

【アンケートにご協力いただいた保護者の皆様へ】

令和5年度「食」に関するアンケートの結果について

いわき市教育委員会

いわき市教育委員会では、子どもたちの「食」の実態把握を目的とし、子どもとその保護者を対象にアンケートを実施しました。保護者の皆様には、改めてアンケートへのご協力に御礼申し上げます。今回、その結果がまとまりましたので、下記のとおりお知らせいたします。結果を家庭や地域と共有することで、子どもたちの「食」に関する課題を共有し、本市の食育活動の改善・推進につなげて参りますので、今後ともご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

対象者：いわき市内の小学校5年生と中学校2年生、
およびその保護者

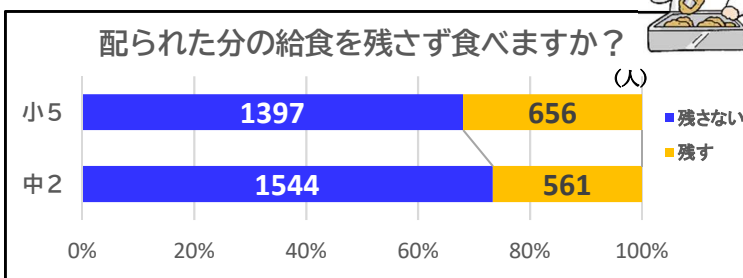
	小学校5年生	中学校2年生	合計
児童生徒	2,053	2,105	4,158
保護者	1,249	984	2,233

単位：人

①約7割の児童生徒が給食をほぼ残さず食べています。

学校給食では「児童生徒の学校給食摂取基準」に準じ、適正量を提供していますが、小5年生・中2年生とも約7割がその量をほぼ食べていることがわかりました。

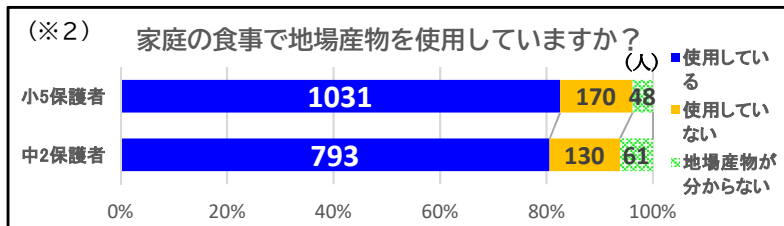
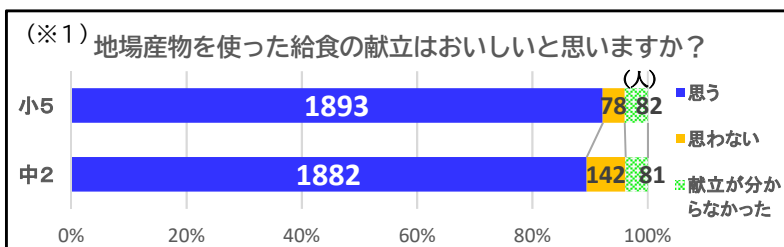
学校給食では、今後も子どもたちの栄養や嗜好だけでなく、旬の食材や地場産物、家庭で食べる機会が減少している郷土料理や行事食などもとり入れ、食べながら学ぶ「生きた教材」としての役割を担っていきます。



②約9割の児童生徒が地場産物を「おいしい」と答えています。

現在 SDGs や郷土愛育成の観点から、学校給食での地場産物の活用が全国的にすすめられています。いわき市の給食においても地元農水産物を取り入れているところですが、児童生徒からは「地場産物おいしい」という答えが多くあがりました(※1)。

保護者対象のアンケートからは、8割を超える家庭で地場産物を活用していることがわかりました(※2)。給食でも新鮮でおいしい地場産物をさらに積極的にとり入れていきます。



給食で使用している主な地場産物(農産物)

