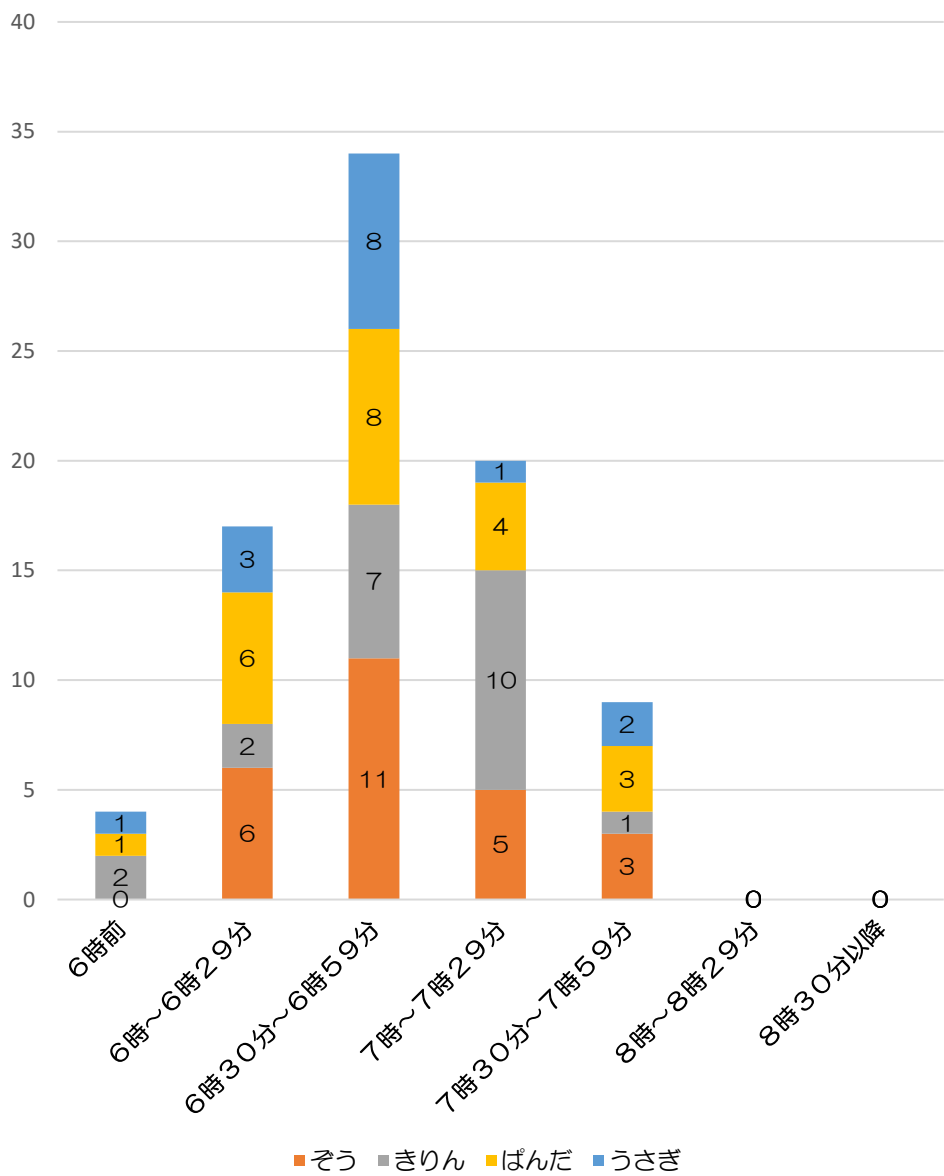
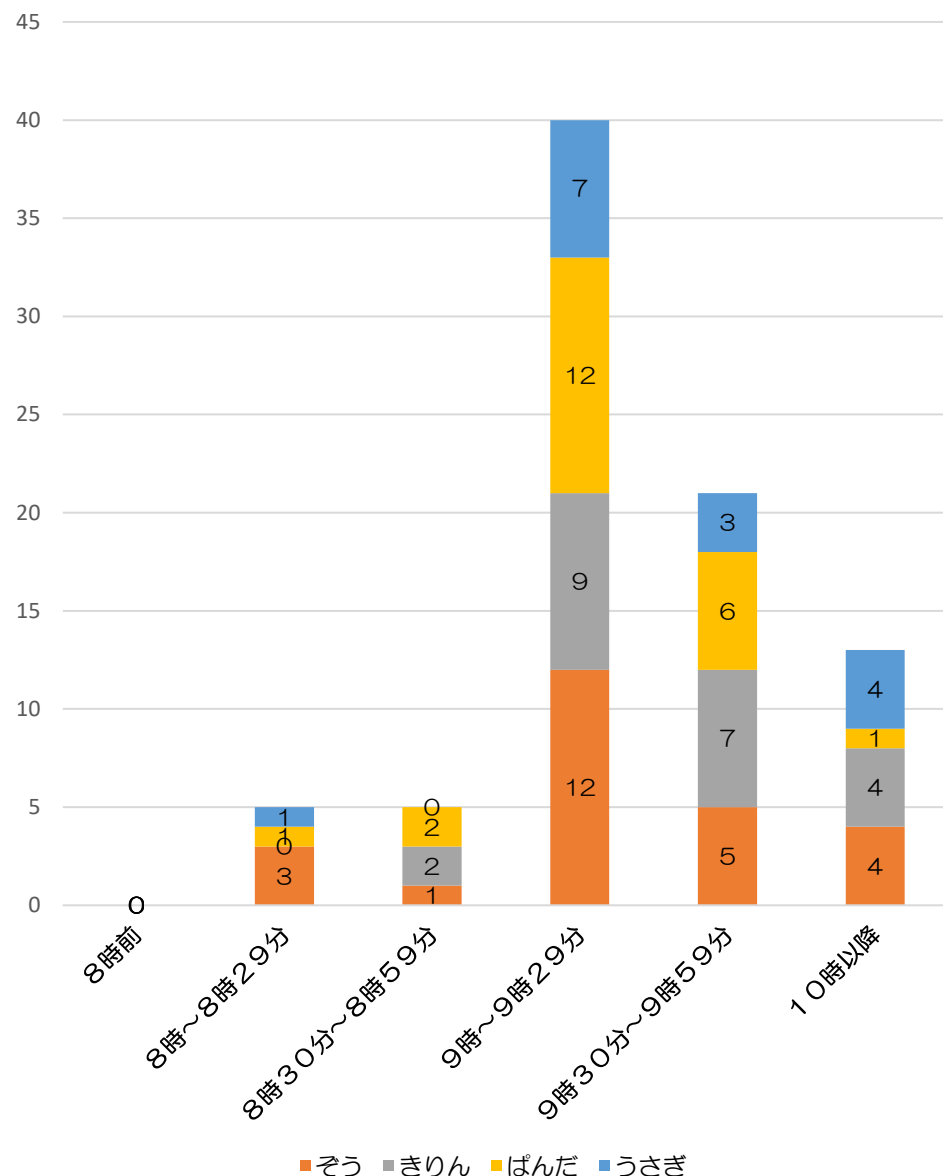


