

令和4年度 宇和島市保育所、認定こども園、幼稚園(公立)食事調査集計

5月に実施した、「令和4年度 育てよう！食べる力は生きる力 アンケート調査」の集計結果をご報告いたします。

(宇和島市保育協議会と連携して、実施しています。)

●調査対象

令和4年5月現在の児童総数1,455人のうち、アンケート回収は1,403人分。

(回収率96.4%)

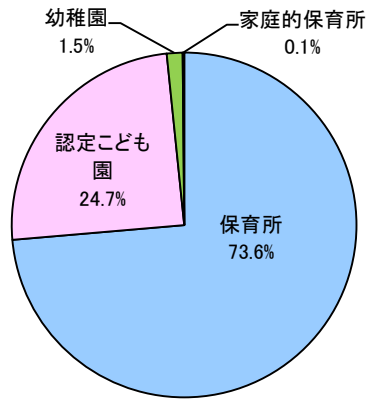
《アンケート回収数》

	施設名		0～1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	計
	認定 こども園	市立	番城美德認定こども園	8	10	19	19	30
市立		三間認定こども園	18	11	15	19	25	88
私立		認定こども園元気の泉	32	25	36	36	44	173
保育所 (宇和島)	市立	高光保育園	2	2	4	3	4	15
	市立	住吉保育園	7	10	12	15	9	53
	市立	甘崎保育園	2	1	5	3	3	14
	市立	小池保育園	3	3	2	12	4	24
保育所 (吉田)	市立	吉田愛児園	9	8	12	14	12	55
	市立	奥南保育園	3	2	3	8	5	21
	市立	たちばな保育園	4	4	8	5	9	30
	市立	玉津保育園	5	8	5	7	7	32
保育所 (三間)	市立	二名保育園	1	3	6	2	6	18
保育所 (津島)	市立	岩松保育園	13	19	26	17	26	101
	市立	嵐保育園	4	3	8	6	8	29
	市立	北灘保育園	3	6	4	6	5	24
家庭的 保育所	市立	日振島保育所	0	1	1	0	0	2
保育所 (宇和島)	私立	済美保育園	22	24	21	21	19	107
	私立	立正保育園	23	24	27	22	26	122
	私立	尾串保育園	23	23	23	25	23	117
	私立	丸穂保育園	27	26	26	16	20	115
	私立	石丸保育園	20	24	19	21	18	102
	私立	みゆき保育園	9	12	13	11	9	54
幼稚園	市立	宇和津幼稚園	0	0	6	1	5	12
	市立	岩松幼稚園	0	0	4	5	0	9
アンケート回収数総計			238	249	305	294	317	1,403
				1,165				

I 生活環境 (全年齢 1,403人の回答)

