

アンケート集計結果について

1, 2歳児

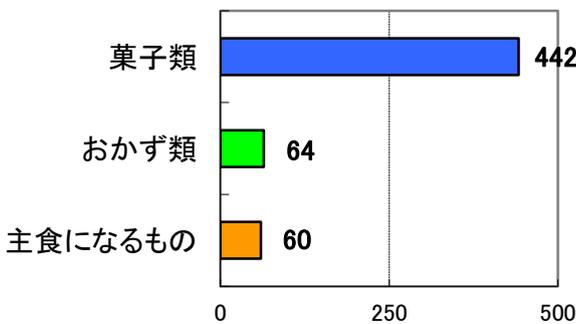
先日はお忙しいところ食事調査にご協力いただきましてありがとうございました。
市内公立保育所の集計結果がまとまりましたので、参考までにご覧ください。

<調査期日> 平成26年10月20日 <調査対象> 公立保育所に在籍する、1歳～2歳児の保護者
<回収数> 回収数 567件(配布数 620件) 回収率 91%

調査結果

①お子さんは朝食を食べていますか？	毎日食べる	80%	食べない日もある	19%	食べない	1%
②お子さんは、保育所を降所した後、夕食前に間食していますか？	よくする	37%	ときどきする	56%	全くしない	7%
夕食前に間食している場合はどのようなものですか？	主食になるもの	11%	おかず類	11%	菓子類	78%
③日ごろ お子さんは何時頃就寝しますか？	20時頃	11%	21時頃	67%	22時以降	22%
④食事のマナーを教えてください	教えている	78%	教えたいと思っている	21%	教えていない	1%

夕食前の間食の内容(総数 566)



夕刻は、親も子どもホッとした時間です。家に帰った安心感と家族に甘えたい気持ちで食べ物を欲しがることがあります。

出来ていますか？ 食事のリズム

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、そして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が重要で、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、夜食をとったりといった生活になることもあるかと思いますが、子どもが小さいときには、可能な限り子どもの時間の生活リズムを大切にしましょう。

夕食前のおやつ例(麦茶を添えて)
おにぎり、パン、バナナ、りんご、チーズ、ホットケーキ(シロップなし)など



好きな食材ベスト10

1	納豆	14.1%
2	麺類	12.3%
3	魚	10.1%
4	果物	7.6%
5	肉	6.5%
6	トマト	5.5%
7	ご飯	4.2%
8	チーズ	2.3%
9	豆腐	2.0%
10	きのこ	1.9%



好きなメニューベスト10

1	カレー	18.3%
2	みそ汁	12.1%
3	から揚げ	10.4%
4	ハンバーグ	6.2%
5	シチュー	4.5%
6	うどん	4.1%
7	魚 焼き魚	3.6%
8	煮物	3.0%
9	卵焼き	2.2%
10	ラーメン	2.1%



子どもの「好き！」に共感しましょう。
嫌いなものを無理強いすると、本当の「嫌い」にしかねません。1～2歳の頃は「好き」という気持ちに十分に共感することや、子どもが苦手なものを大人がおいしく食べる姿を見せることが「食べてみよう」という意欲につながります。

嫌いな食材ベスト5

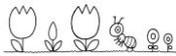
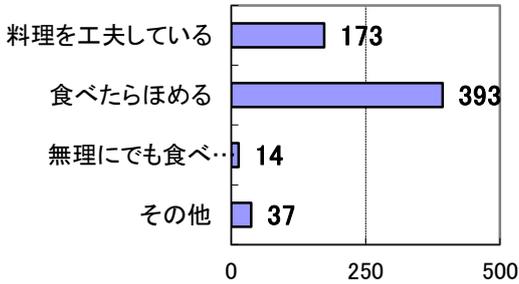
1	野菜	13.0%
2	ピーマン	11.5%
3	肉	6.9%
4	トマト	6.1%
5	果物	4.3%