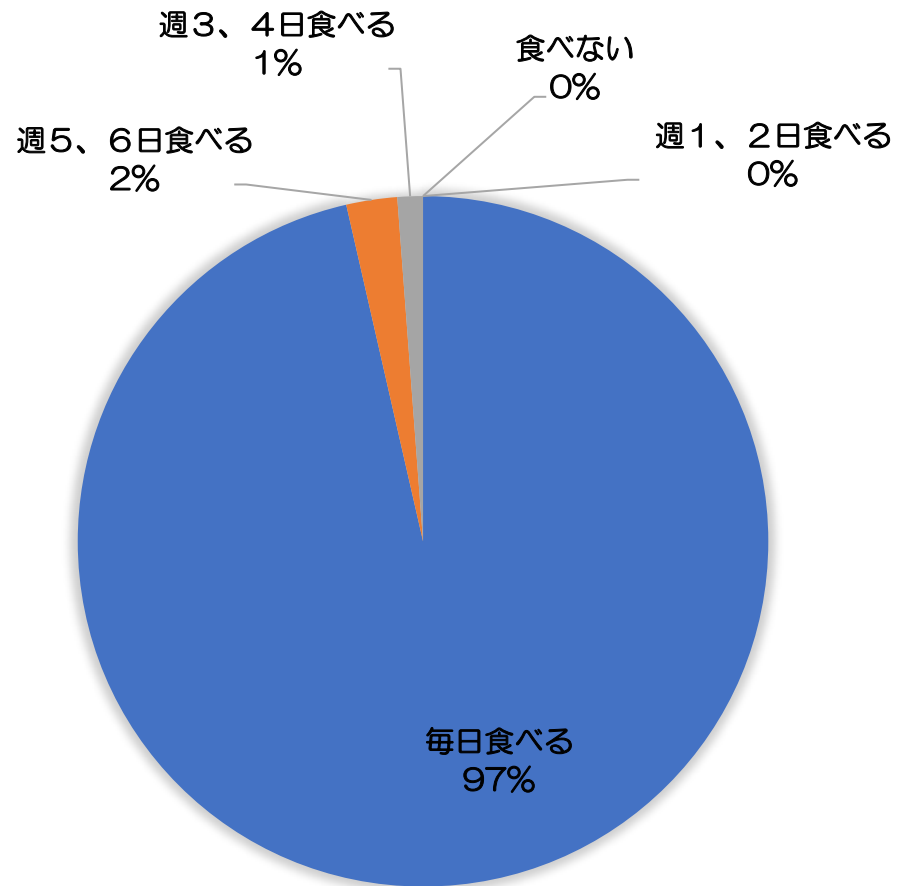
平日の起床時間



平日の就寝時間

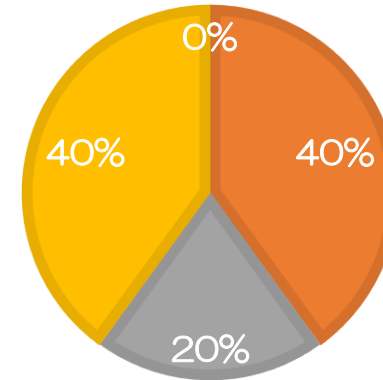


朝食を食べますか



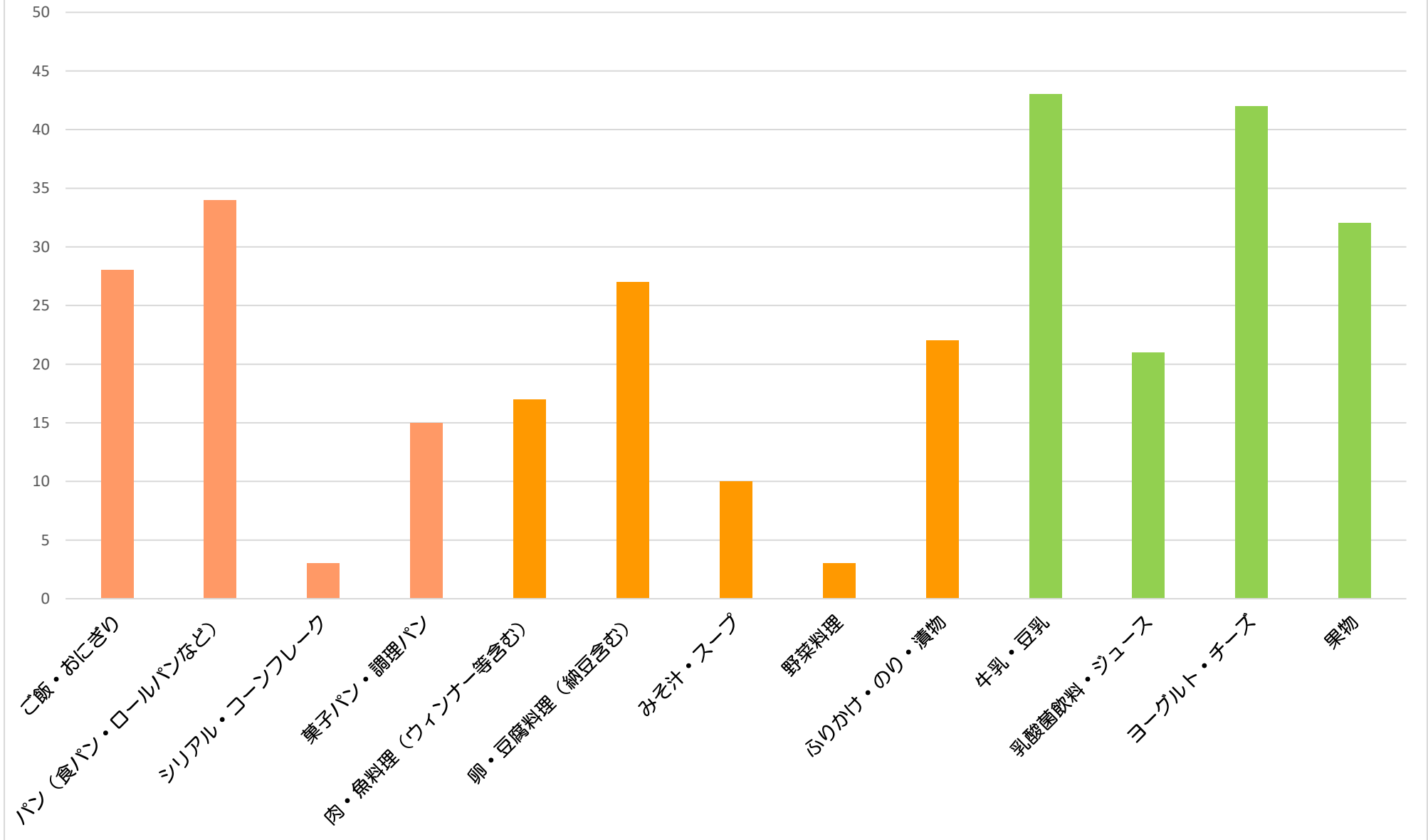
朝食を食べない理由

■ 食欲がない ■ 時間がない ■ 家族が食べない習慣 ■ その他

