

食生活アンケートの結果報告

先日、配布いたしました食生活アンケートにご協力いただき、誠にありがとうございました。
集計結果が出ましたので、ご報告させていただきます。
尚、今回は年齢別ではなく全体の集計として記載させていただきます。

《調査配布日》 令和3年5月6日(木)

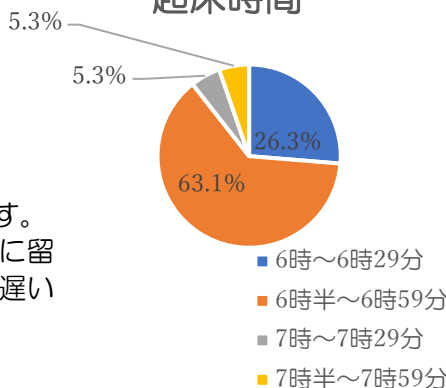
《対象者》

0歳児1名 1歳児6名 2歳児12名

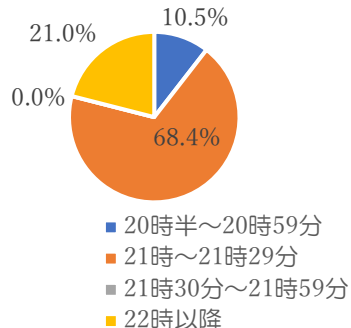
① 生活リズムの状況

7時までに起床している園児は89.4%です。
一方9時までに就寝している園児は10.5%に留まっており、起床時間が早い割に就寝時間が遅い傾向が伺えます。

起床時間



就寝時間

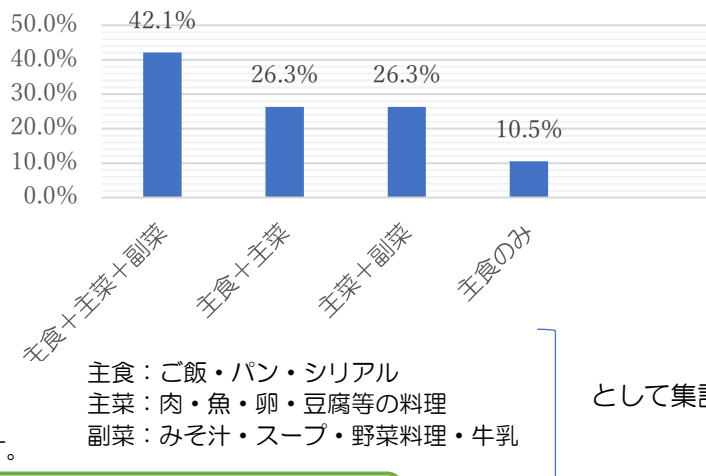


② 朝食の状況

喫食状況	人数	割合
毎日食べる	18	94.7%
週5、6日食べる	1	5.3%
週3、4日食べる	0	0%
週1、2日食べる	0	0%
食べない	0	0%

朝食を食べる園児はほぼ全員でした。
主食を食べている園児は、ごはんが63.2%、パンが26.3%菓子パンが15.8%となっています。

朝食でよく食べる組み合わせ



③ 味付け(塩分の強さ)について

味付け	人数	割合
濃い味付け	0人	0%
普通	13人	68.4%
薄い	6人	31.6%
その他	0人	0%

④ よく噛んで食べていますか？

噛んでいますか？	人数	割合
よく噛んでいる	2人	10.5%
噛んでいる	16人	84.2%
あまり噛んでいない	0人	0%
その他 (食材による)	1人	5.3%

⑤ 歯ごたえのあるものを食べていますか？(複数回答)

離乳食を除き、全員が「はい」と回答されました。

	ベスト5	割合
1	きゅうり	78.9%
1	お肉	78.9%
3	おせんべい	57.9%
4	小魚	36.8%
5	こんにゃく	15.8%

⑥ 排便習慣

毎朝規則正しく排便がある園児は21.0%で全体の1/5程度です。

頻度	割合
ほぼ毎日	21.0%
朝ではないがほぼ毎日	57.9%
2～3日に1回	15.8%
不規則	5.3%

「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」で
健康で元気な1日をスタートしましょう！

⑦子どもの食嗜好

好きな食品・料理 (複数回答)

