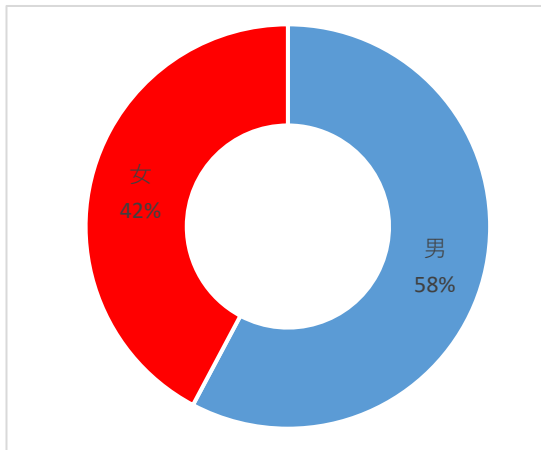


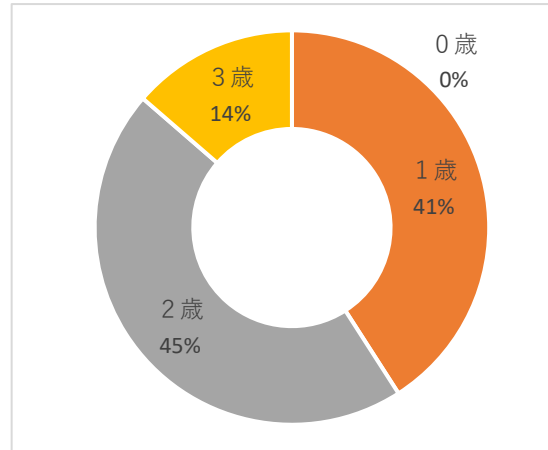
令和2年度 嗜好調査結果

こねこのーと保育園

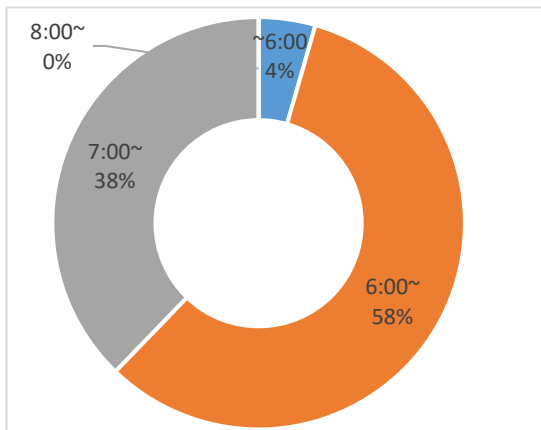
1. 性別



2. 年齢

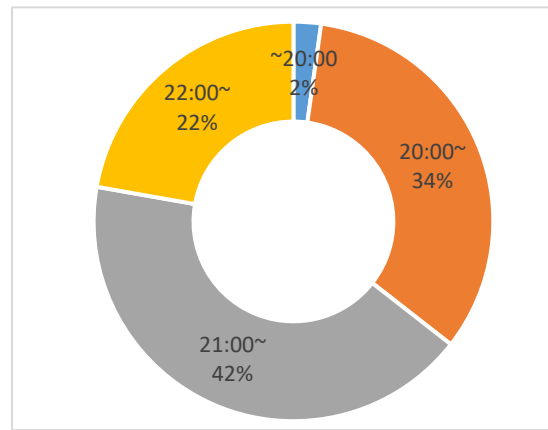


3. 起床時間



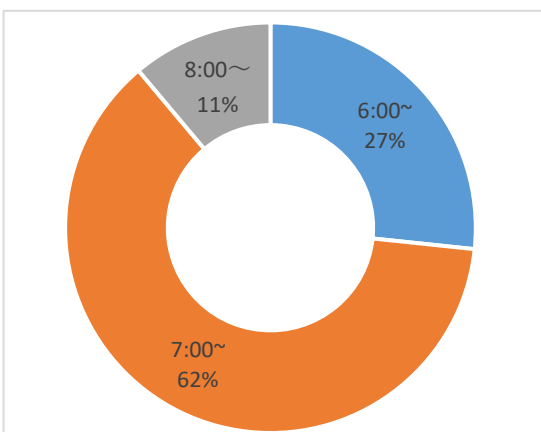
