

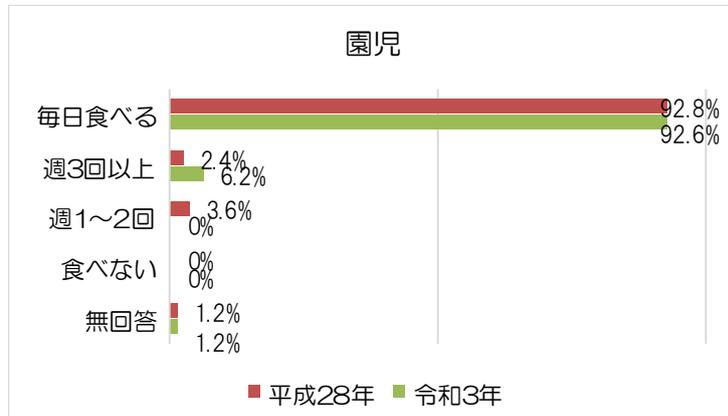
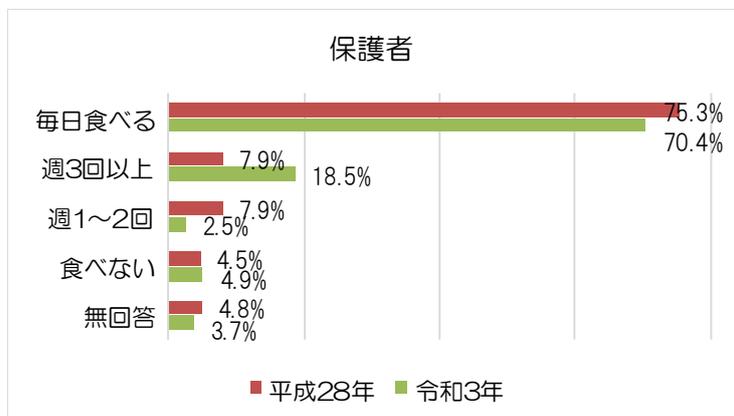
## 資料2 食生活の現状把握のためのアンケート調査

食に関するアンケート調査を令和3年8月に、町内子ども園の保護者84名を対象に実施しました。  
回答者数81名、回収率96.4%となっています。

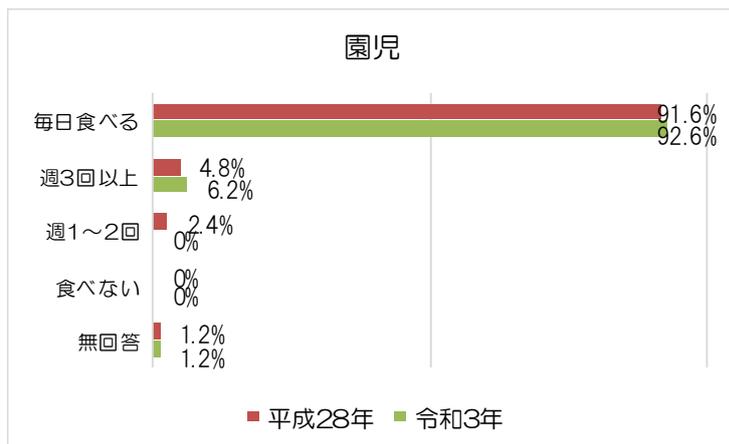
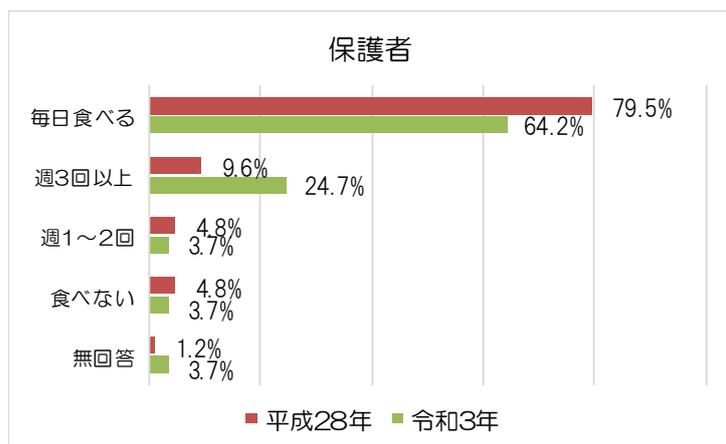
※参考：〈平成22年調査〉対象者171名、回答者数162名、回収率94.7%