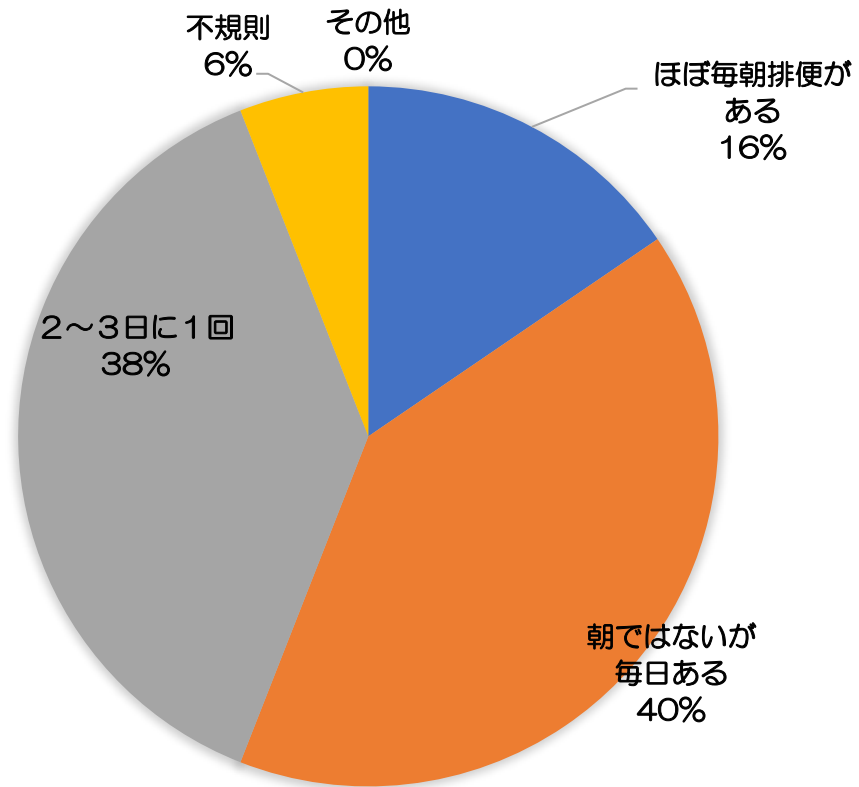


その他の意見： 休日
食べたいものがない

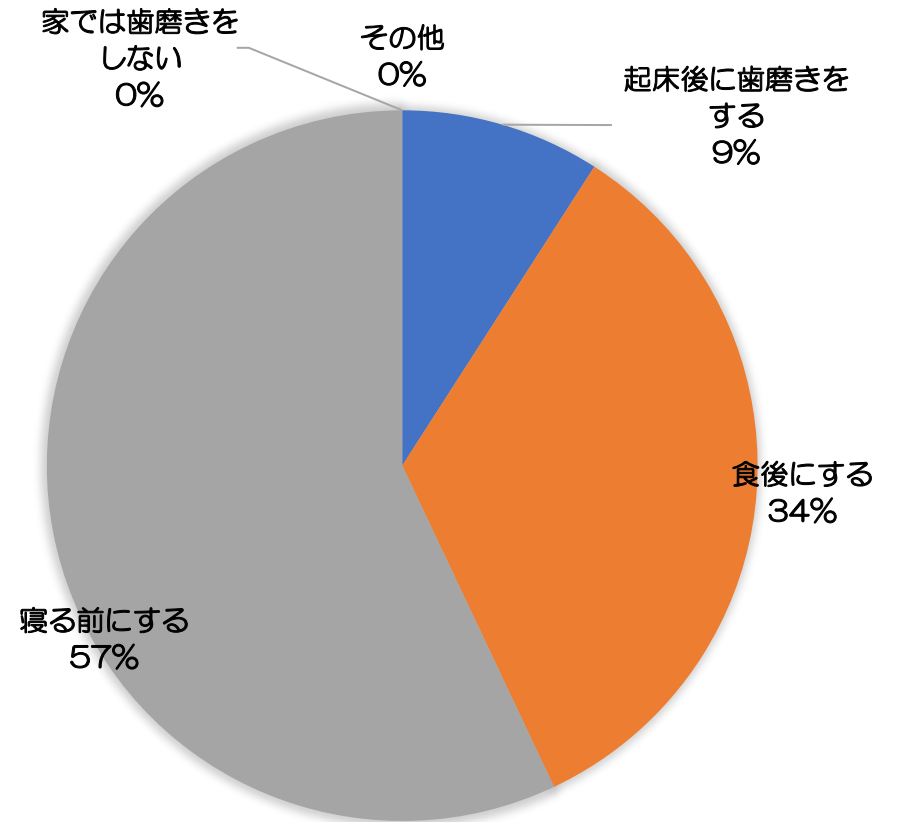
朝食でよく食べるもの



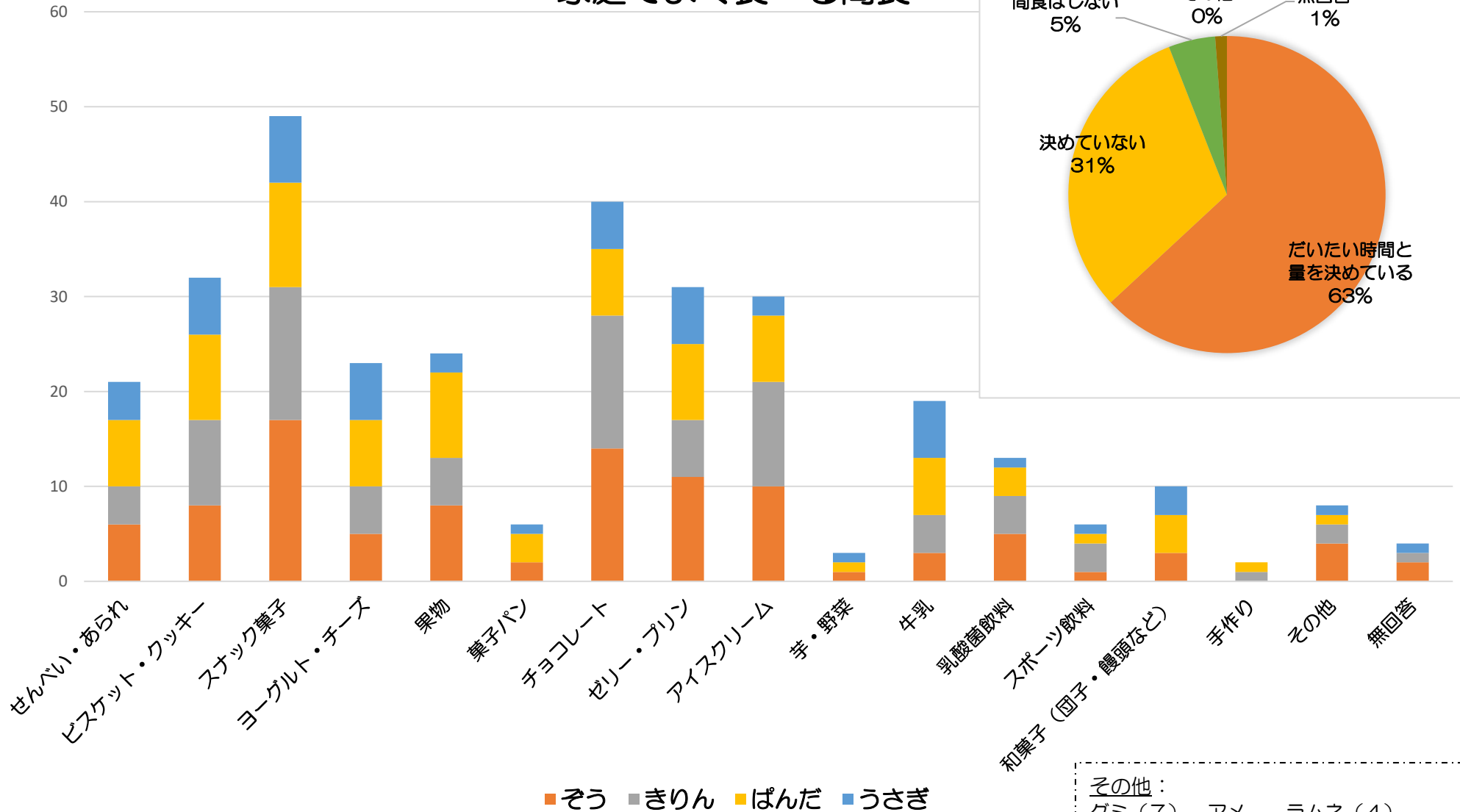
排便習慣



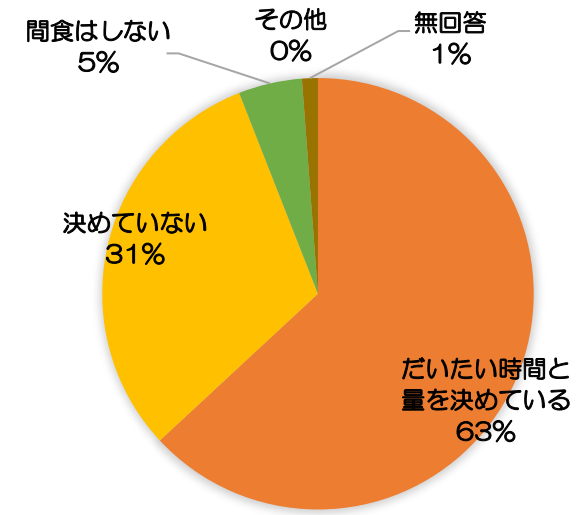
歯磨き習慣