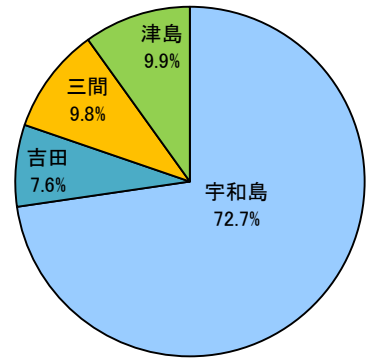
●入所施設

保育所	1,033
認定こども園	347
幼稚園	21
家庭的保育所	2
計	1,403



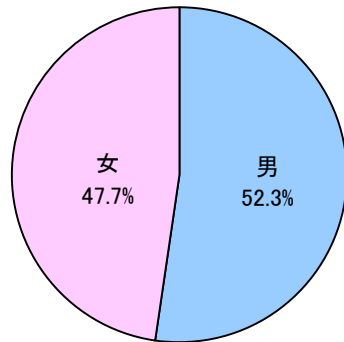
●地区別

宇和島	1,020
吉田	106
三間	138
津島	139
計	1,403



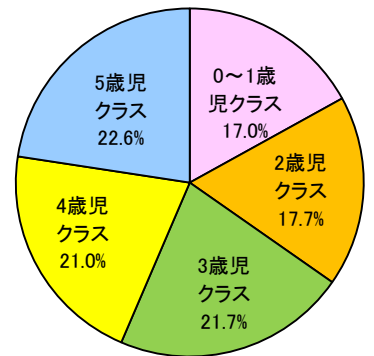
●性別

男	734
女	669
未記入	
計	1,403



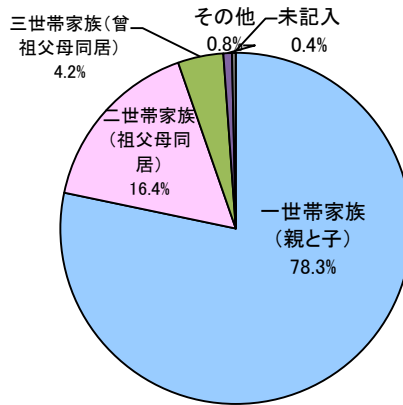
●年齢

0~1歳児クラス	238
2歳児クラス	249
3歳児クラス	305
4歳児クラス	294
5歳児クラス	317
計	1,403



●家族構成

一世帯家族(親と子)	1,098
二世帯家族(祖父母同居)	230
三世帯家族(曾祖父母同居)	59
その他	11
未記入	5
計	1,403



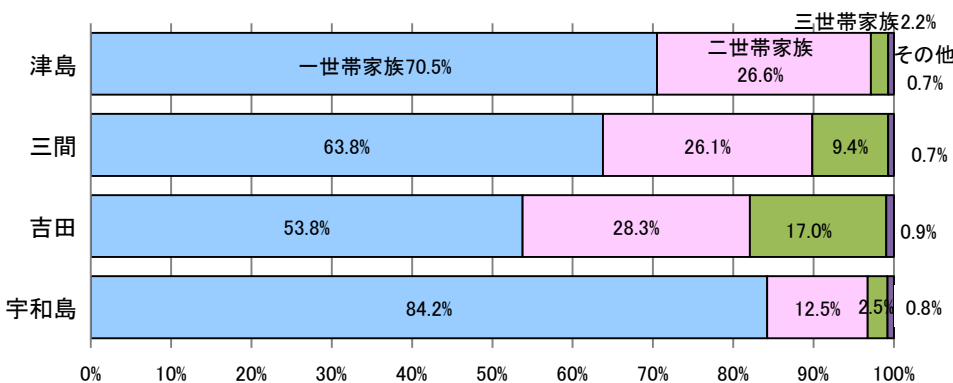
※同居家族の人数

1人	4
2人	17
3人	125
4人	279
5人	208
6人	119
7人	55
8人	20
9人	12
10人	7
11人	2
12人	1
未記入	554
計	1,403

※その他の内訳

- ・曾祖父母の兄弟姉妹と同居
- ・祖父母の兄弟姉妹と同居
- ・親の兄弟姉妹と同居
- ・施設に入所

◎地区別の家族構成



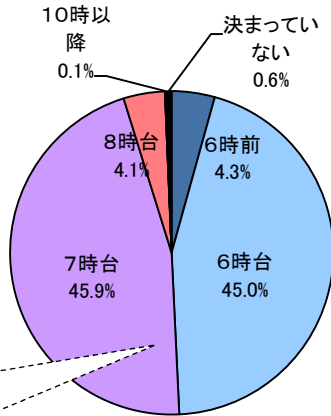
核家族は、年々増加傾向です。
 R3年→76.1%
 R2年→75.1%
 R元年→73.3%

毎年、宇和島地区の核家族の割合が高くなっています。吉田地区は、祖父母や曾祖父母との同居が多い様子がみられます。

Ⅱ 生活習慣について (2歳クラス以上 1,165人の回答)

●起床時間(AM)

6時前	50
6時台	524
7時台	535
8時台	48
9時台	0
10時以降	1
決まっていない	7
計	1,165

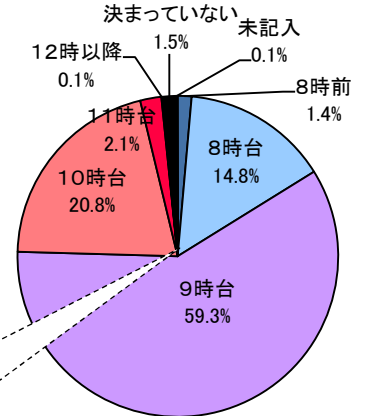


AM7:00までに起床するのは49.3%で、年々減少傾向。
R3年→50.3%
R2年→65.0%

H27年度乳幼児栄養調査結果(厚生労働省)
午前7時までの起床: 平日/46.5%
休日/29.4%
※市は49.3%で、国調査よりも高い割合。

●就寝時間(PM)

