



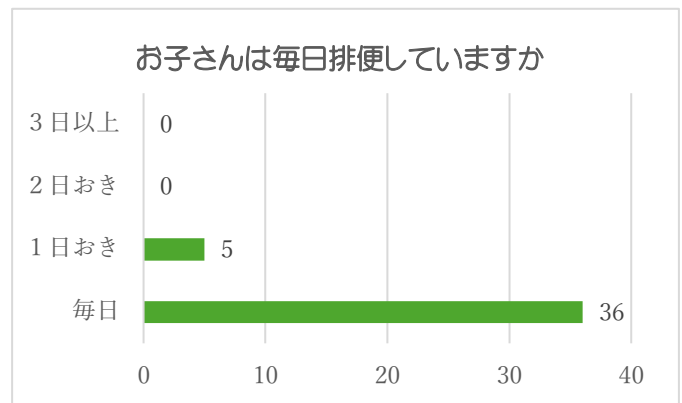
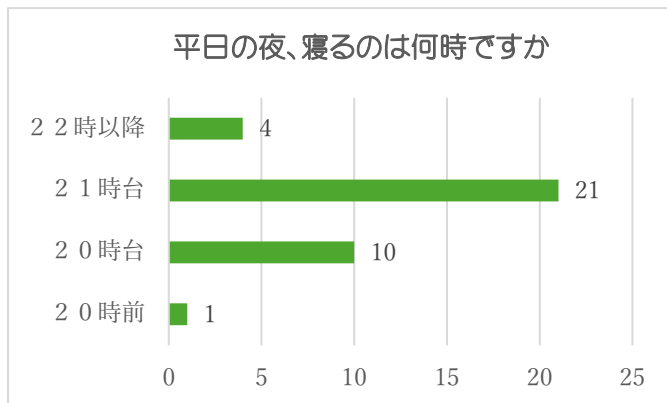
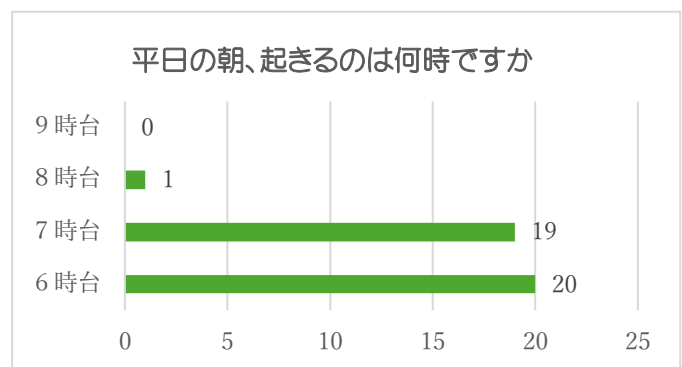
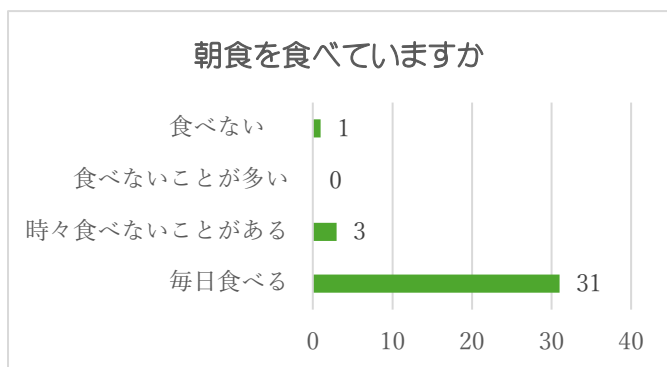
12月に保護者の皆様にご協力いただきましたアンケートの結果をご報告します。(回収率95%)

|   | 6歳 | 5歳 | 4歳 | 3歳 | 2歳 | 1歳 |
|---|----|----|----|----|----|----|
| 男 | 2人 | 7人 | 3人 | 2人 | 1人 | 4人 |
| 女 | 3人 | 2人 | 3人 | 5人 | 5人 | 4人 |

(12月22日時点)

### 食生活について

[複数回答もあり合計数が全体の人数と異なります]



### ○好き嫌いはありますか

・好きな物がある(36人)

- 1位 魚料理
- 2位 肉料理
- 3位 くだもの

《他》 ラーメン、ごはん、たまご、ブロッコリー、人参、シチュー、カレーライス、うどん、麺類、パン、おにぎり、たまごかけご飯、野菜、レタス、牛乳、肉巻き、牛丼、ごぼう、さつまいも、チーズ、トマト、豆腐、みそ汁、筋子、味付けこんにゃく、ミートボール、ちくわ、ナゲット、納豆、ママの弁当、春雨、キャベツ、白菜