家庭でよく食べる間食

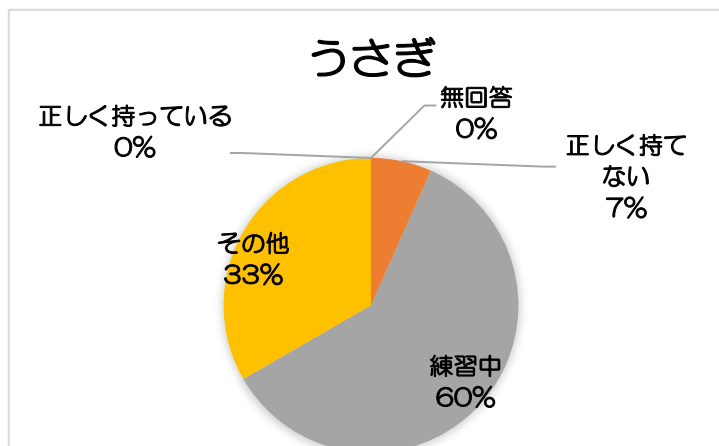
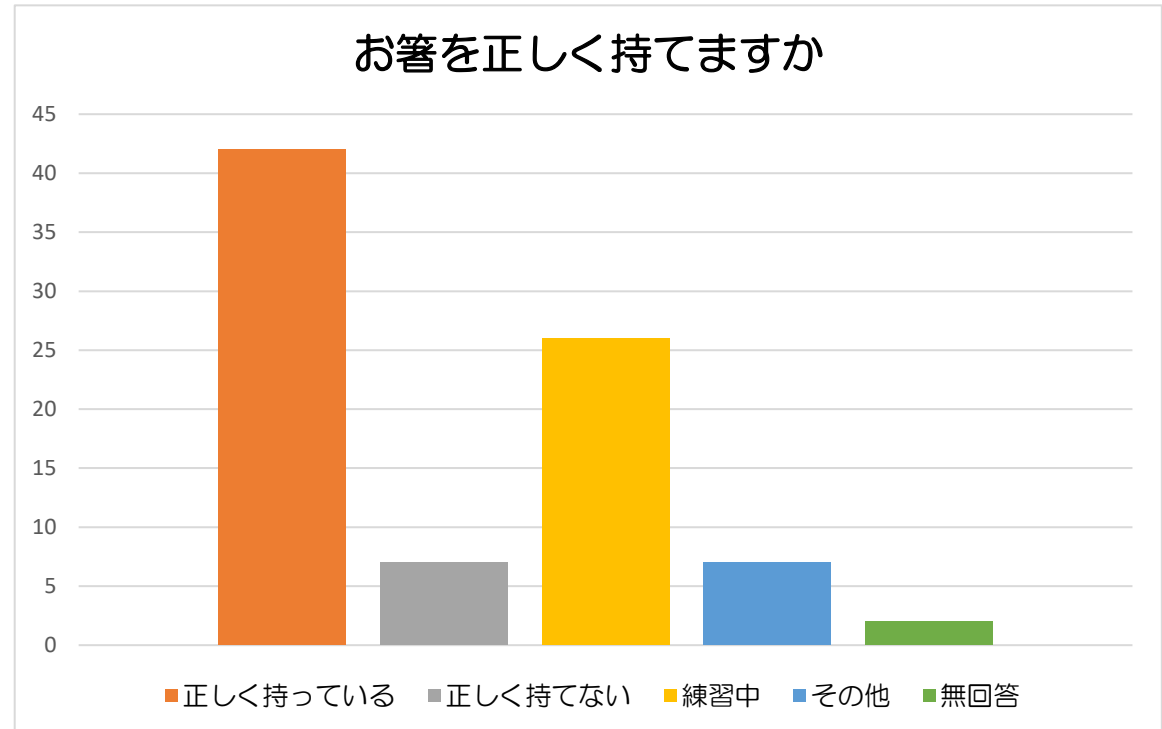
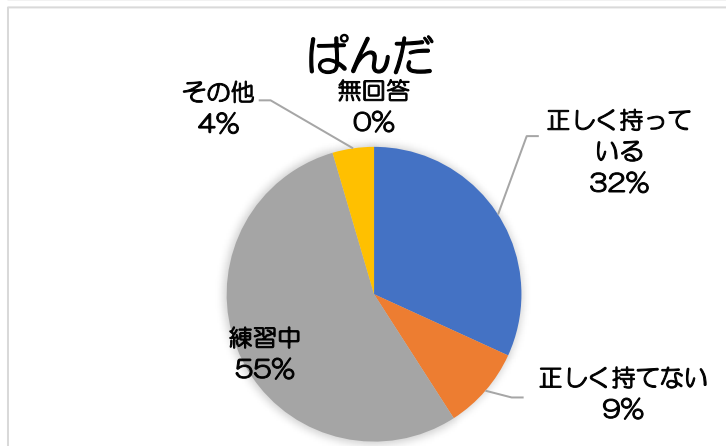
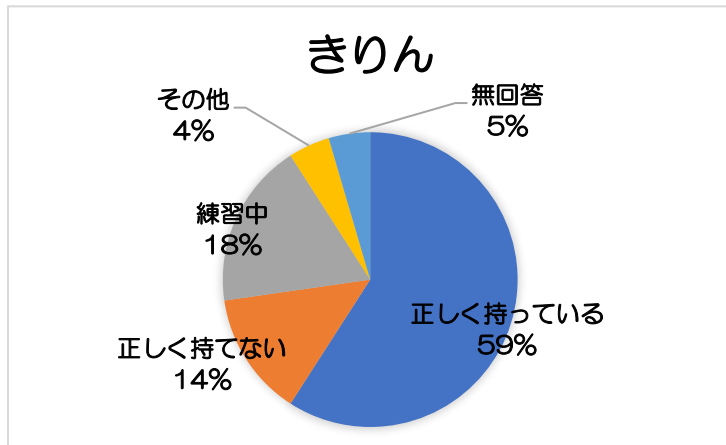
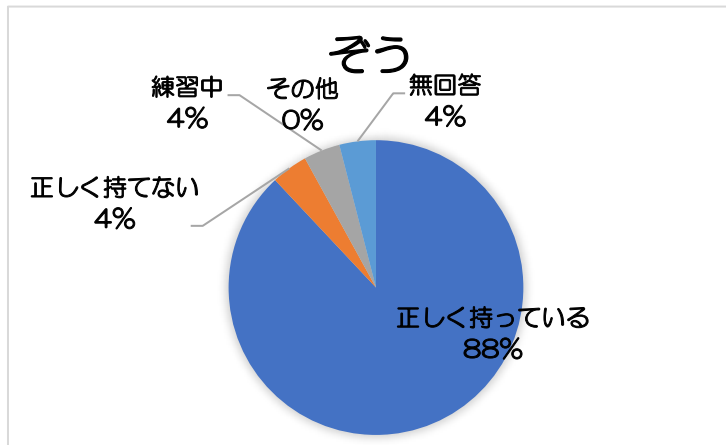