8時前	16
8時台	172
9時台	691
10時台	242
11時台	25
12時以降	1
決まっていない	17
未記入	1
計	1,165

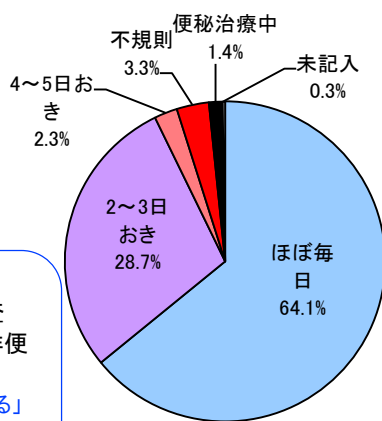


PM9:00までに就寝するのは16.1%。年々減少傾向。
R3年→15.4%
R2年→33.0%
R元年→39.6%

H27年度乳幼児栄養調査結果(厚生労働省)
午後9時までの就寝: 平日/28.2%
休日/21.5%
※市は16.2%で、国調査よりも低い割合。

●排便習慣

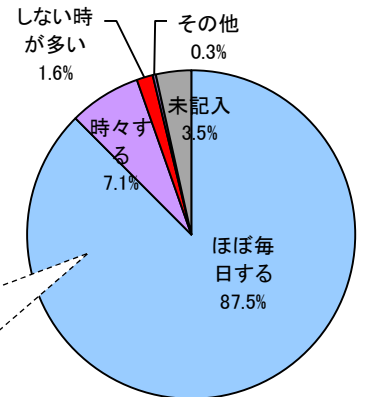
ほぼ毎日	747
2~3日おき	334
4~5日おき	27
不規則	38
便秘治療中	16
未記入	3
計	1,165



H27年度乳幼児栄養調査(厚生労働省)ほぼ毎日排便があるのは76.2%
※市の「ほぼ毎日排便がある」割合は、国調査よりも低い。

●夕食後(寝る前)の歯みがき

ほぼ毎日する	1,062
時々する	70
しないことが多い	15
その他	6
未記入	12
計	1,165



※その他の内容

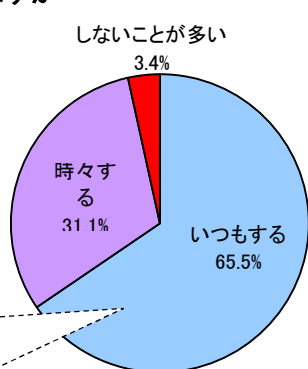
時々忘れる→2人

夕食後、歯みがきをするのは87.5%。昨年度よりも減少。
R3年→94.6%

Ⅲ 食意識やマナー (2歳クラス以上 1,165人の回答)