〈平成28年〉対象者104名、回答者数83名、回収率79.8%

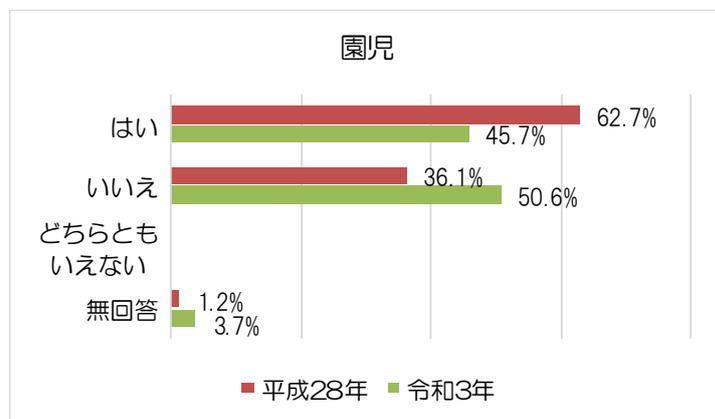
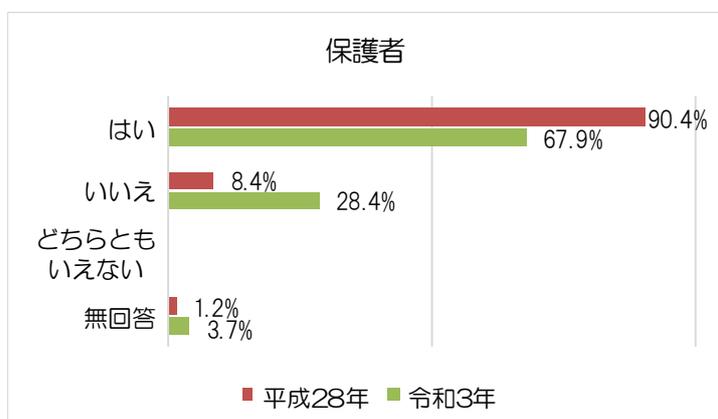
### 質問1 朝ごはんを食べますか



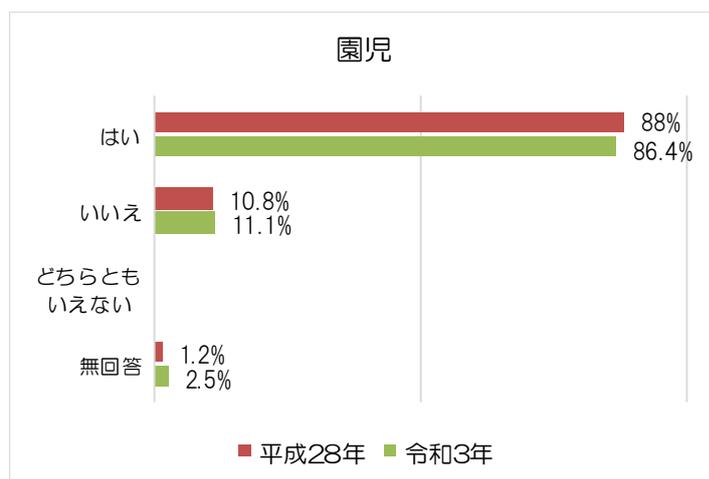
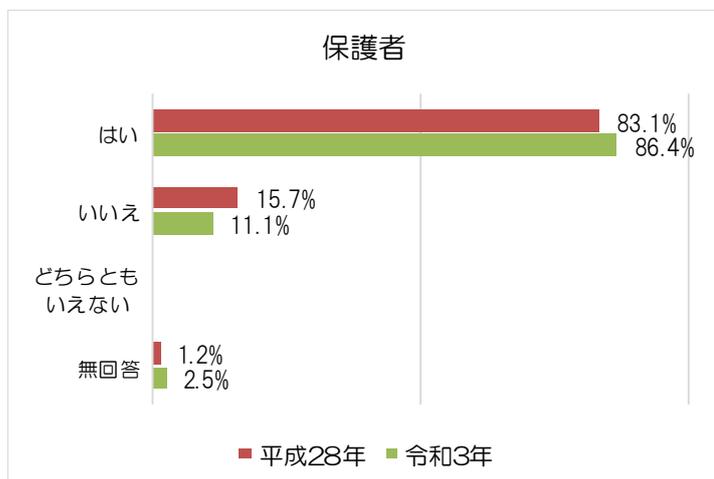
### 質問2 3食(朝・昼・晩)食べますか



