

アンケートの集計結果について

先日はお忙しいところ食事調査にご協力いただきましてありがとうございました。

市内公立保育所の集計結果がまとまりましたので、参考までにご覧ください。

<調査期日> 平成23年9月14日

<調査対象> 公立保育所に在籍する、3歳～5歳児の保護者

<回収数> 回収数1232件（配布数1388件） 回収率89%

集計結果

日曜を除き週何回 朝食を食べていますか？	0回	1.4%	1回	0.7%	2回	0.5%
	3回	2.0%	4回	2.6%	5回	4.4%
	6回	88.4%				
お子さんは、夕食を誰と一緒に食べていますか？	全員	56.7%	家族の誰かと	40.0%	子どもたちだけで	2.3%
	一人で	0.4%	その他	0.6%		
夕食の食事時間はどの位？	30分未満	28%	30分～1時間	69%	1時間以上	3%
食事の時 良く噛んでいますか？	噛む	72%	あまり噛まない	27%	噛まずに丸のみ	1%
食事の手伝いをしますか？	よくする	23%	時々する	61%	あまりしない	16%
食事のマナー教えていますか？	教えている	78%	教えたいと思っている	21%	教えていない	1%
嫌いなものに対する工夫は？	している	46%	したいと思っている	38%	していない	16%
惣菜等の利用は？	週に1回以下	62%	週に2～3回	36%	週に4回以上	2%



好きな食材ベスト10

順位	3歳 (%)	4歳 (%)	5歳 (%)
1	肉 9.6	肉 16.4	肉 14.3
2	魚 8.1	魚 10.6	魚 8.6
3	にんじん 6.3	卵 5.5	じゃがいも 5.7
4	トマト 4.9	にんじん 5.0	卵 5.4
5	卵 4.2	じゃがいも 4.9	にんじん 4.7
6	じゃがいも 3.7	トマト 4.5	きゅうり 3.9
7	きゅうり 3.4	きゅうり 3.8	トマト 3.6
8	鶏肉 3.3	果物 3.1	果物 3.3
9	麺類 3.1	納豆 2.8	鶏肉 2.9
10	納豆 3.0	野菜 2.5	納豆 2.9

子どもの好き嫌いは、成長にともない変わっていくこともあります。

口の機能も未熟で大人と同じように噛んだり、飲み込んだりすることができません。

たとえば、大人は野菜特有の味や、香り、歯ざわり、噛み応えなどを楽しめますが、奥歯まで歯が生えそろっていないかったり、生えそろっていても咀嚼がうまくできないと、葉物野菜を噛むのは難しいし、噛む力が弱いと噛みごたえがあるものは苦手です。



好きな料理ベスト10

順位	3歳 (%)	4歳 (%)	5歳 (%)
1	カレー 14.0	カレー 18.2	カレー 18.6
2	ハンバーグ 9.1	から揚げ 10.0	ハンバーグ 10.7
3	から揚げ 8.7	ハンバーグ 9.7	から揚げ 10.0
4	焼き魚 4.7	シチュー 5.8	シチュー 5.9
5	シチュー 4.5	焼き魚 4.1	焼き魚 3.0
6	ラーメン 3.7	ラーメン 4.0	オムライス 2.7
7	みそ汁 3.6	焼肉 3.2	ラーメン 2.7
8	うどん 2.8	刺身 2.6	焼肉 2.3
9	煮魚 2.4	スパゲッティ 2.1	餃子 2.0
10	サラダ 2.4	グラタン 2.0	煮魚 1.8

ピーマンなどの苦味や大根などの辛味、果物の酸味などは、本能的に体に害のある味であり、生まれつき嫌う味として認識しています。そのため、子ども達には本能的に好みにくい味で、好きになるまでに時間がかかるのは自然なことです。逆に、塩味、甘味、旨味は人間が本能的に好む味です。