## 朝ごはんを食べましょう

朝食は、体にプラスなことばかりです。

- 体温を上げることで体が活動的に。
- 血糖値を上げて脳にエネルギーを。
- 噛むことで、脳が目覚める。
- 1日の食品数が増える。
- 胃腸が活発になり、便秘解消に。

参考文献：食育まるわかりサポート＆素材データブック

・嫌いな物がある(29人)

- 1位 野菜
- 2位 ピーマン
- 3位 大根、トマト、青菜野菜(同数)

《他》 ねぎ、かぶ、固い野菜、きのこ、人参、チーズ、カボチャ、練り物、くだもの

・特に好き嫌いはない(4人)

○ご家庭では保育園で食べた給食の話をしてしますか。(乳児室は含まない)

① はい (26人) ② いいえ (7人)

○どのような内容の話をしてしますか。

- ・食べたおかずの話や苦手なものを頑張って食べた。
- ・おやつが手作りだったなど。
- ・今日のメニューがおいしかったからおうちでもつくってほしい。
- ・ちくわは油で揚げるとおいしい。
- ・玄関の展示をみてこれがおいしかった。
- ・おいしかったもの、食べれなかったものの話。



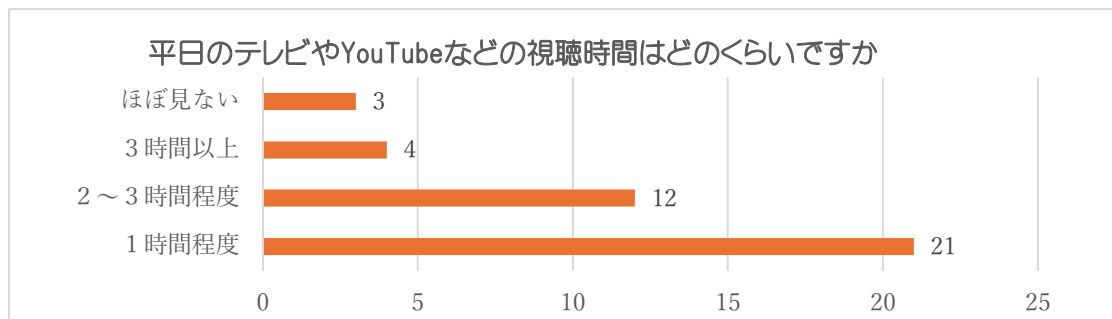
## なんで野菜を食べるといいの？

成長や健康を保つためには、ビタミンやミネラル、食物繊維などを摂取することが必要です。特に野菜や果物には、人間の体内で合成できない栄養素が豊富に含まれています。しかし調査では、日本人の1日当たりの野菜摂取量が、目標量に届いていません。野菜ジュースなどもありますが、補いきれない栄養もあります。できるだけ日常の食生活に、野菜を取り入れていきたいですね。

がんや心臓病などの予防にも、野菜や果物をとることが効果的とされています

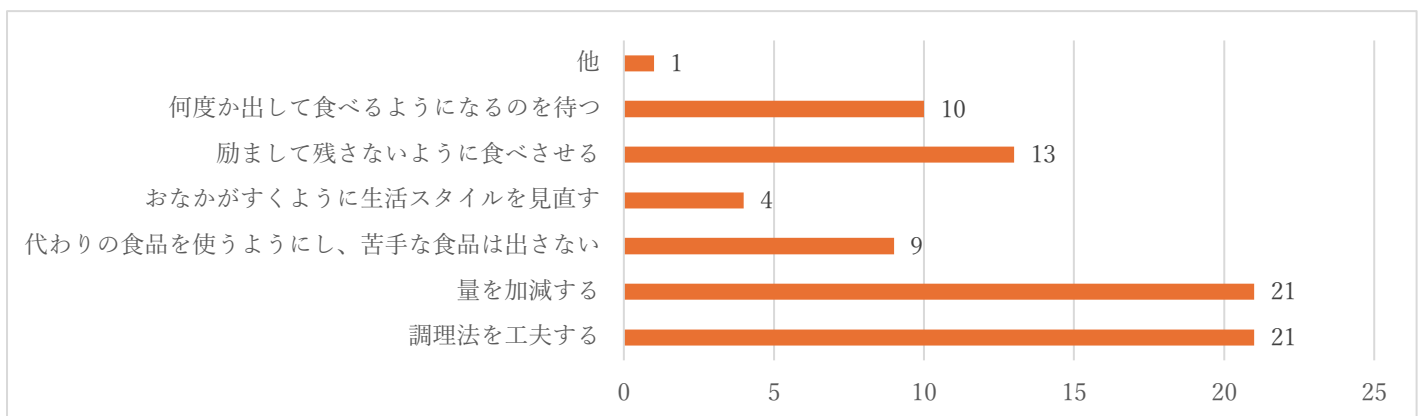


参考文献：食育まるわかりサポート&素材データブック



### 保護者の方ご自身について

○お子さんが好き嫌いしたり、あまり食べたがらない時、どのようにしていますか。(延べ人数)



