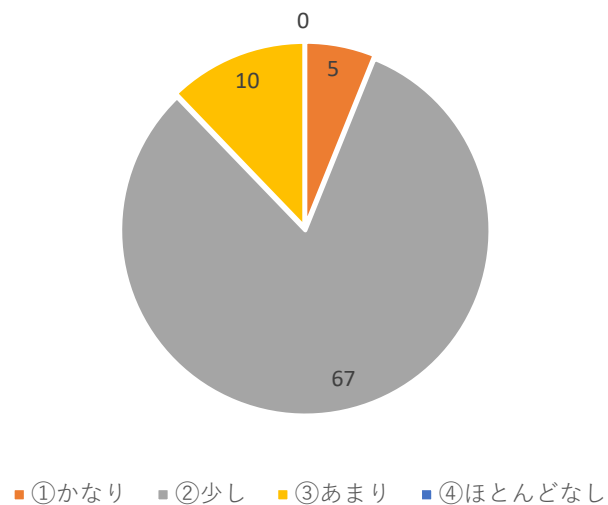


(3) 塩分についてご家庭で気を付けていますか？

①かなり	5
②少し	67
③あまり	10
④ほとんどなし	0

※塩分の過剰摂取は、将来の高血圧の原因となり、脳卒中などのリスクが高まるとされています。
幼児期から、薄味に慣れて過剰摂取にならないように気を付けていきましょう。

(3)塩分についてご家庭で気を付けていますか？

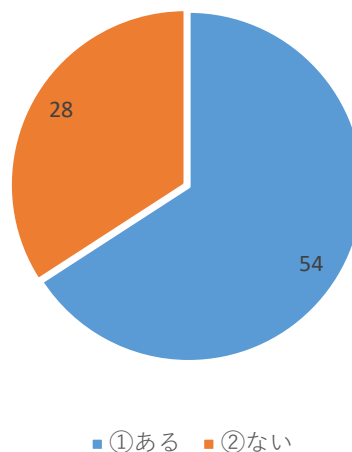


(4) 食品添加物に関心がありますか？

①ある	54
②ない	28

※食品添加物について、摂りすぎると腸内環境の悪化による消化器系の問題や、味覚の不調や、アレルギーリスクの増加があります。1日の摂取許容量を超えることはほとんどありませんが、注意が必要です。

(4) 食品添加物に関心がありますか？



(5) 給食だよりの内容で知りたいことを教えてください。

- ・ 時間がない時のメニュー。
- ・ レシピを今後も載せていただきたいです。
- ・ 朝など時間がない時や忙しい時などでも作れるレシピも知りたいです。
- ・ おやつレシピ。
- ・ 普段の給食の様子など見る機会がないので知りたい。
- ・ 栄養のある物、栄養素について。
- ・ この時期の主菜、主食の量。
- ・ 食事の量、年齢別でご飯やおかずの適量が分かると参考になります。(写真など)
- ・ 簡単に作れるおかずなど。
- ・ 毎月、1品でも2品でもおすすめレシピを載せてほしいです。
- ・ 適切な食事量、簡単で栄養をとれるメニュー。
- ・ 給食の人気メニュー。
- ・ 食べ物の組み合わせ。
- ・ 苦手な食べ物の克服法。
- ・ 外食の時の注意点、郷土料理の食べやすいアレンジなど。
- ・ 野菜の調理方法(どうしたら美味しく食べられるか)
- ・ 子供が好きそうな野菜がとれるメニュー。
- ・ たらのコーンマヨネーズ味のレシピが知りたい。
- ・ 給食作りの様子(給食室の様子)、感謝の気持ちを持って食べるように家でも、伝えたいと思うからです。

(6) 保育園の給食に関してご意見、ご要望等、又は、ご家庭の食生活で困っている事等ありましたら、ご記入をお願い致します。

- ・ つかみ食べをしてくれないので困っています。
- ・ いつもバランスのよい給食を提供していただきありがとうございます。食欲が旺盛で食べすぎだと分かりつつ、満足するまであげてしまいます。
- ・ 毎日美味しい給食を作ってください、ありがとうございます。
- ・ 和食は、基本食べてくれるが、洋食は食べてくれない。
- ・ まだ食べたいと言う子供に食べさせるのをやめさせるのがいつも大変で苦労しています。
- ・ お肉、野菜、食感が悪いと出してしまう、座って食べない。
- ・ 食感のある野菜などは食べてくれない事があるので、園ではどのようにして食べやすくしているのか気になります。
- ・ いつも美味しい給食ありがとうございます。家では、食べムラがすごくて困っていますが、給食はいつも完食しているようで、嬉しいです。給食だよりのレシピも参考になります。