起床時間は、6時台に起きる子が最も多い。

4. 就寝時間



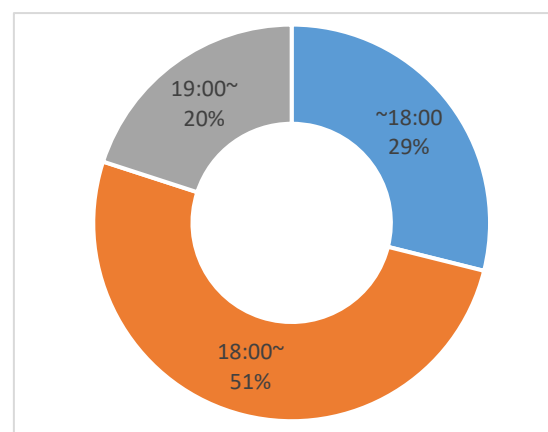
就寝時間は21時台に寝るが最も多い。21時までに寝る子が8割であった。

5. 朝食時間



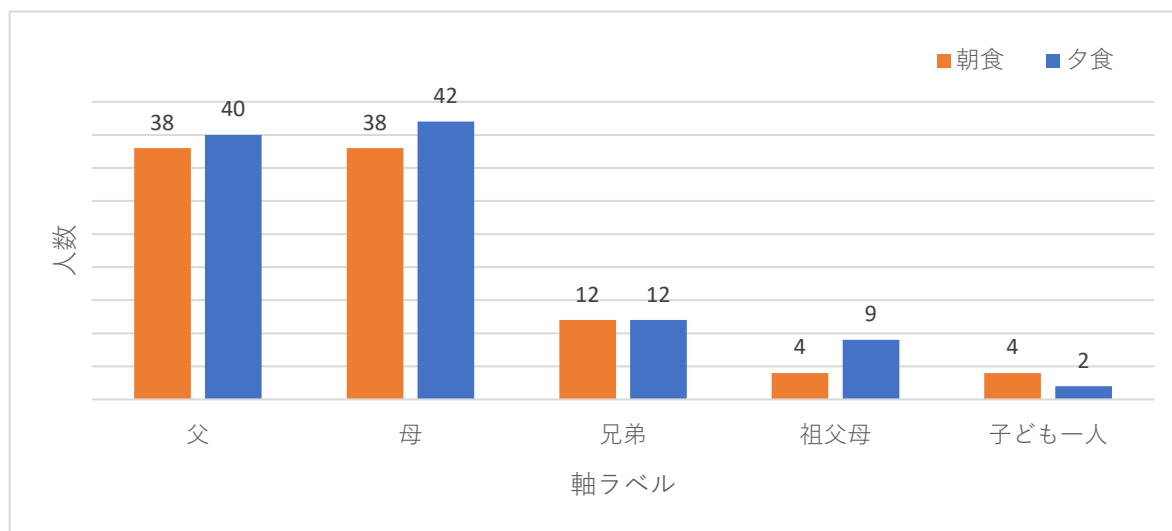
朝食時間は7時台が最も多く、6時7時台を合わせると約9割である。

6. 夕食時間