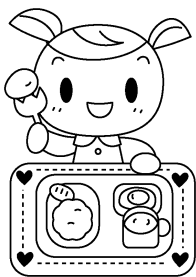
清涼飲料水、市販のスナック菓子やインスタント食品がおいしいと思うのは本能的に好まれる味が含まれているからです。

嫌いな食材ベスト10

順位	3歳 (%)	4歳 (%)	5歳 (%)
1	ピーマン 17.9	ピーマン 19.3	ピーマン 20.7
2	なす 9.6	なす 8.3	なす 9.3
3	ねぎ 6.2	トマト 6.3	トマト 4.8
4	トマト 4.7	ねぎ 5.1	ねぎ 3.8
5	野菜 3.4	きのこ 3.8	ゴーヤ 3.1
6	肉 3.3	肉 3.5	きのこ 2.9
7	きのこ 3.1	ゴーヤ 3.4	きゅうり 2.8
8	キャベツ 2.6	キャベツ 2.5	肉 2.4
9	卵 2.4	野菜 2.4	たまねぎ 2.2
10	たまねぎ 2.3	魚 2.2	梅干 2.0

嫌いな料理ベスト10

順位	3歳 (%)	4歳 (%)	5歳 (%)
1	野菜炒め 10.4	野菜炒め 13.1	野菜炒め 8.6
2	野菜サラダ 5.3	サラダ 7.8	サラダ 7.2
3	サラダ 4.3	ピーマン肉詰 6.0	ピーマン肉詰 6.6
4	ハンバーグ 4.3	野菜サラダ 4.6	刺身 4.9
5	刺身 3.3	煮物 3.7	煮物 3.5
6	煮物 3.3	刺身 3.4	みそ汁 2.5
7	ピーマン肉詰 3.0	マーボー豆腐 2.5	焼肉 2.1
8	焼肉 3.0	焼肉 2.5	野菜サラダ 2.1
9	シチュー 2.0	みそ汁 2.3	ゴーヤチャンプル 1.9
10	カレー 1.8	ハンバーグ 1.8	焼き魚 1.9



楽しい食事体験が、子どもたちの嗜好を作っていきます。新しい食品、料理に出会いながら、繰り返し経験していくことで嗜好の幅も広がります。子どもの発達には個人差があります。その子の発達に合わせて考えてあげると好き嫌いもまた違って見えてきます。

「食べることは楽しくて、心地よいことだ」と思えることが幼児期の食事においては重要です。



＜お子さんの食事で困っていることや要望についてのご意見から＞

保護者の皆様は、お子さんの食に関して様々な不安を持っていらっしゃるかもしれません。

「好き嫌いがある。」 「ムウ食いである。」 「少食である。」 「食事に時間がかかる。」

「食事に集中できない。」 などその内容は様々です。

でも、問題点だけをみてもなかなか解決できないこともあります。

お子さんを取りまく生活環境（睡眠、運動、排便、食事時間など）も含めてみていきましょう。

お子さんは日々成長しています。お子さんの成長の力を信じ、大人はゆったりとした気持ちで、

お子さんの成長を一緒に見守っていきましょう。



また、「食材の産地を教えて欲しい。」 「福島県産のものは使用しないで欲しい。」 「遠方のものを使用して欲しい。」など 原発事故後の放射性物質に関する不安からの要望もよせられました。

給食の材料は、市場に流通し、なおかつ放射線量が基準値以下でも放射性物質が検出されているものについては、その使用を自粛するなど安全性の確保に努めているところです。

また、保育所給食の安全・安心を確保するため、実際に子どもたちに提供した給食についてと、給食に使用する食材の放射性物質の検査を開始しました。検査結果については市のホームページに公開するとともに保育所内にも掲示しています。



保育所では、これからもご家庭と連携をとりながら安全で安心な給食につとめていきたいと考えております。

アレルギーのお子さんなど個別に対応させていただいております。

ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。

ご協力ありがとうございました。