嫌いなメニューベスト5

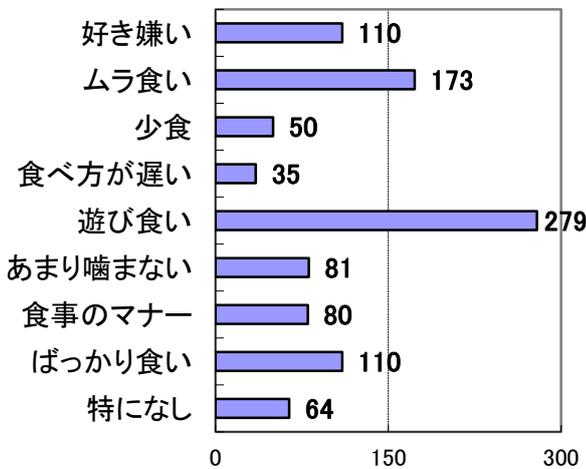
1	生野菜・野菜サラダ	19.7%
2	カレー	8.5%
3	刺身	6.3%
3	野菜炒め	6.3%
3	ハンバーグ	6.3%



好まない献立や食品の対応(総回答数 617)



お子さんの食事での困りごと(総回答数 982)



《アンケートの結果や保育所給食への要望より》

「レシピを知りたい」という要望が多数ありました。お気軽に保育所へお尋ねください。

また、食の安全性についても要望がありました。保育所給食では、流通している食材を使用し、基本的には保育所にて手作りしています。また、給食の安全・安心を確保するため、給食に使用する食材と実際に子どもたちに提供した給食の放射性物質の検査を実施しています。結果については、市のホームページに公開していますので、ご覧ください。

今回のアンケートの結果から、「うちの子はピーマンが苦手」「あまり食べない」など、多くの保護者

「食べる」は、成長・発達していくもの

慣れない食材・料理はごく少量のみを皿に取り分けましょう。もし口にしないようでしたら、強要はせず食卓に何度も出し続けましょう。大人がおいしそうに食べているのをくり返し見ているうちに、自然に口にできるようになります。また、無理に食べさせようとすると逆に意地を張って嫌がることもあります。

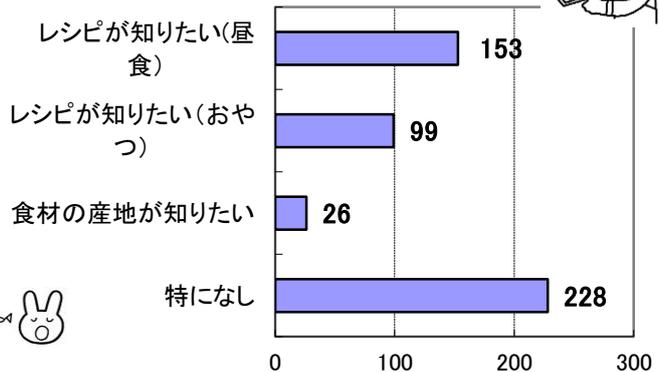
無理に食べさせずに「あら、これとってもおいしいわ～」と言ってポジティブな印象を与えるのも良い方法です。

また、一口でも食べたら「ほめる」は効果的です。

遊び食べ・・・なぜそうなるのでしょうか

お子さんの食事での困りごと1位が「遊び食い」です。「遊び食い」は途中で遊びが入り食事が進まない様子をいいますが、そうなるには理由があります。お腹が空いていない、苦手な食べ物がある、ほかにしたいことがある、など。その状態を叱るのではなく、子どもの思いをくみ取り、十分にお腹がすいた状態で食卓を囲むことが大切です。その上で「食卓は食事や会話を楽しむところ」であり、遊ぶのは「ごちそうさま」をしてからなどのけじめを伝えましょう。

保育所給食への要望(総回答数 506)



の方が、お子さまの食べる事で心配しています。栄養をとってもらい、元気に育てて欲しいという願いからです。味覚・嗜好も発達していきますし、食の発達とは、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、ゆっくりと見守っていきましょう。

アンケートの結果を踏まえ、保育所では、今後ともご家庭と連携をとりながら、安全で安心な給食の提供に努め、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。貴重なご意見ありがとうございました。ご不明な点がございましたら、お気軽にお尋ねくださいますようお願いいたします。