	ベスト5	割合
1	果物	42.1%
2	麺(パスタ・うどん)	36.8%
3	トマト	26.3%
4	納豆・魚	各 21.0%
4	ハンバーグ・ごはん	各 21.0%

嫌いな食品・料理 (複数回答)

	ベスト5	割合
1	ピーマン	15.8%
1	生のキャベツ	15.8%
3	卵	10.5%
4	しいたけ・ねぎ・なす	各 5.3%
4	小松菜・豆	各 5.3%

好きな食品・料理 1位は果物でした！また、今回各々ではベスト5に入りませんでした(ブロッコリー・きゅうり・ほうれん草・サラダ・南瓜・芋)等も人気で野菜類とまとめると52.6%となり、1位を上回る人気ぶりでした。今回のアンケート結果をこれからのお誕生日会などにも生かしていきたいと思えます。

間食について

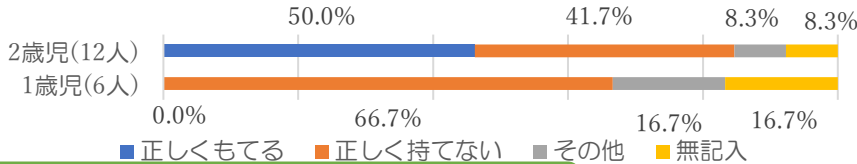
間食と時間	割合
だいたい時間と量を決めている	57.9%
決めていない	31.6%
間食はしない	10.5%

	ベスト5	割合
1	果物	78.9%
2	ビスケット	42.1%
3	おせんべい	36.8%
4	ゼリー・ヨーグルト・チョコレート	各 31.6%

また手作りでは(スコーン・パウンドケーキ・おにぎり・ホットケーキ・ポテト・ポテトチップス)等がありました。

⑧お箸やスプーンについて

お箸・スプーンを正しく持てるか



⑨食事について気になること(複数回答)

	ベスト5	割合
1	遊び食べ	57.9%
2	食べるのに時間がかかる	21.1%
3	偏食	15.8%
4	食べすぎ	10.5%
5	小食	5.3%

その他としてとして…
 ・遊びから食事への切り替えに時間がかかる
 ・食べむらがある
 ・かむ力が弱いように感じる。噛み切れないと口にずっと残っている等がありました。

⑩食事について気をつけていること(複数回答)

	ベスト5	割合
1	食事の時の会話	73.6%
2	栄養バランス	57.8%
3	食事マナー	42.1%
3	手作り	42.1%
5	衛生面	26.3%

園の給食や食育についてのご希望やリクエスト

- よく食べるのでいつも量を気にして下さり、ありがとうございます。
- いつも栄養バランスのとれた給食をありがとうございます。家ではすぐく偏食の子なので助かっています。
- 給食で子どもたちに人気があったメニューの作り方をたくさん知りたいです。
- レバーなどを使った料理を家ではあまりしないので給食で出ているのを見てすごく助かっています。
- 行事食等子どもたちが喜んでくれるように考えてくださってありがたいです。
- いつもおいしそうな給食をありがとうございます。食べるのが大好きなので毎日喜んでいてと思います。

皆様からのご回答、大変参考になりました。お子さんのご自宅での様子が垣間見れ、微笑ましく思いました。

また、保護者の方々の温かいお言葉や「給食で食べられるようになった！」「楽しみにしている」というお声は私たちの励みになります。今、子どもの家では検食の在り方を見直し、お母さん先生と栄養士が検食し毎食子どもたちの喫食状況や感想などを事細かに話し合っています。保育士の先生方からもその都度意見をいただき、今まで以上に現場の生きた声を給食に反映させることができるようになりました。これからも小規模保育だからこそできる一人ひとりと向き合った給食を提供できたらと思います。食の悩みは尽きないと思います。何かお困りのことや気になることがございましたらお気軽にお声がけください。お忙しい中、本当にありがとうございました。