### 質問3 好き嫌いなくバランス良く食べますか

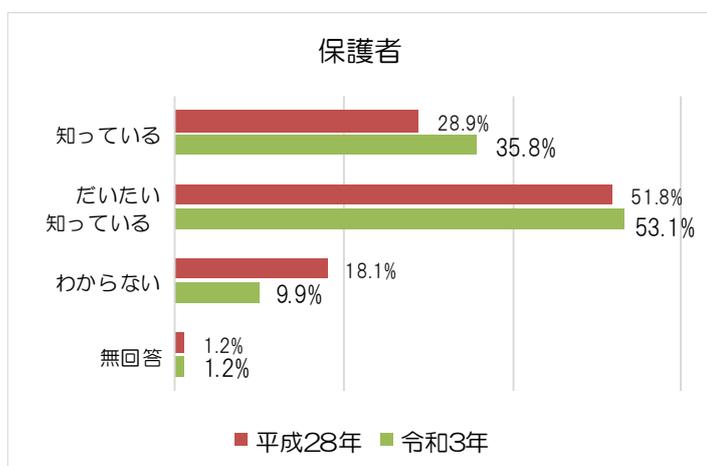


質問4 家庭で「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか

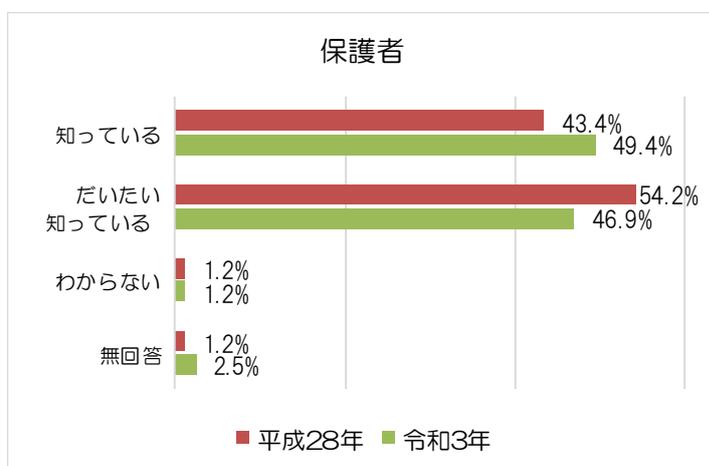


以下、保護者のみの回答

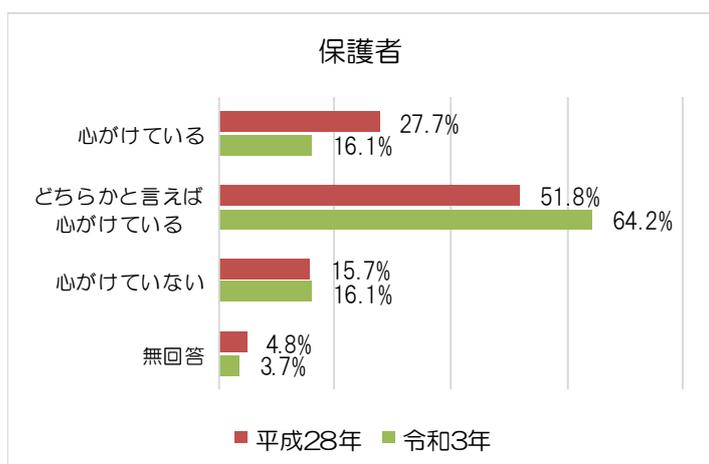
質問5 自分に合った食事量を知っていますか