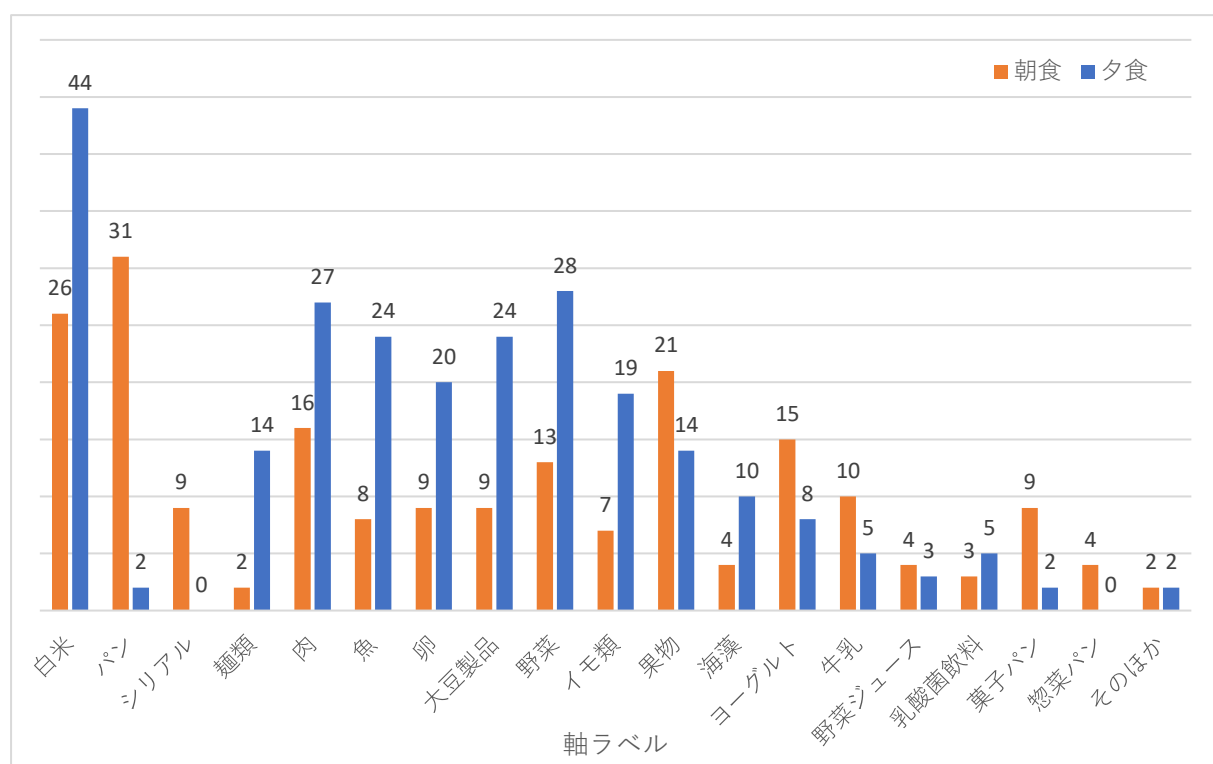
夕食時間で最も多いのは18時台で、18時台に食事をする子が8割である。

7. 誰と食事を食べますか



朝食、夕食ともに父・母と食事をしている子が多かった。

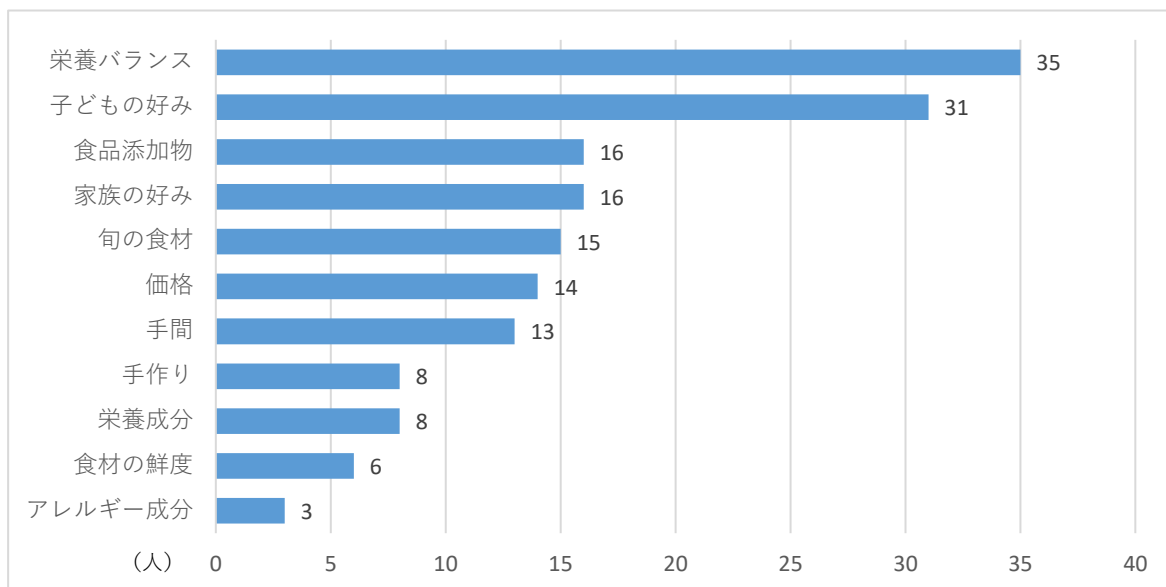
8. 食事内容



朝食では、「パン」「白米」「果物」「肉（ウインナー等含む）」「ヨーグルト」の順で多く食べられていた。夕食と比べて、「パン」「シリアル」「菓子パン」は朝食で食べられていた。

