

給食アンケート結果

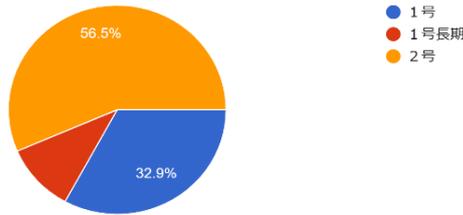
学校法人大里学園
静岡なかはら幼稚園

日頃より、教育・保育にご理解・ご協力を頂きましてありがとうございます。また 先日はお忙しい中、嗜好調査のアンケートにご協力頂き、ありがとうございました。遅くなりましたが、集計結果をご報告させていただきます。尚、今回はクラス別ではなく、全体の集計として記載させていただきます。

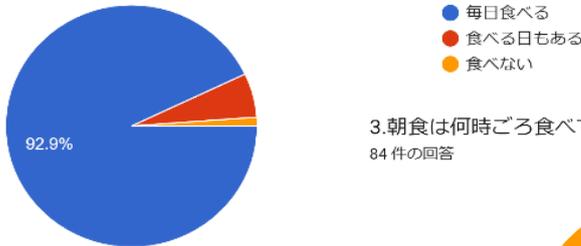
《調査配布日》1月 10日（金） ～ 1月 20日（月）

《調査対象》 静岡なかはら幼稚園に在籍する保護者

1.お子さんの認定は？
85 件の回答

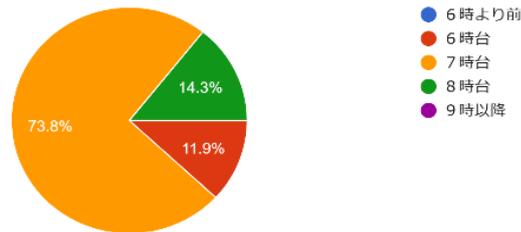


2.お子さんは、朝食を食べていますか？
85 件の回答



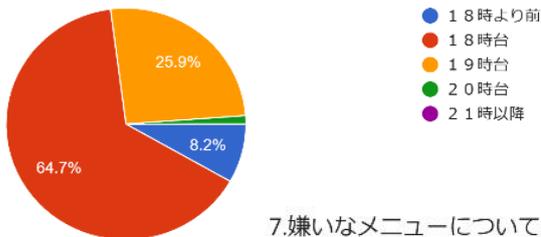
朝食は一日を元気にスタートさせるためのエネルギー源です。朝食を食べないと、脳も体も目覚めません。一日元気に過ごせるように朝食を食べてから登園しましょう。

3.朝食は何時ごろ食べていますか？
84 件の回答



乳幼児期は、食事のリズムを作る大事な時期です。十分な睡眠をとり朝の光を浴びることで、体内時計は正しく整えられます。さらに、昼間にたくさん体を動かし、『お腹がすいた～！』という感覚を持つことも重要で、子どもの食生活リズムの基礎を作ります。家庭によって、朝食が遅かったり夕食が遅くなってしまう事もあるかと思いますが、子どもが小さい時は、可能な限り子どもの生活リズムを大切にしましょう。

4.夕食は何時ごろ食べていますか？
85 件の回答



5.ご家庭でお子さんが嫌い（苦手）な食材は何ですか？

- ◆ 生野菜・野菜全般（ピーマン・トマト・ねぎ）
- ◆ 卵
- ◆ 特になし

6.ご家庭でお子さんが嫌い（苦手）なメニューは何ですか？

- ◆ 生野菜
- ◆ 野菜炒め
- ◆ 煮物
- ◆ 鍋
- ◆ 玉子焼き・たまご料理
- ◆ 特になし



7.嫌いなメニューについてはどのような工夫をして食べさせていますか？
82 件の回答



料理の工夫で好き嫌いを克服！

子どもは、匂いや食感・味・見た目など五感で好き・嫌いを感じています。例えば子どもが苦手な青菜はごまやくるみ、ピーナッツ、マヨネーズなど和え衣で味を変えて、のりやごまなど子どもの好きなものを添えたりするのもおすすめです。