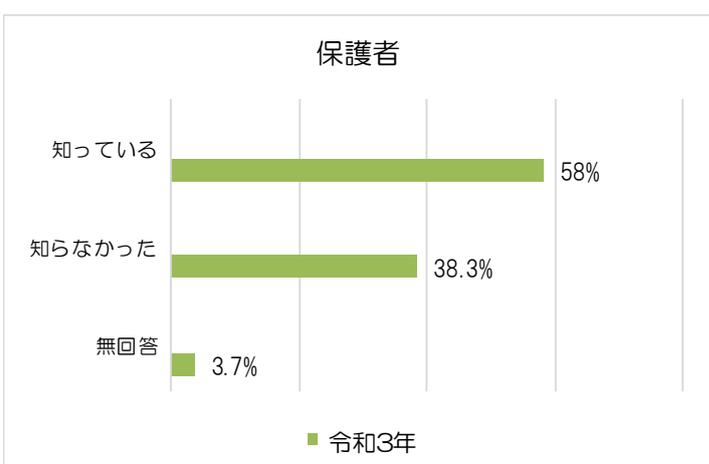
質問6 メタボリックシンドロームについて知っていますか



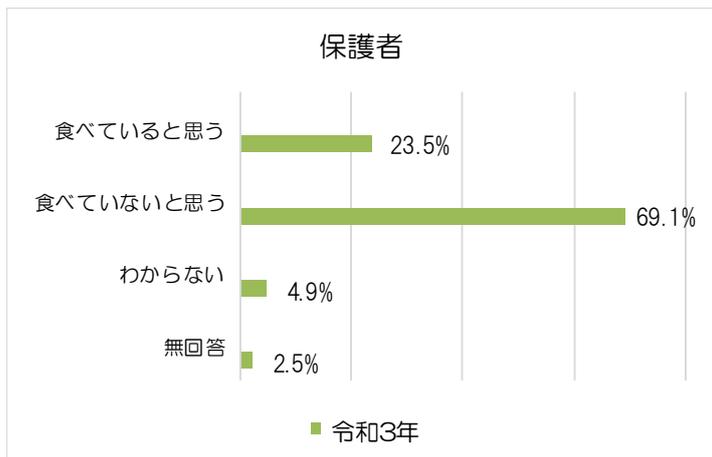
質問7 塩味や薄味を心がけていますか



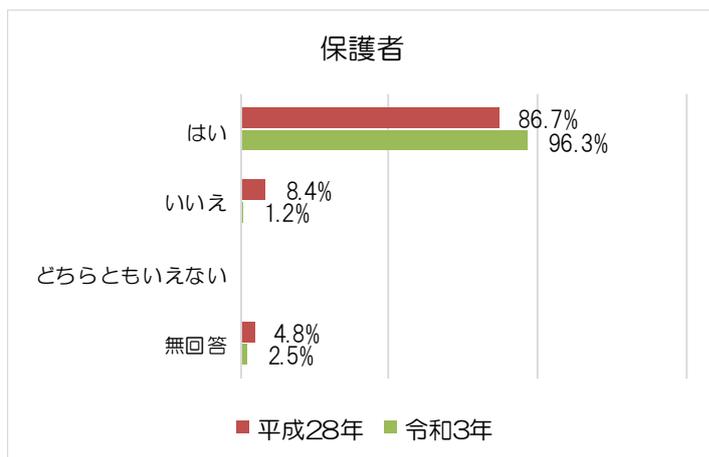
質問8 1日に野菜を350g 食べることを目標としていますが、知っていますか



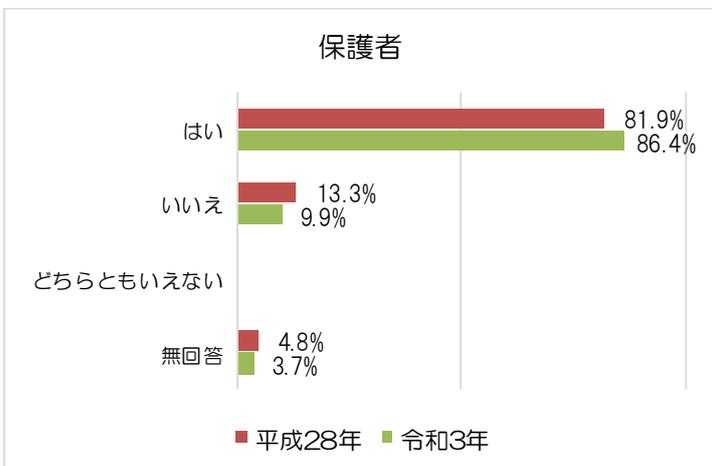
