



先日はお忙しいなか、アンケートにご協力いただきありがとうございました。ご意見の中には、給食や食育活動に日ごろからご理解してくださる保護者の方が多く、大変心強く感じました。協力していただいたアンケートのご意見・ご感想は、これからの給食づくりや食育活動の参考にさせていただきたいと思っております。アンケート集計結果は以下の通りです。

【調査期日】 11月8日～11月20日
【調査対象】 全園児 107名
【回収数】 87件 【回収率】 81.3%

■園での利用時間はどちらですか

選択肢	人数	割合
基本時間（7時00分～18時00分の間）	76	87%
延長保育を利用	11	13%

■平均睡眠時間はどのくらいですか

選択肢	人数	割合
7時間以下	0	0%
7～8時間	20	23%
9～10時間	60	69%
10時間以上	7	8%

■お子さんの排便は規則的にありますか

選択肢	人数	割合
毎日ある	50	57%
2～3日に1回	26	30%
不規則	11	13%

■朝食は毎日食べますか

選択肢	人数	割合
毎日	84	97%
時々	3	3%
食べない	0	0%

■朝食を食べる場合、主食の他にどんなおかずを食べていますか（複数回答可）

選択肢	人数	割合
主食（ご飯やパン、シリアルなど）のみが多い	47	54%
主菜（肉、魚、卵、大豆製品など）	49	56%
副菜（サラダ、お浸しなど）	10	11%
乳製品（牛乳、ヨーグルト）	55	63%
果実	42	48%

■朝食を食べる場合、誰と食べますか

選択肢	人数	割合
家族全員で	16	18%
大人の誰かと	42	48%
子どもだけで（兄弟姉妹含む）	29	33%

■食事中にテレビをつけていますか

選択肢	人数	割合
はい	40	46%
いいえ	47	54%

■ご家庭での魚料理の頻度はどのぐらいですか

選択肢	人数	割合
週に5回以上	2	2%
週に3~4回	20	23%
週に1~2回	52	60%
ほとんど食べていない	13	15%

■お箸は何歳から使っていますか。使っていない場合は何歳から使う予定ですか

選択肢	人数	割合
1歳児	2	2%
2歳児	17	20%
3歳児	41	47%
4歳児	21	24%
5歳児以降	6	7%

■お子さんの食事について気になるところがありますか（複数回答可）

選択肢	人数	割合
好き嫌い	37	43%
少食	10	11%
食べ過ぎ	11	13%
遊び食べ	24	28%
食事のマナー	24	28%
食べムラ	31	36%
時間がかかる	33	38%
その他	20	23%

〈その他の回答〉

- ・まだ離乳食2回食だからわからない
- ・口に詰め込みすぎる
- ・動き回る
- ・ベビーチェアに座らなくなり、ソファで足が浮いた状態での食事。噛む回数が少ないように見える。
- ・家では一人で完食することはほとんどないです（涙）毎食、手伝わないと完食できないです。食事の途中でイスから降りたりする事も多く、悩みがつきないです…。
- ・夜はテレビをつけずご飯を食べますが時間がかかります。
- ・ごはん前にYouTubeを見ていると、呼んでもなかなかやめられないので困っている。

■園からの働きかけで参考になっている行事はどれですか（複数回答可）

選択肢	人数	割合
予定献立表	45	52%
給食展示	58	67%
給食だより	38	44%
試食会(2歳児、4歳児対象)	21	24%
レシピ紹介	22	25%
野菜栽培	14	16%
クッキング活動	39	45%
食育講話(手洗い実験、お箸の使い方など)	45	52%
絵本給食	8	9%
世界の料理	20	23%