●食事前後のあいさつをしますか

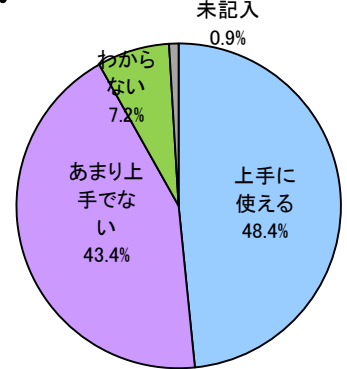
いつもする	763
時々する	362
しないことが多い	40
計	1,165



いつもあいさつをするのは65.5%で、年々増加傾向。
R3年→64.0%
R2年→62.7%

●おはしを上手に使えますか

上手に使える	564
あまり上手でない	506
わからない	84
未記入	11
計	1,165

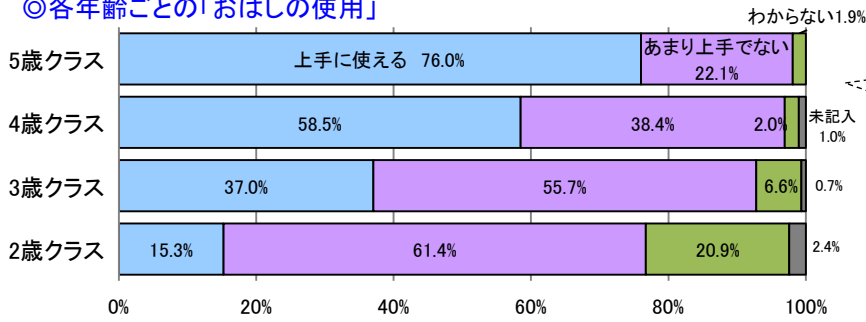


◎「わからない」の内容

	2歳クラス	3歳クラス	4歳クラス	5歳クラス
まだ使っていない	30	9	5	6
補助箸で練習中	6	6	4	1
練習中	1	2	0	0
たまたま手づかみする				1
持ち方が正しくない				1
年齢的にどうなのかわからない	1			
計	38	17	9	9



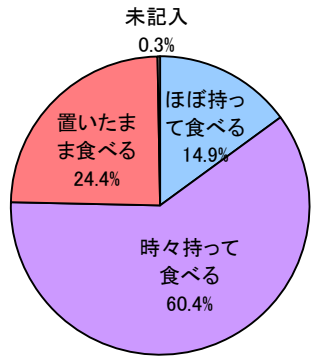
◎各年齢ごとの「おはしの使用」



5歳児クラスで「おはしが上手に使いえない」のは24.0%。
※「わからない」を含む。

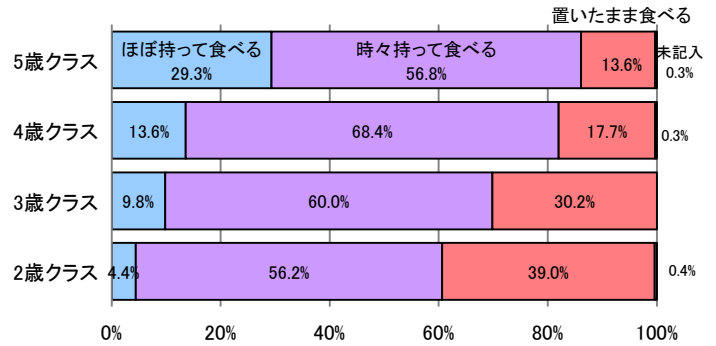
●食器を持って食べますか

ほぼ持って食べる	174
時々持って食べる	704
置いたまま食べる	284
未記入	3
計	1,165



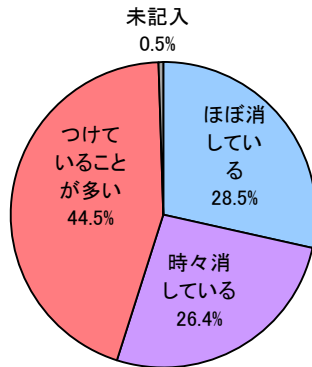
いつも食器を持って食べているのは、14.9%。
5歳児クラスで「食器を持って食べる」のは3割弱。