質問9 あなたは、野菜を1日350g食べていると思いますか



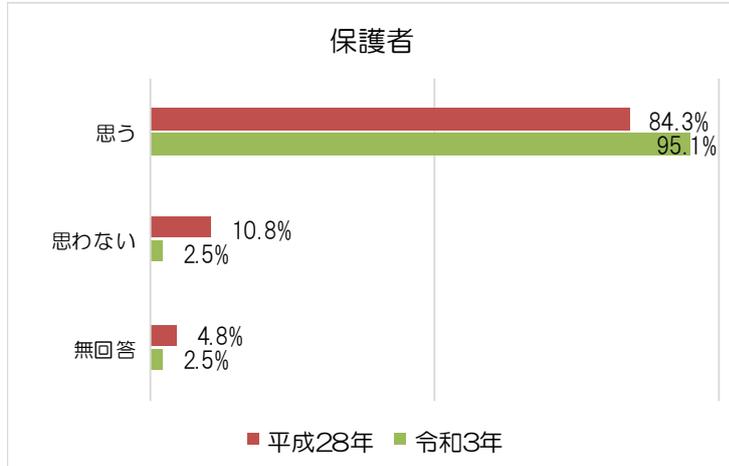
質問10 食べ残しをもたないと思いますか



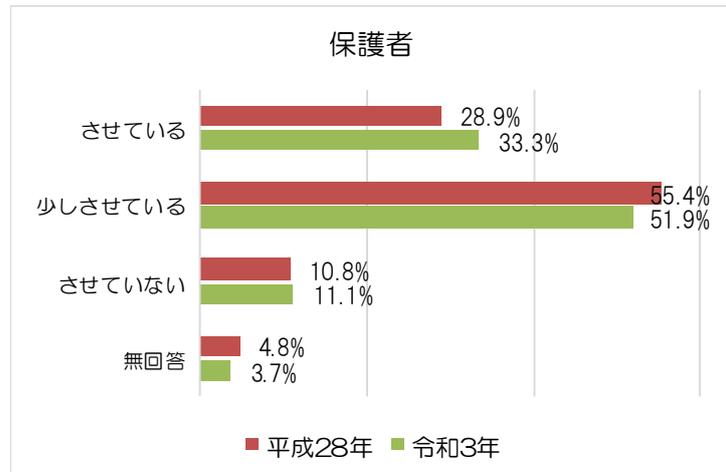
質問11 お子さんの食べ残しを注意することはありますか



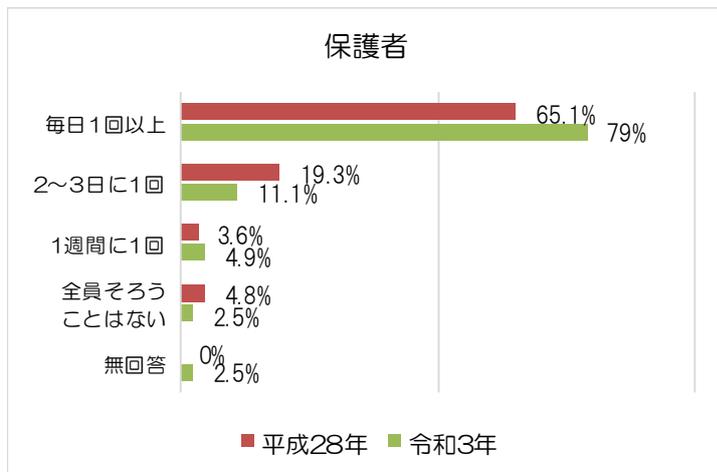
質問12 あなたの家庭では、食事の場が団らんやしつけの場になっていると思いますか