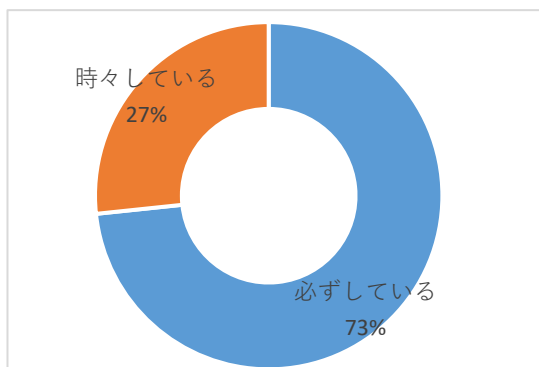
夕食では、「白米」「肉」「野菜」「魚」「卵」がの順で多く食べられていた。朝食と比べて食べる品目が多かった。

9. 普段の食事で考慮すること



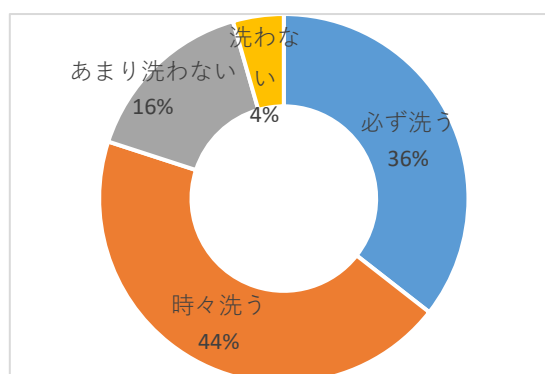
普段の食事で考慮することは「栄養バランス」「子どもの好み」「食品添加物」「家族の好み」の順であった。