◎各年齢ごとの「食器を持って食べるか」



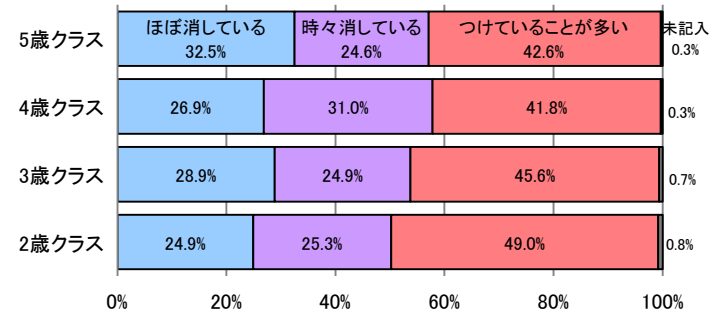
●食事中のテレビの視聴について

ほぼ消している	332
時々消している	308
つけていることが多い	519
未記入	6
計	1,165



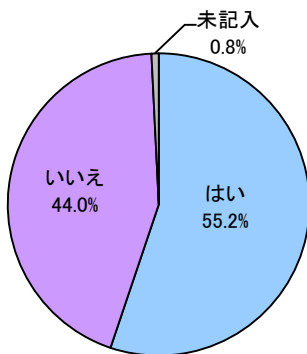
約7割が、テレビをつけて食事をしている。

◎各年齢ごとの「食事中のテレビ視聴」

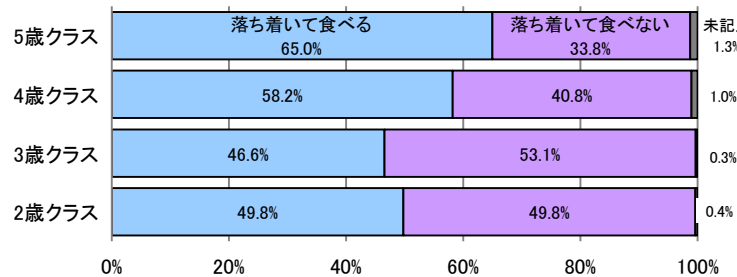


●落ち着いて食事をしますか

はい	643
いいえ	513
未記入	9
計	1,165

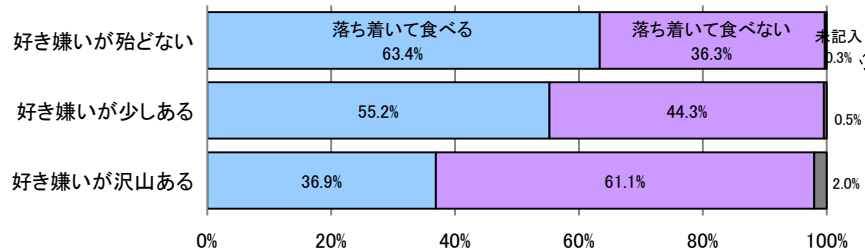


◎各年齢ごとの「落ち着いて食事をするか」



3歳児クラスが、一番落ち着いて食べていない。
5歳児クラスも、約3割が落ち着いて食べられない。

◎好き嫌い、落ち着いた食事

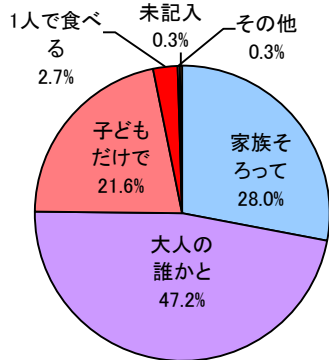


好き嫌いが少ない方が、落ち着いて食べる割合が高い。

●家族と一緒に食事を食べていますか

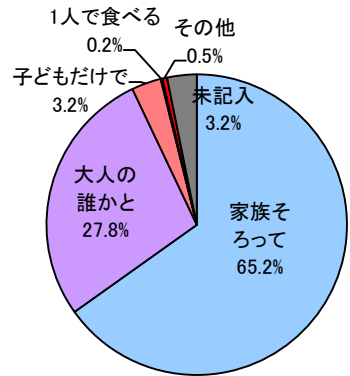
◎朝食

家族そろって	326
大人の誰かと	550
子どもだけで	252
1人で食べる	31
その他	3
未記入	3
計	1,165



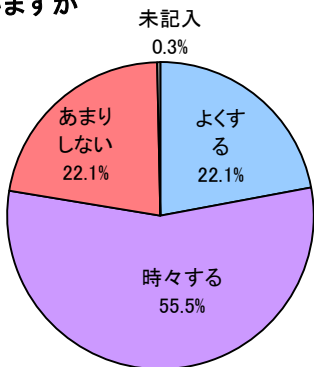
◎夕食

家族そろって	759
大人の誰かと	324
子どもだけで	37
1人で食べる	2
その他	6
未記入	37
計	1,165



●食事のお手伝いをしていますか

よくする	257
時々する	647
あまりしない	257
未記入	4
計	1,165



H27年度乳幼児栄養調査(厚生労働省)との比較

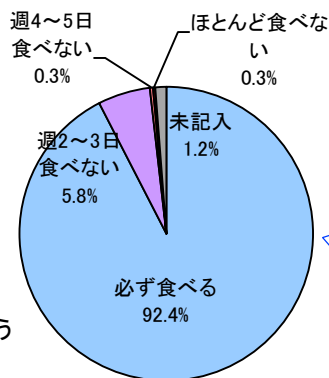
共食	宇和島市		国	
	朝食	夕食	朝食	夕食
家族そろって	28.0%	65.2%	24.1%	48.0%
大人の誰かと	47.2%	27.8%	50.2%	46.2%
子どもだけで	21.6%	3.2%	18.1%	1.9%
1人で食べる	2.7%	0.2%	4.7%	0.3%
その他	0.3%	0.5%		
未記入	0.3%	3.2%	2.9%	3.5%