家庭での間食習慣



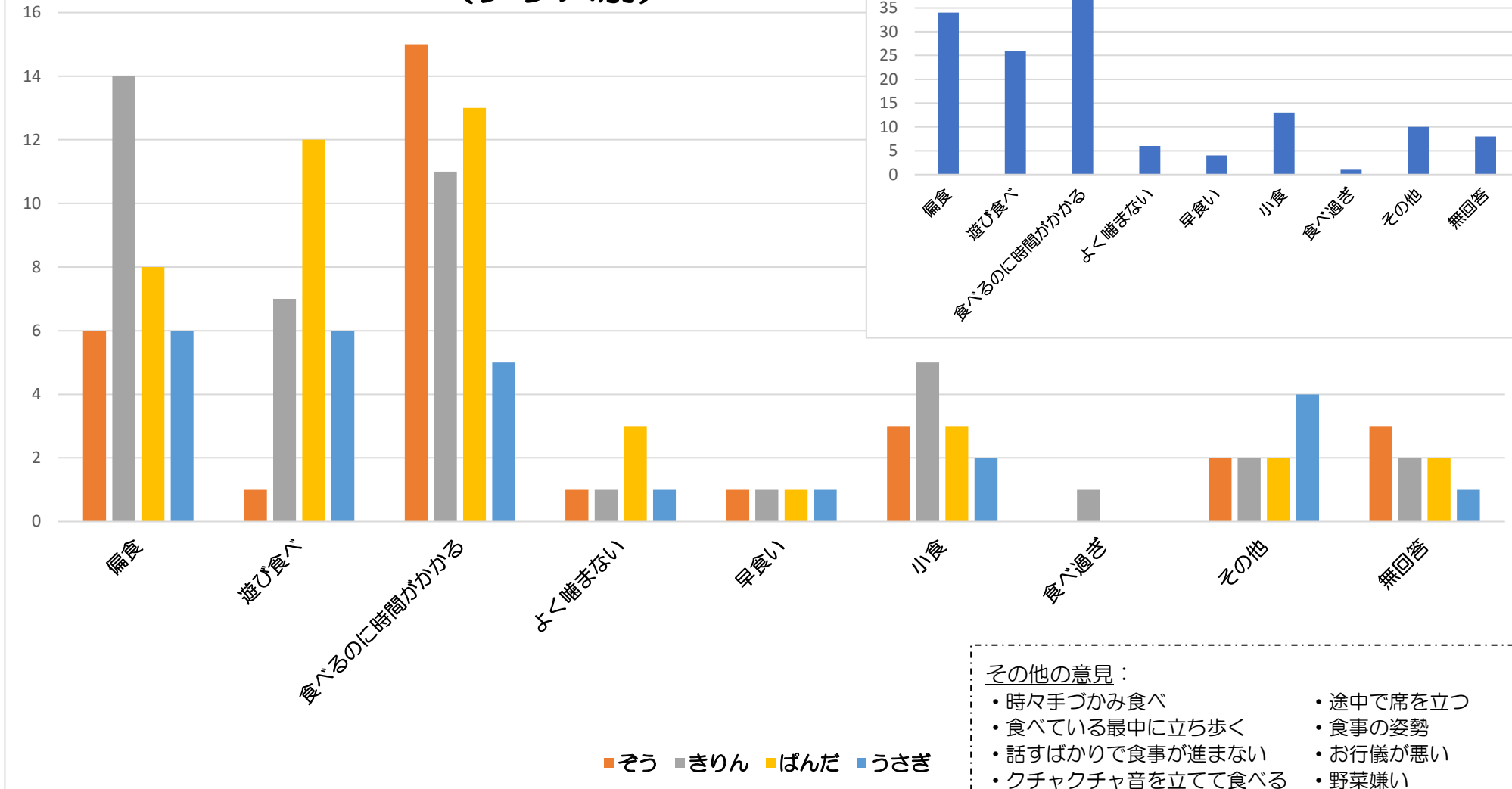
その他：
グミ(7) アメ ラムネ(4)

手作り：
クッキー ホットケーキ ドーナツ(2) 焼き芋 等

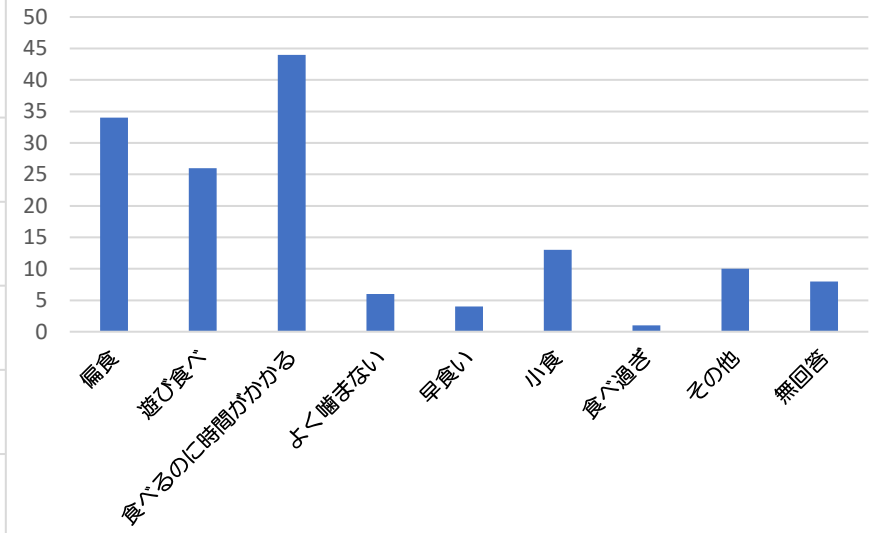


- その他の意見：
- スプーン・フォーク
 - まだスプーン、フォークで最近やっと持って食べ始めた
 - まだ練習出来ていない
 - まだ使用していない
 - スプーンを上から握っている
 - 補助箸