10. 食事の挨拶



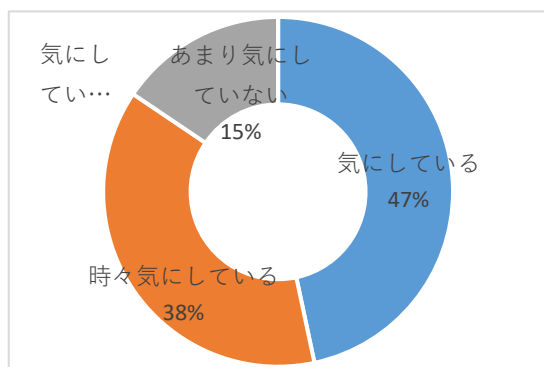
「挨拶をしている」（必ずしている、時々している）が10割であった。

11. 食事前の手洗い



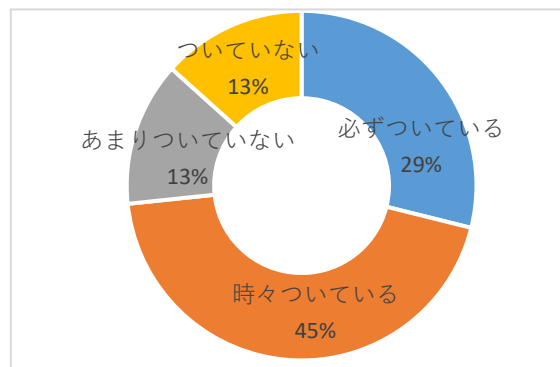
「手洗いをしている」（必ず洗うと時々洗う）が約8割であった。

12. 食事時の姿勢



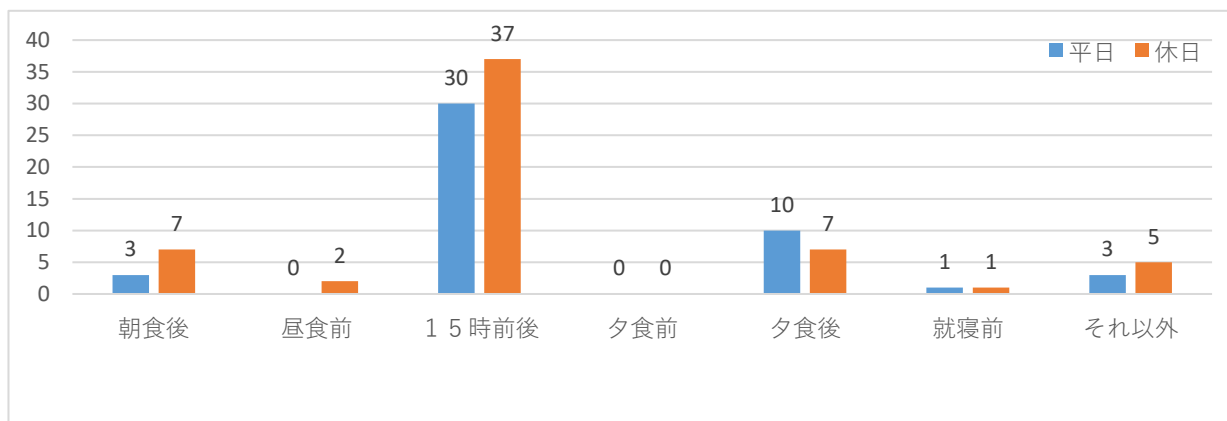
「姿勢を気にしている」（気にしている、時々気にしている）が8割を超えた。

13. 食事時のテレビ



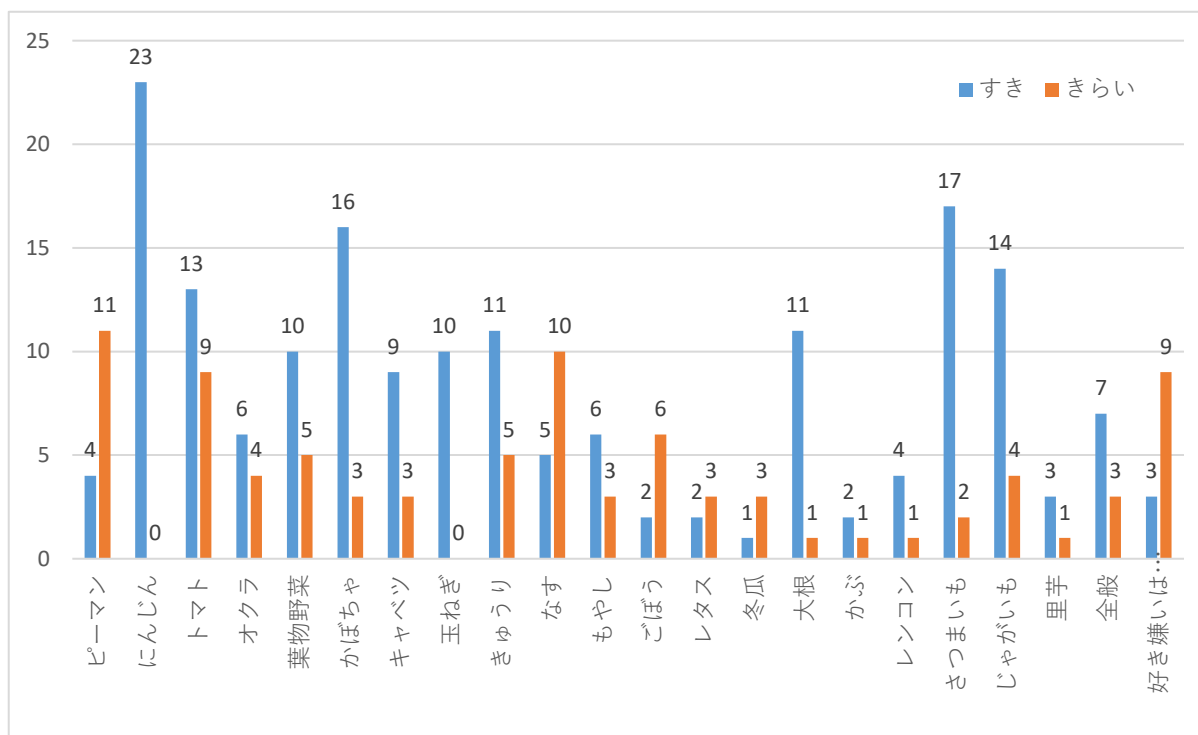
「テレビがついている」（必ずついている、時々ついている）が約7割りだった。

1 4. 間食時間



間食時間で最も多いのは平日、休日ともに「15時前後」であった。平日と比べると休日のほうが間食回数が増える傾向があった。

1 5. 野菜の好き嫌い



好きな野菜は、「人参」「さつまいも」「かぼちゃ」「じゃがいも」「トマト」の順で多かった。一方で嫌いな野菜は、「ピーマン」「なす」「トマト」「ごぼう」の順で多く、「人参」「玉ねぎ」は嫌いを選ぶ子がいなかった。