【いわき市産】

米(コシヒカリ)、長ねぎ、トマト、エリンギ、なめこ、しいたけ、キャベツ、さやいんげん、おくいも、おかごぼう、梨、いちご、いちじく、ピーマンなど。



いわき市農産物
マスコットキャラクター
アグリ☆ファイブ

【福島県産】

たまご、もやし、にら、アスパラガス、りんご、など。



常盤ものを使用した魚食給食

いわし、かつお、かながしら、クロカワカジキ、
目光、あんこう、さんま



小名浜海星高校の生徒が水揚げした
クロカワカジキで作った「かじきカツ給食」

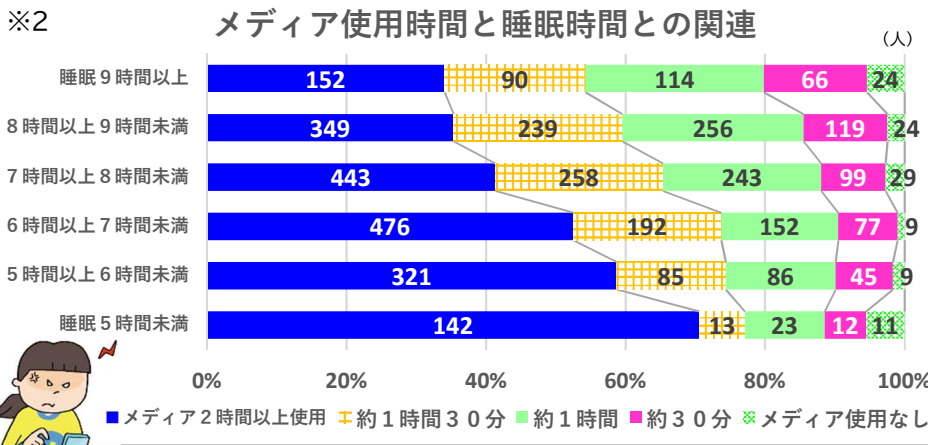
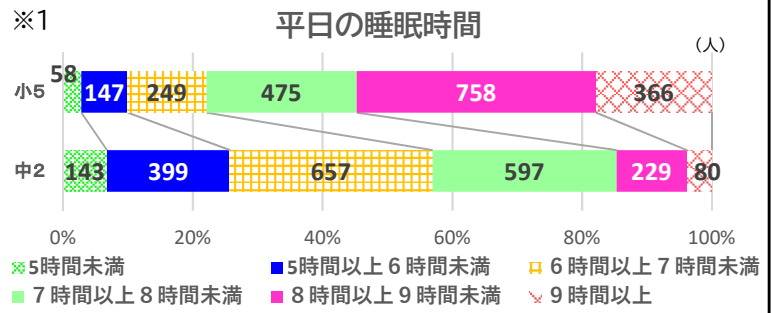


いわき市の魚の目光で作った
「目光の唐揚げ給食」

③メディア使用時間が長いほど、睡眠時間が短くなる傾向が見られました。睡眠時間は十分にとれていますか？

小5年生の睡眠時間は「8～9時間」が最も多く、中2年生は「6～7時間」が最も多いことが分かりました。また睡眠時間が6時間に満たない子どもが小5年生で1割、中2年生で2割以上見られました。(※1)

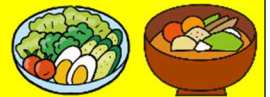
また、児童生徒の睡眠にかける時間は、メディア使用時間が長くなるにつれ、短くなる傾向にあることが分かりました。(※2)



個人差がありますが、目安として
**小学生は9～12時間、
 中学生は8～10時間、
 成人は6時間以上**
 の睡眠が推奨されています。
 (健康づくりのための睡眠ガイド 2023
 厚生労働省より)
 睡眠時間を十分確保
 するために、生活習慣
 やメディア使用時間を見直しましょう。



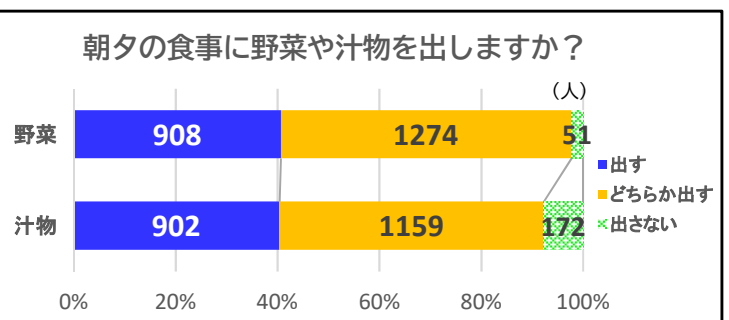
④朝夕の食事で「野菜」「汁物」を出している家庭は約4割でした。野菜不足の傾向が見られます。



厚生労働省では、健康な生活を維持するための目標値の1つとして「野菜類を1日350g 食べましょう」と掲げ、積極的な野菜摂取をすすめています。

給食では調理の手順を工夫しながら野菜料理の提供に努めていますが、給食でとることができる野菜の量は、1日に必要な量の約1/3です。

家庭の食事で、汁物に野菜を入れるなど、意識して野菜をしっかり食べるようにしましょう。



野菜を食べるとこんなよいことが！



食事に野菜や汁物を取り入れるための工夫

- ◎レタスやミニトマトなど、洗ってすぐに食べられる野菜を取り入れる。
- ◎子どもが好きな野菜を活用する。
- ◎手軽に使える冷凍野菜や乾物を活用する。
- ◎前日の夜に汁物を多めに作って、朝食にも食べる。
- ◎汁物に野菜を多く取り入れる。



生野菜をたくさん食べるのは大変…。
 汁物に入れて火を通せば、かさを減らして量を多くとることができる！