気になること・困っていること (クラス別)



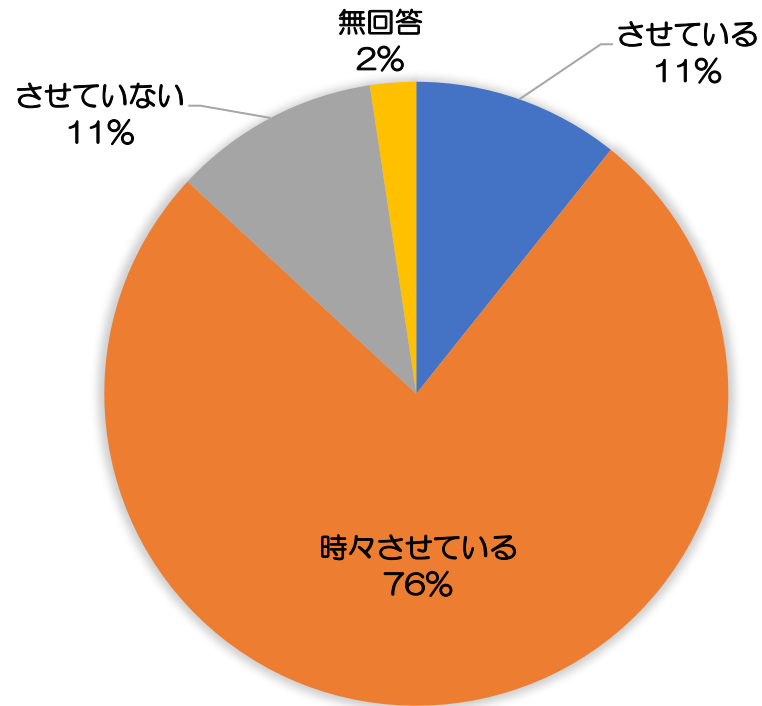
気になること・困っていること (全体)



その他の意見：

- 時々手づかみ食べ
- 食べている最中に立ち歩く
- 話すばかりで食事が進まない
- クチャクチャ音を立てて食べる
- 立ったまま食べようとする
- 途中で席を立つ
- 食事の姿勢
- お行儀が悪い
- 野菜嫌い
- 特になし

