

食育だより

令和6年度8月
太田東保育園

今回は、先日ご協力いただいた食に関するアンケートの結果をお知らせいたします。
・期間：6/25～7/12 回収率：84%

1. 朝食について

(子ども)

- ① 毎日食べる…95%
- ② 食べない日もある…5%
- ③ 食べない…0%

(食べない理由)

- ① 時間がない…5%
- ② 子どもが食べたがらない…95%
- ③ その他…0%

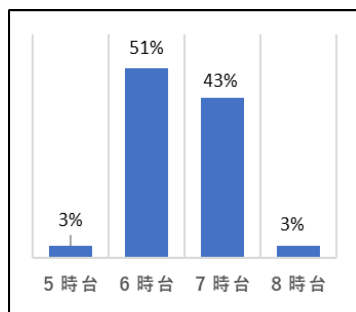
(記入者)

- ① 食べる…95%
- ② 食べない…5%

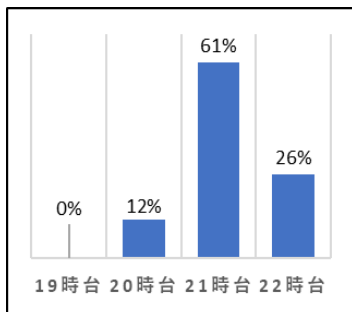


2. 生活リズム・嗜好について

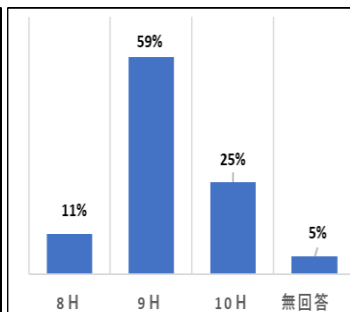
★起床時間



★就寝時間

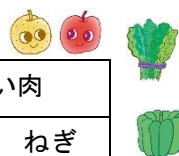


★睡眠時間



★子どもの苦手な食べ物は何ですか？

- | | | | | | | | | | |
|----|------|----|------|----|------|----|-----|-----|------|
| 1位 | ピーマン | 2位 | 葉野菜 | 3位 | 茄子 | 4位 | きのこ | 5位 | かたい肉 |
| 6位 | たまご | 7位 | フルーツ | 8位 | かぼちゃ | 9位 | 乳製品 | 10位 | ねぎ |



★ご家庭で行っている食育はありますか？

年少児

- ・畑で野菜の収穫、食べる ・スーパーで食材クイズ、食材選び
- ・野菜洗い、手でむける皮むき(玉ねぎや茹でたまご、とうもろこしなど)
- ・調理する姿を見せる、作る(チーズパイ、クッキー、ホットケーキ)
手伝い(ちぎる、混ぜる、おろす、鍋に入れる、きゅうりを切るなど)
- ・子どもがやりたいと言ったことをしてもらう ・絵本を読む
- ・みんなでごはんを食べる・食事のマナー(配膳、手を添えるなど)

年中児

- ・家庭菜園、収穫、食べる ・スーパーで食材を見せ、選ばせる
- ・料理手伝い(野菜洗い、皮むき、筋取り、切る、盛り付け)
- ・釣った魚を食べる ・冷蔵庫から食材を取ってもらう
- ・一緒にお弁当を作ってみる ・一緒に料理を作る(カレー、みそ汁)
- ・絵本、図鑑、カルタ ・みんなでごはんを食べる



年長児

- ・畑の手伝い、収穫、食べる ・スーパーで食材の名前を教える
- ・家事、手伝い(野菜洗い、ちぎり、たまごわり、混ぜる、皮むき、味見)
- ・切りやすい食材を切る
- ・食事のマナー(配膳、片付け) ・規則正しく食べる
- ・説明して料理を作る、お菓子作り ・旬のものを一緒に買う
- ・自分で食べる

☆アンケートから朝食はほとんどの子が食べられており、就寝時間を見直すと夕食の消化が良くなり、朝も食べやすくなると思われます。今回の結果を食育に活かしていきたいと思っております。お忙しい中、ご協力ありがとうございました。