◆その他、ご感想などお聞かせください（多数回答有）

- ・ 保育園のおかげで栄養バランスのとれた食事ができているので、とてもありがたいです。行事食や季節ならではのメニューがあるので、親としても子どもがそういった料理に触れることができ嬉しく思います。
 - ・ 給食の様子を伺って食べられたものや食事への意欲など参考になり助かっています。家であまり好んで食べない、出さない食材も給食ではよこんで食べているようです。
 - ・ 4月から園に通うようになり、それまでは偏食していた息子ですが園で給食を食べるようになってからは色々な味に慣れ食の楽しさもわかってきたようで家でもよく食べてくれるようになりました。
 - ・ いつも栄養バランスのとれた給食やおやつ、ありがとうございます。献立の参考にもさせて頂いております。
 - ・ 偏食がひどく、色々工夫してはみても頑固でお家ではなかなか改善しません。園でも、まだしっかり食べるわけではありませんが、それでも家よりは食べてくれます。
 - ・ お迎えに行くと、給食の展示の所に連れて行かれて、コレ食べた!と教えてくれます。家では食べない野菜を自慢げに食べたよ!と教えてくれるので、とても感謝しています!
 - ・ 先生たちの働きかけや美味しい給食のおかげで、自宅ではあまり食べない野菜を食べることが出来ているようで本当にありがたいと思っています。
 - ・ 家では野菜や初めてのものをなかなか食べてくれないので、給食で色々な食材を出してもらえて助かります。おいしかった、食べられなかった等と教えてくれるので、私も献立や給食展示を見ながら、会話を楽しんでいます。
 - ・ 食わず嫌いの多い息子ですが、園の給食は残さずに食べているようで嬉しく思っています。
 - ・ 保育園では何でもモリモリ食べているようなので、自宅ではおおらかでいられます。給食の展示を帰りに見ていくのも日課になっていて、給食大好きです。毎日ありがとうございます。
 - ・ 園の給食は魚料理が多いためか、子供は魚が大好きで、とても良いと思っています。
 - ・ 給食のサンプルを見ながら、その日の感想を息子から聞くのが習慣になり、迎えの時の楽しみの一つになっています。偏食ですが、給食メニューからヒントを頂き、家でも取り入れてみたいと思います!
 - ・ お友達と食事をする事によって家庭では得ることのできないマナー、食事の楽しさ、美味しさを味わう事が出来ているのではないかなと日々感じております。
 - ・ 給食は美味しいので、園では沢山食べているようですが、家のご飯はほとんど食べないので困っています。
 - ・ 家での食事は、もっぱらメディアとの闘いになっていて、やめさせるのが毎度お互いにストレスです…。
- タコ焼きなど一緒に作れるメニューだと大丈夫だったので、一緒に楽しめるように工夫したいと思います。
- ・ 担任の先生がおかわりしている料理を教えてください、家での食事にも取り入れています。家ですとゆっくりダラダラ食べているのでつい急かしてしまうのですが、メリハリをつけてもなかなか食べられず少し困っています。

→沢山のうれしいコメントありがとうございます。園では、子どもの成長に欠かせない栄養はもちろんのこと、旬や色彩なども考え変化に富んだ献立になるように工夫しています。日本特有の食事を体験できるように七草粥や節分、ひなまつり、もちつきなどの行事食も取り入れています。

また、手作りおやつ、魚料理や豆料理など、なかなか家では作れないようなメニューを意識しています。気になる献立がありましたら、栄養士や保育教諭に気軽にお声をかけてください。レシピを配布しますので、ぜひ、お家でも作ってみてください。

- ・世界の料理は、家ではなかなか作ってあげられないものが多いので、とてもありがたいです。
- ・世界の料理は、親が献立を見るのを楽しみにしています。
- ・世界の料理は、家では作れないものばかりで、いつも感想を聞くのを楽しみにしています。

→昨年からは、毎月1回、世界の料理を給食に取り入れています。

子ども達が給食を通して、外国の料理など自分とは異なる文化に触れ、他の国に興味や関心を持つことをねらいとしています。ぜひ、ご家庭でも話題にしてください。

- ・もも組さんになって食育が始まり、食育の様子を見てみるととても楽しそうで、ありがたく思っております！
- ・クラスでの食育活動が大変楽しいようで、実施した日は家でもお話ししてくれます。非常に参考にさせていただいています。自宅でも、調理前の素材を触ったりしています。食事がどのようにできているのか、何からできているのか、大切に食べなければいけないということ、感じてくれたら嬉しいと思います。
- ・ゼリーをもみもみしたりきのこをもぎもぎしたり、楽しいようで家でもお話ししてくれます。
- ・園での食育活動、家でも真似させてもらっています！
- ・家ではできないような食育も経験させていただき感謝しております。ありがとうございます。
- ・食育活動をとっても楽しんでいて、家でもカレーづくりを手伝ってくれるようになりました。家ではなかなか食べない魚や野菜も、給食ではよく食べているようです。今後も献立やレシピ、食育活動でできたことを、家での参考にさせていただきます。