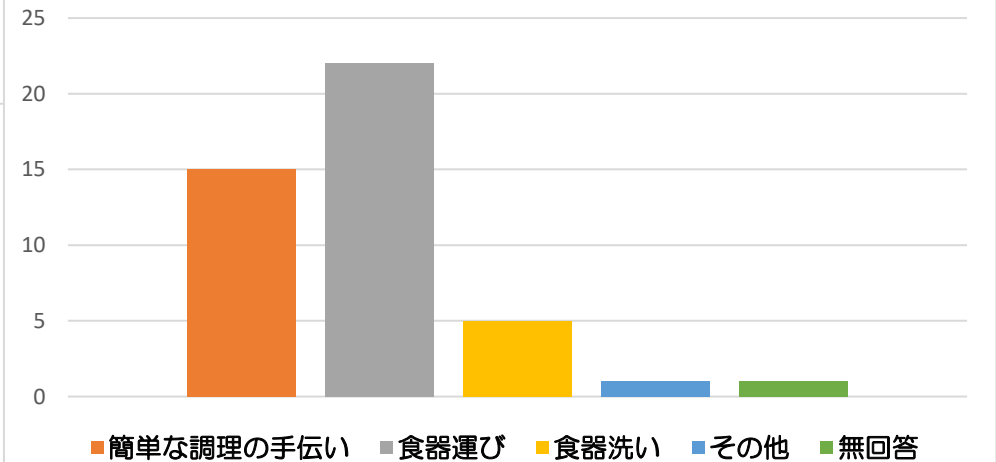
お手伝いをさせていますか



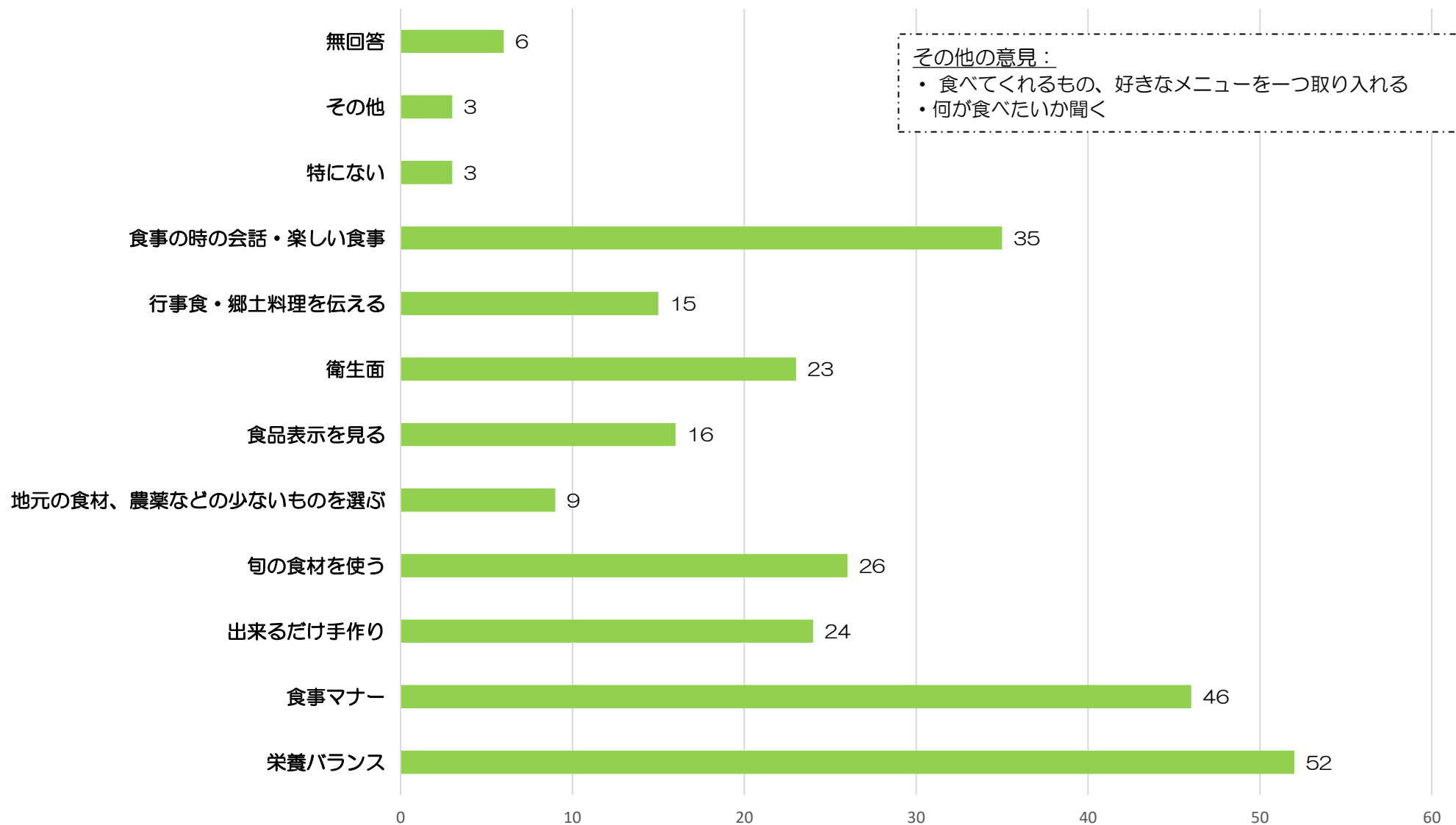
その他の意見：

- テーブルや子どもイスの拭き掃除
- 買い物中の野菜選び
- 片付け

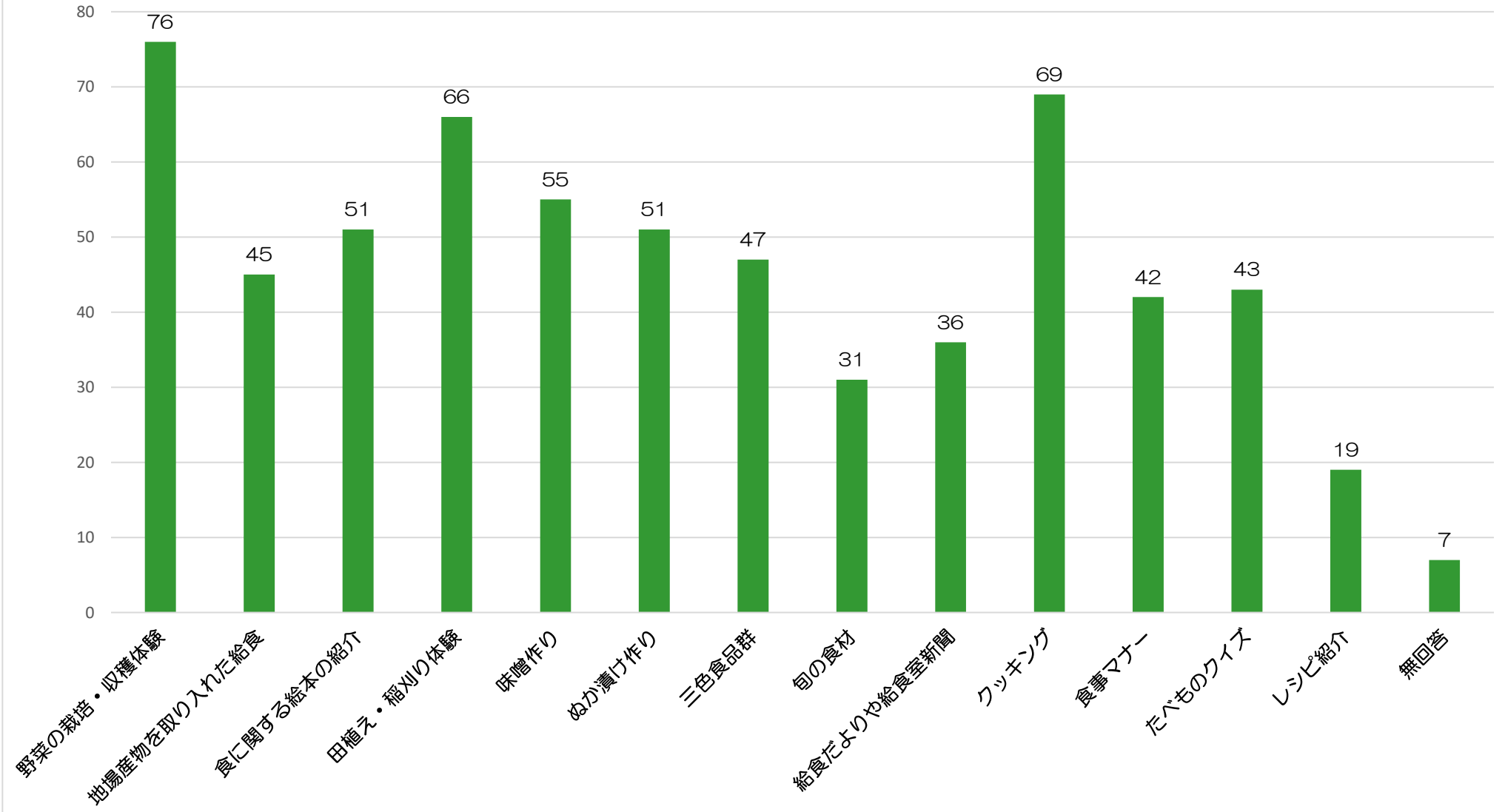
お手伝いの内容



気をつけていること



いいなと思う食育活動



○あったらいいなと思う食育活動、やってほしい食育活動

- 色々な出汁を学ぶ食育（味覚を養う）があったらいいなと思います。
- 3, 4歳児ももう少し野菜の栽培などがあればいいなと思います。
- 今の食育活動がどれも十分すぎて、ありがたいです。
- 梅干しやたくあんなどの季節の保存食作り。家でしてみると楽しくしていました。
- 親子でクッキング、食物アレルギー
- 月1の給食だよりに家で作れる簡単な給食メニュー1品のレシピを紹介してほしい。（豆とじゃこのさっと煮やあべかわマカロニ 等・・・）
- 魚介類を使ったクッキング
- 食事を作ってくれた人や食べ物に感謝の気持ちをもてるような取り組みを絵本などを使ってやってほしいです。世界には十分に食べられない子どもがいることを知ってほしいです。
- 食べ物を粗末にしてほしくないという親の思いがあり、どのように子に伝えていったらいいか悩んでいるので、親子で考えられる場などがあったら嬉しいです。
- うどん作り ジャム作り ぎょうざ作り
- 箸の持ち方をしっかり教えてもらおう（みんなとだったら楽しめそう）しっかり噛む練習・食事の様子をみたい。
- 5歳児クラスの姉がいるので、姉が今やっている食育活動を今後できるのを楽しみにしています。
- お芋掘り
- 朝時間がないので、手軽に栄養がとれるメニューを教えてください。（火を使わないメニュー）手軽に食べられる食料。