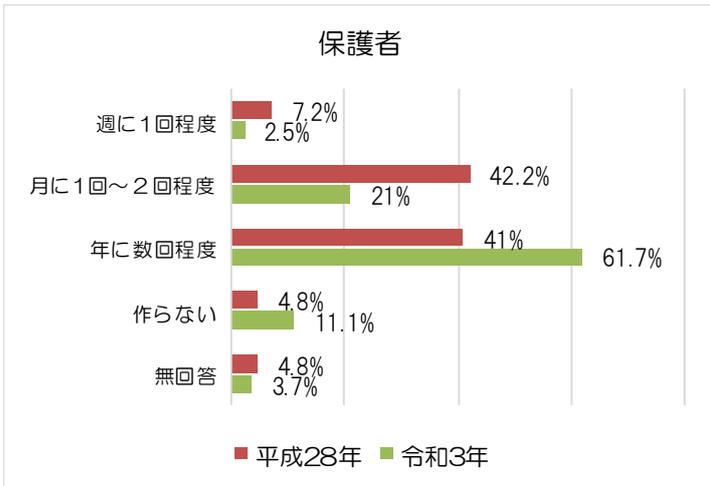
質問13 お子さんの年齢にあった食事のお手伝いをさせていますか



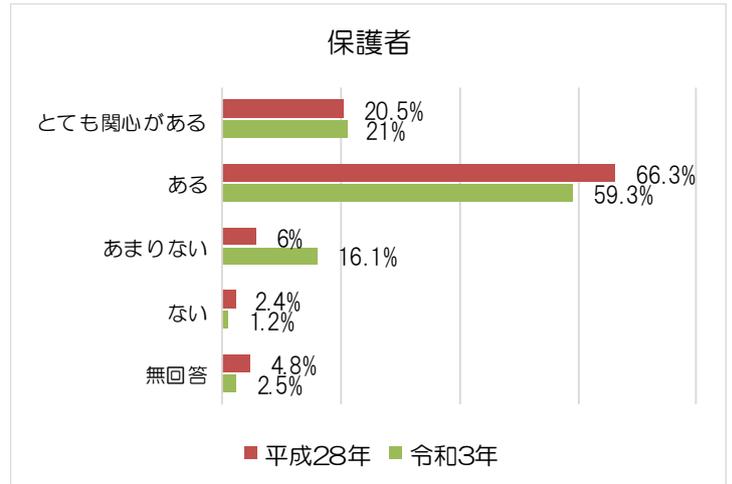
質問14 1日1回は家族全員で食事しますか



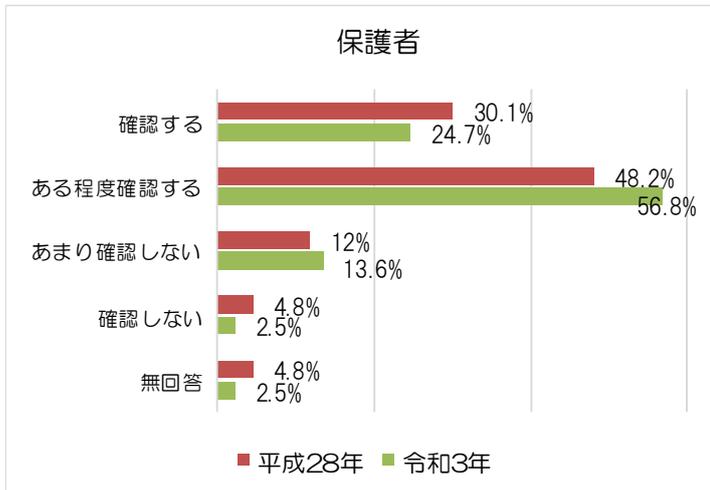
質問 15 郷土料理(きりたんぼ、だまこ餅、けんちん汁  
その他、昔からの伝統料理)を作ったり食べたりしますか