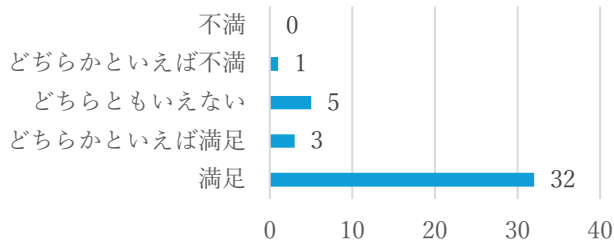
○お子さんの身長、体重より適正体重かどうか(肥満ややせなどでないか)把握していますか。

① はい (39人) ② いいえ (2人)

○保育園の給食献立(おやつを含む)を把握していますか。

① はい (36人) ② いいえ (5人)

☆お子さんの様子、また給食だより(献立表)などから現在の保育園の給食についてどう感じますか



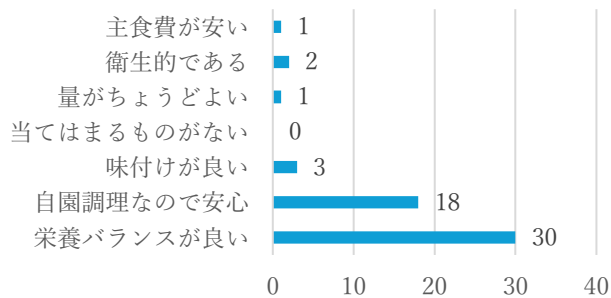
## 子どもの生活習慣病

乳幼児期の食事は、生涯における食習慣形成の基礎となります。子どもでも朝食の欠食やお菓子の食べ過ぎ、運動不足や不規則な生活により、肥満などを引き起こし、ついには生活習慣病にまで発展する可能性があります。まずは、乳幼児期のうちに正しい生活リズムを身につけて、健やかな生活習慣の基礎を作るように心がけましょう。

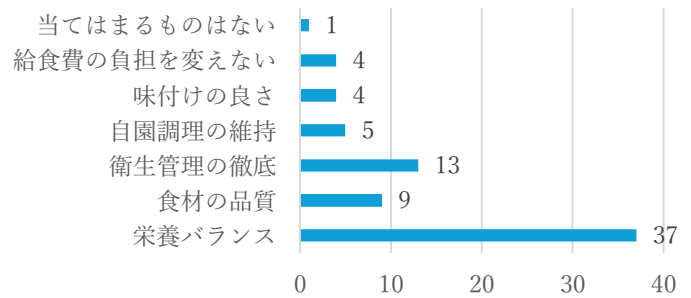


参考文献:食育ガイド&おたよりデータ集

☆で満足、どちらかといえば満足と回答した理由を教えてください



保育園の給食について何を重視してほしいと思いますか(2つまで)



### 【保育園の給食についての御意見など】

- ・数年前には全く食べられなかった食材も今では食べられるようになりました。園で食べられるようにしてくれたからです。
- ・夏におしぼりを濡らして持参することに不安でしたが改善されて安心しています。季節問わず乾いたおしぼりを持参だと安心です
- ・家では野菜を食べたがらないので園での給食に頼っています。給食だよりの他にレシピを教えて欲しいです。
- ・カレーライスのレシピを教えて欲しいです。
- ・レシピを知りたい(マーボー春雨、春雨サラダ、ほうれん草とコーンとハムのメニュー)
- \* 順次レシピをご紹介していきたいと考えています。
- ・源たれや、すき焼きのたれなどに頼りがちですが、給食の見本をみていろんなやり方があると考えます。副食やみそ汁で栄養をとってほしいと作っています。食事で健康な体を作ってあげたいです。
- ・他の保育園と比べると質素な印象があります。給食費の負担が増えてもいいので見直してほしいです。
- \* 普段から彩りや盛り付けなど栄養バランスを考えながら献立作成していますが、もっと工夫してより良い給食にしていきたいと考えています。
- ・給食を真似て作ってみました但味がちがうと言われました。園で少しでも野菜を食べてきてくれるので自宅でも少しずつですが食べてくれるようになりました。

\* たくさんのご意見を頂きありがとうございました。これからの食育や給食に生かしていきたいと思ひます。

### 保育園の誤えん防止に関する取り組みのお知らせ

保育園では材料の切り方の工夫や食材の選び方を誤えん防止のために行っています。ミニトマト、ゆでたまご(うずらたまご含む)、こんにゃく、ミニゼリー、枝豆、白玉団子、ぶどうなどは小さくカットするか提供を見合わせるものもあります。お弁当なども誤嚥の無いように切り方など注意をお願いいたします。

お忙しい中アンケートにご協力ありがとうございました。