○ご意見・ご感想

★うさぎ

- 娘は食べるのが大好きなので、家に帰ってから「今日お魚だった〜!」「〇〇食べたよ!おいしかった!」と話してくれます。給食の栄養バランスを見習って家でもいろいろな食材を取り入れていきたいと思います。
- 絵本を題材に・・・とっても楽しそうで、オニがくるよ!の日も「オニギリだった〜!」ととっても嬉しそうにおしゃべりしてくれました。給食完食の日々に感謝です。
- いつも栄養のバランスのとれたおいしい給食をありがとうございます。
- いつも完食しているので、おいしく頂いています。

・少食・偏食の娘が保育園ではしっかりと給食を食べて帰ってきてくれるおかげで、「食べさせなければ」というプレッシャーがだいぶ減りました。栄養バランスもしっかり考えて下さっているので助かります。また手作りおやつが登場回数も多く、親としては食品に対する安心感もあり有難く思っています。

・クイズいつも楽しく参加しています。

・保育園のおかげでいろいろ食べれるようになりました。

・絵本で食べ物を知ることができ、クイズなども親子でいつも楽しく参加させてもらっています。

・息子は毎日保育園の玄関で、「ママー！今日これ食べたよー！ゼーんぶ食べた！おいしかったよ！っていつも教えてくれます。夜ごはんだけはバランスに気がつけているのですが、家ではなかなかバランスのとれた食事が難しいので、本当にありがたいです。

★ぱんだ

・「今日は〇〇やったで～」 「今日のおやつおいしかった～」と帰ってきたら教えてください。

・旬のものや、行事ごとなどいつも工夫されていて、毎日おいしかった～！と帰ってきます。

・食事のマナーが身についたり、お友達と一緒に食べることで苦手なものにも挑戦しようと思える環境があることに感謝します。

・いつも給食やおやつを楽しんでいるようで、話を聞いている私も楽しくなります。

・家では苦手なものでも保育園では食べられると聞くと味付けや調理方法など工夫してくださっているのだなと思います。

・栽培や収穫体験によって、普段口にしている物が、どのように育てられているのかを知る機会があるのは良い事だと思います。「そう組さんが育てているトマトがね・・・」とよく話していました。作っている人の苦労や手間を知ること、大切に食べよう、残さず食べようと思ってくれると嬉しいです。

・今日、保育園どうやった？と聞くと一番に給食とおやつのお話が出ます！手作りおやつが大好きなようです！

・絵本に出てくる食べ物を実際に食べさせてもらうなど工夫をして下さってありがとうございます。

・園ではあまり好き嫌いなく食べているみたいで、安心しています。家ではなかなか作れない物をたべれたり、地元や旬のごはんを食べて学べてありがたいです。

・自宅での食事は、メニューが固定されやすく偏ってしまうため、保育園でたくさんの栄養が考えられたメニューは助かります。食育活動の体験では、普段できないことができるため、子どもたちにとって凄く為になる貴重な経験だと思います。

★きりん

・家では食べてくれない食材を周りの子が食べている影響で頑張っけて食べているのはすごくありがたいです。

・家では偏食がある子ですが、園では食べているとのこと、有難いです。また、毎月のたべものクイズも家族で楽しんでいます。

- 食事のマナーが身についたり、さつまいもの収穫体験やクッキング体験で普段食べているものが、どうやって作られるのか、その過程を学ぶことが出来て、子どもも食に対して興味を持っているように感じます。
- いつも工夫された給食におやつにありがとうございます。娘も「〇〇食べた！」「おいしかった！」と話してくれます。家で食事を食べている時に「こーやって食べたらダメなんだよ！」って保育園で学んできたことを教えてくれます。
- 家ではなかなかお野菜を食べてくれません。保育園では苦手なものも頑張って食べてくれていると聞いています。
- 旬の食材を使ったメニューを考えてもらっていたり、手作りおやつの日が多数あり、手間ひまかけて作っていただき感謝しています。自宅では食べない物でも、給食でなら食べるということも多々あり、レシピが分かれば参考にさせてもらいたいと思います。
- 家庭では教えられない事を保育園でしてくれるのは助かっている。野菜栽培やクッキングは友達とやる事で楽しい経験にもなっていると思うので、いいと思う。
- 手作りメニューや色々な収穫体験をさせてもらってとても喜んでます。
- 子どもが帰ると、「今日は〇〇おいしかった おかわりした」とよく話してくれます。

★そう

- 貴重な経験をさせて頂いて感謝しています。
- 全部楽しそうにやっていますし、嬉しそうに話してくれます。（体験・クッキング・三色食品群など）
- 栄養面はもちろん、楽しんで給食やおやつを食べているので、とても感謝しています。
- いつも「きょうの給食おいしかった！」と家で話しています。
- バランスのとれた給食で毎日安心しています。苦手だった野菜や初めて食べる物にも苦手ながら、先生方の協力の下、少しでも食べれたと話してくれるととても嬉しいです。
- 毎日、安全美味しい給食の提供、マナーや調理・知識を教えてくださいありがとうございます。
- 給食とても楽しみにしています。

たくさんの貴重なご意見ありがとうございました。

＝まとめ＝

・起床、就寝時間について、クラスにより多少のばらつきがありますが、半数以上の方が7時までに起床し、9時半までには就寝していることが分かりました。子どもの睡眠時間はお昼寝を含めて10時間以上とれるのが理想的とされているので、お昼寝以外で9時間半はとれていることは素晴らしいと思います。しかし10時以降に就寝する割合が去年より増えているのは気になります。生活習慣が身につく時期なので、就寝が遅くなりがちなお子さんには睡眠時間が十分とれるように気にかけてほしいと思います。そう組さんは就学を意識して、そろそろ早めに起きる練習を始めても良いかと思います。

・朝食については、ごく少数でしたが主食（ご飯やパン類）を食べていない子がいました。主食は主にエネルギーになります。保育園で午前中の活動にも多少影響が出てくるので、積極的にとってほしいと思います。

・歯磨き習慣については、寝る前の歯磨き習慣が半数以上になっているのは良いと思います。寝る前の歯磨きは、大人が仕上げ磨きをしてあげるとより虫歯予防の効果があるので、ぜひ時間をとってしてあげてください。起床後の歯磨きも予防効果があります。歯磨きでなくてもうがいで良いので、今後習慣づけば良いなと思います。

・間食について、去年に比べて間食をしない割合が増えています。内容としては、去年に比べて市販のお菓子をよく食べている傾向があるように感じました。保育園では、一昨年より手作りおやつ回数を増やしています。家庭でも手軽にできるように、定期的にレシピの紹介ができればと思います。

・食事で気になっていること、困っていることについては、全体で見ると去年と同様「食べるのに時間がかかる」が一番多かったです。時間がかかるのに理由はそれぞれだと思いますが、食べきることを重要視せず、時間を区切って食事の時間がしんどくならないようにすることも一つです。

・今回のアンケートの集計は、各クラスごとの集計も一部掲載しました。年齢による結果が分かることで、子どもの発達や成長過程がわかりやすくなるのではないかと考えています。また食育活動では、多くの方からご意見をいただきありがとうございました。今の食育活動は主に4、5歳児を中心になっているところがあります。今回のご意見・ご感想を参考に、今後は親子で楽しめたり、低年齢児も出来るような食育活動を考えていきたいと思っています。

お忙しい中、アンケートにご協力いただきありがとうございました。