6. 食生活で困っていること

- ・ 食べない時と食べる時のムラがある（他9人）
- ・ 家では野菜をなかなか食べない（他5人）
- ・ 遊び食べをすること（他5人）
- ・ 咀嚼が弱い（他2人）
- ・ 終盤飽きてくると、口には入れるものの飲み込まずに出してしまうこと
- ・ あまり量を食べてくれないこと
- ・ 夕食が遅いため園から戻ると食事までの間、空腹で機嫌が悪い
- ・ 帰宅後、夕食前におやつを食べるのが習慣になってしまったこと
- ・ 食欲が旺盛すぎて、本人の欲しがるままに食べさせて良いのか迷うことがある
- ・ 時間が無かったり料理が苦手なこともありレトルトや即席の食品、冷凍野菜などがどうしても増えてしまい、レパートリーもなかなか増やせないこと
- ・ 出したもの以外のもの（果物）が食べたいとぐずり、しかも食べる量が多く、出したものが食べれなくなってしまうこと。食べるのが早いこと。食べすぎることに

7. 保育園の食育で望むもの

- ・ 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶（他2名）
- ・ 食べ物を分け合って数字を意識
- ・ 自宅では出さなそうな料理（人参蒸しパン等）
- ・ 家では偏ったものしか食べないので、保育園では色んなものを食べさせて(チャレンジして)食事が楽しいと思えるようにしてほしい
- ・ 作物の栽培から収穫、簡単な調理、魚を丸ごと食べる(年齢に応じて)、低年齢では難しいかもしれませんが季節のイベント(餅つきなど)
- ・ 旬のものを食べるようにしてほしい
- ・ お箸の持ち方
- ・ 食に興味を持てるように、朝、今日の給食の食材の紹介をしてほしい
- ・ 定期的に畑で野菜を自分達で取ってみたり、食べ物に触れる機会が現在でも多いので、これらを継続していただければ嬉しい
- ・ 好き嫌い克服
- ・ スプーンの練習
- ・ 食事のマナーや食べ方を教えてもらえるので助かる
- ・ 畑のお世話や季節の行事、楽しく食べることや、残さず食べられたり好き嫌いを減らしたりする関わりなど、いつもしてくれているのだと思うので、追加して希望することはない。

8. 給食に望むもの

- ・ 特にありません。いつもありがとうございます。
- ・ 今の給食に満足！！
- ・ 残さず食べさせて欲しい
- ・ なるべく手作り、薄味を希望する
- ・ 美味しさ
- ・ 栄養満点ツ!!
- ・ バランスの良い食事が取れたらありがたい
- ・ 色々な食材に触れさせてほしい
- ・ ほぼ満足している。保育園では食べる、家だと食べないものがあるのでそういう物は保育園でどんどん食べさせて欲しい。家でもお野菜沢山使ってごはんを作っていますが、なんか甘えちゃうのかな？食べない野菜も多い
- ・ まだ歯が生え揃ってなくて噛みきれない時があるので、柔らか目や刻みなど、食べれるようにしてほしい
- ・ 自宅でも栄養バランスを気にしているつもりですが、なかなかうまくいかないことも多々あるので、現在のようにバランス良く色々な種類の食事が保育園で継続できればありがたいなと思う
- ・ 子どもの好きな味付けが知りたい
- ・ なんでも食べる子ですが親が料理下手なせいで家では同じような物ばかりになってしまうので、給食ではとにかく色々な料理が食べられると嬉しい
- ・ いろいろな美味しい食事を作ってくれて感謝している。お友達がいると家では食べないものも少しは食べているようなので安心した
- ・ 食べられたものや残してしまったもの、食事の様子を教えて欲しい
- ・ 彩り
- ・ バランスのよい食事。食事が楽しいことだと思える環境整備。友達や先生みんなで食事をする事