- ・特に、朝は忙しく先に子供たちにご飯を出して残っている家事を片付けてから一緒に食べ始めるのでゆっくり関わる事が出来ず、声掛けも出来ず、早食いになっています。葉物を食べません。
- ・いつも栄養たっぷり美味しい給食をありがとうございます。娘は、給食が大好きで大変助かっています。今後ともよろしくお願いします。
- ・ご飯、デザート以外あまり食べてくれない。
- ・偏食でご飯、味噌汁は必ず食べますが、おかずは日によって食べず、一口は、食べるように最近はなっていますが、まだまだ最初の拒否反応、一口食べたからOKでしょ感は減らず、もう少し食の関心が出てくれればと思います。
- ・いつも美味しく楽しく過ごしているようです。ありがとうございます。家では、似たようなメニューになってしまうので、参考にしています。
- ・毎日バランスよく食事を提供していただきありがとうございます。今後も引き続きよろしくお願いします。
- ・食べている最中に立ち歩くことに困っている。
- ・家での食事で野菜、果物を食べない。
- ・好きな食べ物以外のメニューだと全く食事が進まない。
- ・好き嫌が多い。
- ・家でも、少しずつ野菜を食べてくれるようになりました。
- ・保育園では、頑張って様々な食材を食べているようで感謝しております。
- ・暖飯器に入れ忘れてしまう。白米も提供していただきたい。
- ・いつも美味しい給食を作っていただきありがとうございます。メニューもとても参考になります。
- ・家庭では、食べないものも給食では、食べてくれてそれをきっかけに家庭でも食べるようになりいつも感謝しています。
- ・いつも美味しい給食をありがとうございます。
- ・いつもありがとうございます。
- ・仕事柄帰るのが遅く、就寝時間を考えると先にお風呂に入りその後夕食となり、夕食を食べるのが20時台後半の時もあります。もっと早い時間に食べさせたいが難しい現状です。
- ・いつも、安全安心美味しい給食をありがとうございます。家では、なかなか食べてくれないものも、園では、食べてみようとしているようです。食育活動も多く、子どもたちも食材に興味を持ったり楽しそうです。これからも、たくさんの経験をしてほしいです。
- ・苦手な魚も保育園では頑張って食べているようです。家では、少しだけですが、食べるようになりました。バランスの良い給食提供をしていただきありがとうございます。
- ・いつも美味しい給食をありがとうございます。
- ・おやつの量の適量を知りたいです。

～最後に～

今回の食事アンケートでは、ご家庭での食事の様子などを知ることが出来ました。塩分に関しては、かなり気にしている方も見られました。塩分の摂りすぎは、高血圧の原因となり、脳卒中などのリスクが高まるとされています。岩手県民の1日の食塩摂取量は厚生労働省が定める目標量を男女ともにそれぞれ上回っています。幼児期から、薄味になれるように心掛けたいものですね。

保育園でも、食塩相当量については、基準値を超えないように配慮しながら、献立を考えています。素材の味を大切にし、旬の食材を取り入れていきたいと思います。

ぜひ、ご家庭でも食塩摂取量について過剰にならないように注意していただきたいと思います。

特に朝食は、1日の活動のエネルギー源です。朝食を毎日食べることは、基本的な生活習慣を身につけ、健康な食生活の基礎となるものです。早寝、早起き、朝ご飯で元気に生活してもらいたいと思います。

0歳児から5歳児は、成長、発育が活発な時期でもあり栄養が過剰になりすぎないように必要な栄養が不足しないように食事をとることが望ましいです。毎月献立表を配信していますので、ご家庭での食事と見合わせて活用してみてください。

保育園の食事と家庭での朝食・夕食で1日のバランスをとることが大切になります。

たくさんの温かいコメントも頂き本当にありがとうございます。今後の給食提供の参考にしていきたいと思います。

「食べる力」は「生きる力」となります。今後も、食育活動の取り組みを積極的に行い子どもたちにとって安全安心な食を提供し、生きる力をしっかりと育んでいきたいと思っています。