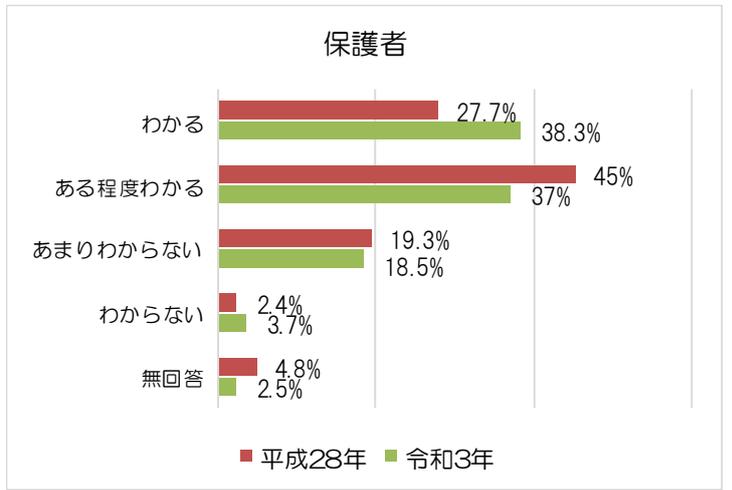
質問 16 あなたは食べ物について関心がありますか



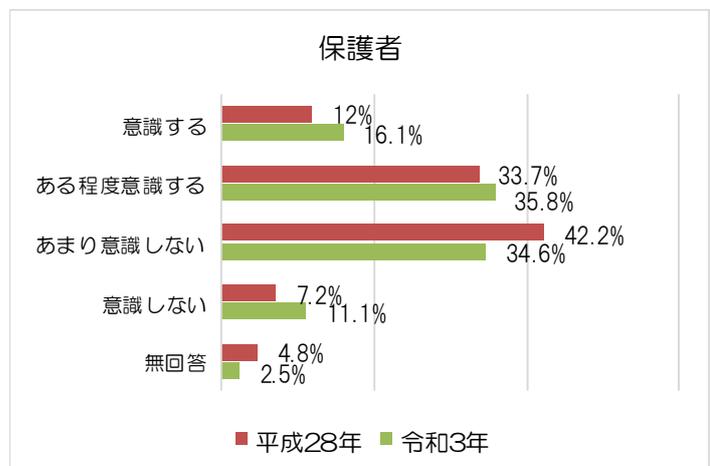
質問 17 あなたは表示を確認して食品を購入しますか



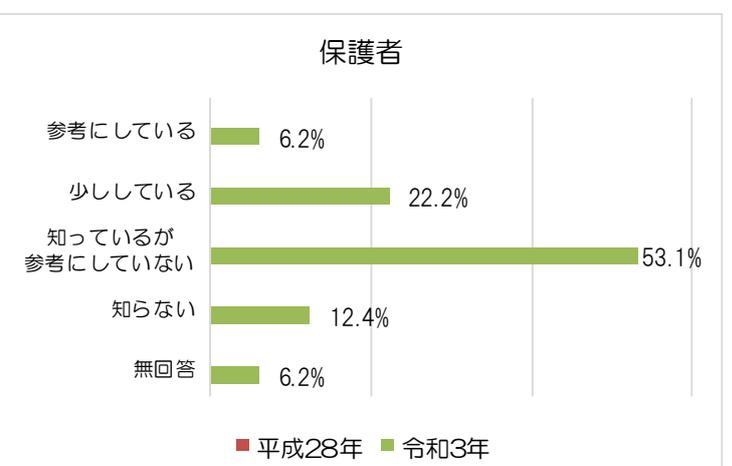
質問 18 あなたは地産地消についてわかりますか



質問 19 あなたは八峰町産、秋田県産を意識して  
購入しますか



質問 20 あなたは「食事バランスガイド」を参考に  
していますか



【お子さんの食事や生活のことで、工夫していること・気になることをお書きください】※原文まま

- ・初めて見る食べ物などはなかなか食べてくれないので好きなものと合わせて食べるようにしてる
- ・ごはんが大好き過ぎるので、野菜や歯ごたえがあるもので食べた感を出す様にしている
- ・副食を2品以上出すよう心がけている
- ・食べ終わるまで席を立たせない
- ・子供が食べている時は、TVを消している
- ・好き嫌いがあるので、好きなものをあげているのですが、偏るので野菜で食べられるものは必死にあげています
- ・まだ好き嫌いにムラがあり、食べる量もムラがあるけど、長い目で見ながら、その日食べられなくても無理強いはいしない
- ・気付かない程度に苦手な食べ物は好きな食べ物の中に混ぜることで食べてくれることもある
- ・朝ごはんは食べ始めるまで時間がかかるのでなるべく簡単に食べられる物にしているが完食が難しいようです
- ・夜ご飯はバランスが良くなるように作るようにしています
- ・ご飯の時間前にあまりおやつをあげない(数を決める)
- ・完食したら好きなおやつをあげる
- ・皆で一緒に食事を摂るようにする
- ・食べる姿をほめる
- ・食べたいと言った食べ物(一品)はできるだけ出すようにしている(かぼちゃスープ・おむらいす・ポテトサラダ・ハンバーグ etc)
- ・偏食(野菜を食べないことが多い)
- ・朝ごはんの量、あまり食べられない
- ・バランス良く食べられるようにしている
- ・食事に時間がかかる
- ・夕食で必ず野菜が少しでもとれるように子供にすすめている。  
特に汁物だと野菜を食べる率が高いので汁物は野菜を使うようにしている
- ・野菜や苦手な物は細かくしたり、すったりしてなるべく栄養を摂れる様に工夫している
- ・苦手な野菜は小さく刻んで味の濃いメニューの時などに混ぜたりしている(ハンバーグ・麻婆豆腐・カレーなど)
- ・一緒に植えたりして収穫もさせる
- ・好き嫌いが多く食べる量も少ない
- ・少しでも食べれるようになんか細かく切ったりしている
- ・ピーマンとナスが苦手な食べ物を食べてくれない、どうしたら食べてくれるか知りたい
- ・嫌いな食べ物は細かくして食べさせている
- ・同じ年齢の子どもと比べて食べる量が多すぎではないかと気になっている
- ・野菜・肉・魚をバランスよく作るようにしているが好き嫌いが多いため改善されない