→日々の給食や食育活動にご理解してくださる保護者の方が多く大変心強く感じました。ありがとうございます。

子ども達が生涯を通して「食」について自ら考え判断する力をつけるためにも、「食育」が果たす役割は少なくありません。また、園での食育は、独立した体験の積み重ねではなく、ねらいをふまえ取り組んでいます。今後も様々な活動を考えていますので、楽しみにしててください。ご家庭でも、園での食育を話題にして、楽しんでいただけたら嬉しく思います。

- ・延長のおやつのお予定表もコミュナビで配信してほしいです。

→要望が多い場合は検討しますが、現在少ないので配信する予定はありません。ご希望の方は、プリントを配布しますので、職員まで声をかけてください。

- ・いつもおいしいであろう、栄養満点の子どもが嬉しくなる給食をありがとうございます。やはり「いただきます」を皆で一緒にするのは、難しいことなのでしょう。

→食育目標のめざす子ども像の中に「お腹がすくりズムのもてる子」をいれており、午前中の主活動では思いっきり体を使って遊び、給食の時間にしっかりとお腹が空くような活動を行っています。給食もお腹がすいた子から、個別で食事をしています。個人差もあり、登園時間もバラバラなため、1人1人のタイミングを大切にしながら保育しているので、一緒に「いただきます」はしていません。

しかし、3歳以上児クラスになってくると、会食や青空給食など、みんな揃って「いただきます」をすることが増えてきます。また、ゆり組の後半では、就学に向けて一斉に食事をはじめ、時間を意識しながら食べる練習をしたりと、年齢に合わせた取り組みをしています。

その他、食に関するお悩みがあれば、お気軽にご相談ください。

食育活動報告



～白菜ちぎり～ もも組（1歳児）

絵本“おやおや おやさい”を読んで、白菜に興味津々の子ども達。1人1枚白菜を一生懸命ちぎりました。ちぎった白菜はスープにして試食です。「おいしい、おいしい」とあっという間に完食し、普段よりよく食べていました。



～ごますり体験～ ばら組（2歳児）

すり鉢とすりこ木に大興奮の子ども達。栄養士から使い方を真剣に聞いて、上手にごますりしていました。いりごまとすりごまの味見をして、違いを感じていました。「牛乳を入れて飲みたい！」のリクエストを受け、すぐに試食です。「ごま牛乳だ！」「おいしい！」とほとんどの子が飲み干し、楽しい経験になりました。



～ポテトコロッケ作り～ ひまわり組（3歳児）

初めてのエプロン・三角巾に嬉しそうな子ども達。わくわくドキドキのクッキングの始まりです。目の前で食材を炒めるところを見たり、じゃが芋をマッシャーで潰しました！盛りだくさんの内容でしたが、最初から最後まで集中して作業をしていました。作りたてのコロッケは、みんなで、フーフー言いながら美味しく頂きました。「おいしいね」「サクサクだ！」とみんな完食でした。



～お芋の味比べ～ すみれ組（4歳児）

「里芋」「長芋」「さつま芋」「紫芋」「じゃが芋」いろいろなお芋に興味津々の子ども達。お芋の葉の写真を見たり、実物に触ったり、匂いを嗅いだり、じっくりと観察しました。次は、試食です。「このお芋は甘いよ」「トロっとする」「これおいしい」など様々な声が聞かれました。最後は、よく噛んで食べないとどうなるのか、噛んだ後の食べ物が胃や腸を通過してうんちになる等の話があり、真剣に聞いていた子ども達でした。



～お米マイスター講座～ ゆり組（5歳児）

お米屋さんによる「お米マイスター講座」を受けました。もみから白いご飯になるまでの話やお米にはいくつぐらい種類があるのか、ご飯1杯には何粒のお米が入っているのか…興味津々にお話を聞いていました。また、実際に精米機で精米するところをみせてもらい、玄米やぬか等を触ったり、匂いを嗅いで、お米についての勉強をいっぱいしました。その後の給食では、ご飯粒一つ一つ大切に食べる様子がみられています。