この時期に栽培・買い物・クッキングを体験すると興味や関心が高まって「食べてみたい」という意欲につながります。また、一口でも食べたら、『ほめる』は効果的です！！

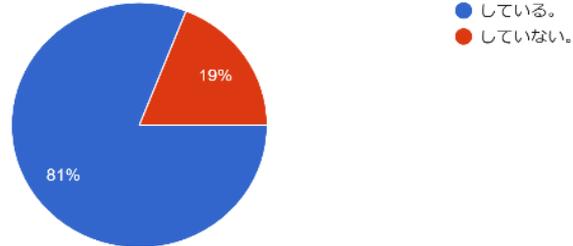
8. 食事中の飲み物は何ですか？

85 件の回答



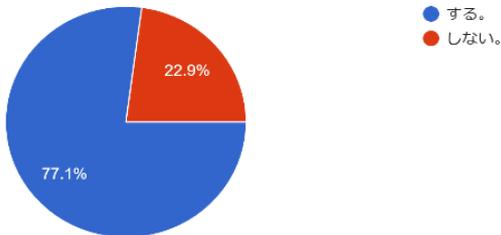
9. 旬の素材を使用していますか？

84 件の回答



10. お子さんはお手伝いをしますか？

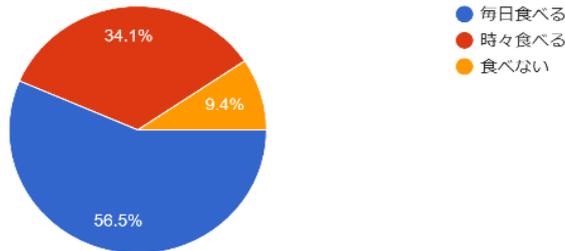
83 件の回答



『おやつ』と聞くと、甘い食べ物や、お菓子やジュースなど、一般的に子どもが好むものを想像することが多いかもしれませんが、子どもにとってのおやつとは、食事の一部であり、体に必要な栄養素を補うことや、水分補給としての役割があります。子どもは、大人と比べると、体は小さいのですが、必要な栄養素は、体重1kgあたりに換算すると、大人の約2倍必要です。しかし、消化機能は、成長段階のため、一度にたくさんのおやつを摂ることは難しく、大人と同じように三度の食事で必要な栄養素を摂ることは大変です。そのため、『おやつ(補食)』が必要になります。このように、子どもにとっての『おやつ』は、食事の一部であり、とても大切なものなのです。

11. 園を降園した後、夕食前に間食をしていますか？

85 件の回答



おやつを食べる時のポイント

★食事で摂り切れない食品を選びましょう。

おやつは、食事の一部と考え、食事では摂り切れない、ビタミンやカルシウムを補うようにしましょう。(芋類・乳製品・果物など)

★時間を決めましょう。

おやつの時間は、午前 10 時頃と午後 3 時頃がいいですね。次の食事に影響しないように、次の食事までに2時間程度、時間をあけるようにしましょう。

園でのおやつ時間

(例) 1~2 歳児 午前 10 時頃と午後 3 時頃の 1日2回
3~5 歳児 午後 3 時頃の 1日1回

★量を決めましょう。

1~2 歳児の午前中の補食は、水分補給を中心に昼食に影響しない程度のもの、午後のおやつは、夕食に影響しないように、時間と分量を決めて食すようにしましょう。また、市販のお菓子などは、袋ごと与えずに、適量をお皿にわけてあげましょう。



12. お子さんの食生活で気になることはありますか？

- ★ 遊び食べ
- ★ 食事に時間がかかる・食べるのが遅い・食べている途中でぼーっとする・食事をするスピードがゆっくり
- ★ お話に夢中になってしまい、ご飯に時間がかかってしまう
- ★ 添加物・極力砂糖類は控えたい
- ★ 偏食・好き嫌いが多く・ご飯は食べるけどおかずは食べないという日もある
- ★ おやつ(お菓子)を食べる量が多い
- ★ 食べすぎている気がする・もう少しゆっくり食べてほしい
- ★ 量を食べない・朝ごはんの量が少ない・白いご飯の量が少ない
- ★ 朝がパンやおもちになってしまう・朝食は毎日、パンで栄養が偏りがちになる
- ★ 栄養バランスを考えて毎食食べさせていますが、本当に栄養が足りているのか心配
- ★ 根菜類を食べてほしい・繊維質のものや、野菜類をたくさん食べてくれない
- ★ 箸の持ち方・スプーンや箸を落とすことが多い
- ★ 好きなものは親の分も横取りする。手づかみがなかなか直らない
- ★ 肉を噛みきれないことがある
- ★ 座り方が安定しない



今回のアンケート結果より、様々な声をいただきとてもありがたく思っております。

味覚・嗜好は常に変化していくとともに、食の発達には長い時間がかかるものです。そのうち「おいしい!!!」と食べられるようになりますので、長い目で見守ってあげてください。

アンケート結果を踏まえ今後もご家庭との連携をとりながら、安全で安心な給食提供に努め、子どもたちの健やかな成長を見守っていきたくと考えております。

ご不明点・ご相談がございましたら、お気軽にお尋ねくださいますようお願いいたします。