- ・食べた事がない物や見た目や色で食べないことが多く、苦手な野菜や新しい食材を食べさせるのに困難
- ・ほんの少ししか食べない
- ・緑の野菜が嫌いなので食べないので細かく刻んで好きな物に混ぜています
- ・お肉を全然食べてくれません
- ・偏食気味なので野菜は細かく刻む、私がおいしーと言って食べてみせる
- ・お味噌汁にすると食べてくれるので毎日具たくさん味噌汁にしています
- ・細かく切ってハンバーグやおみそ汁など好きな食べ物に嫌いな食べ物を入れて、なるべく食べてくれるように工夫しています
- ・同じ食材や料理でも食べる日と食べない日など気分による食べムラが多い

**【お子さんの食事や生活のことで、工夫していること・気になることをお書きください】 ※原文まま**

- ・食べやすい味付けになるよう気をつけています
- ・子供が好きな物を作る
- ・野菜は味噌汁に入れるなどして食べやすくする
- ・時間に余裕のあるときは作るのを手伝ってもらう
- ・家族に今日のメニュー紹介をしてもらう
- ・保育園では牛乳を飲むのに家では飲まない
- ・季節のものを食事に出すようにしています
- ・食べる量が少ない
- ・食事に集中しない
- ・白米が苦手ですが、どうしても食べてほしいので1日おきに晩ご飯の主食をめんにしている
- ・子供と約束をしていて「今日やきそばだから明日はごはんたべようね」と話していて本人も頑張っています
- ・朝食は食べる量が少なすぎるので、好きなフルーツとおにぎりだけということが多くバランス悪い
- ・食事する部屋が狭く、親子で一緒にご飯を食べることができない状態である
- ・家だと甘えが出てしまい子ども園で食べれるものだったり、食事のマナーが家ではできない…食べない…

**【食事や生活のことで工夫していること・気になることをお書きください】 ※原文まま**

- ・郷土料理を私自身、あまり知らないので、色々教わりたいと思っていました
- ・産後の体調がそれまでと違うので以前よりも食事の量や質に気をつけているつもりです
- ・たんぱく質・炭水化物・ビタミンなど食事に取り入れるようにしていますが、朝食はどうしても簡単になってしまいます。
- ・昼食は園でバランスの良い給食を出していただいているので安心しています。
- ・塩分・糖分摂りがちだと思う
- ・食事のバランスや産地、食育は気にしています
- ・子供と同様に夜ご飯で野菜を多めに摂取できるよう心がけている
- ・魚をあまり使えず意識していきたいと思っている
- ・特に子どもの事以外は工夫できていない
- ・なるべく野菜から食べ始めるようにしている
- ・好き嫌い関係なしに食べさせようと作るんですが味付けの問題なのかあまり食べてくれないのでクックパッドを見て作ったりしています(子供が食べそうな物)
- ・どうしてもかたよりがちになってしまうのでできるだけ飲み物などで野菜をとるようにしている
- ・なるべく野菜を使い、1汁3菜を意識し作っている
- ・調味料は基本的に減塩・カロリーカットのものを使っている
- ・朝は毎日ご飯と味噌汁にしています