※宇和島市は国と比べ「家族そろって」食べる割合が、朝食、夕食共に高い。

IV食習慣 (2歳クラス以上 1,165人の回答)

●朝食を食べますか

必ず食べる	1,077
週2~3日食べない	67
週4~5日食べない	4
ほとんど食べない	3
全く食べない	0
未記入	14
計	1,165



朝食を欠食するのは6.4%
R3年→5.9%
R2年→5.5%
R元年→7.8%



H27年度乳幼児栄養調査との比較 (厚生労働省)

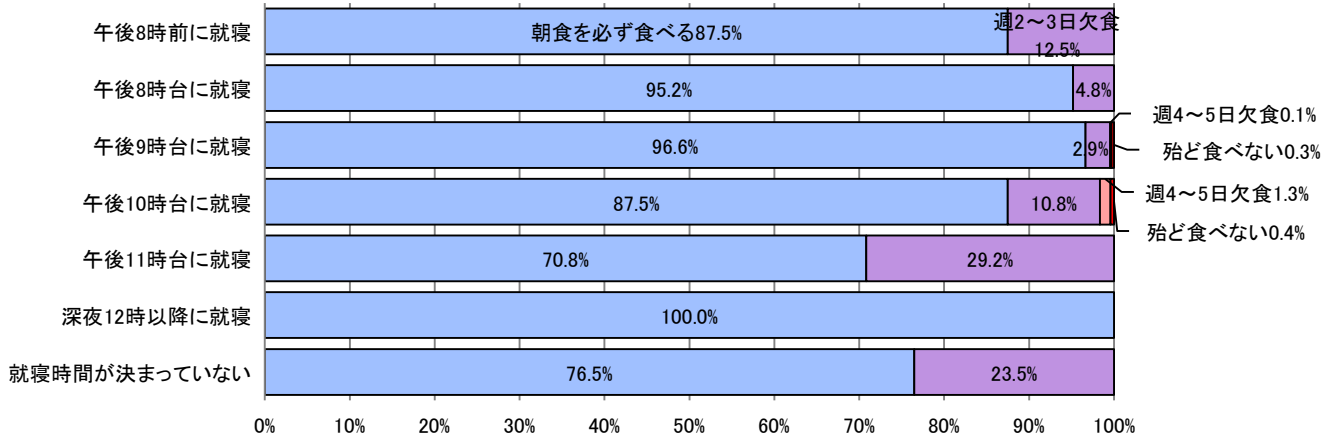
※「必ず食べる」割合は、国調査よりも低い。

朝食摂取	宇和島市	国
必ず食べる	92.4%	93.3%
週2~3日食べない	5.8%	5.2%
週4~5日食べない	0.3%	0.3%
ほとんど食べない	0.3%	0.9%
全く食べない	0.0%	0.0%
未記入	1.2%	0.3%

◎欠食する理由

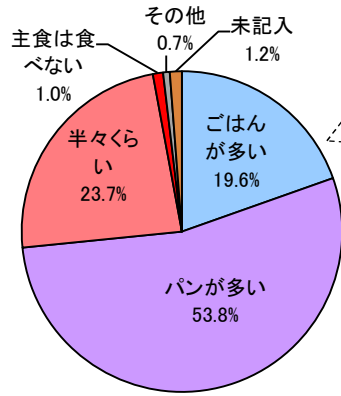
- ・食べたくない(いらぬ)という
- ・食欲がない
- ・寝坊(眠たくて食べない)
- ・嫌がる
- ・気分による
- ・眠たい時、遊びたい時に食べない

◎就寝時間と朝食摂取



●朝食の主食について

ごはんが多い	228
パンが多い	627
半々くらい	276
主食は食べない	12
その他	8
未記入	14
計	1,165



朝食の主食がご飯の割合は、年々減少傾向。

*「ごはんが多い」の割合

- R4年→19.6%
- R3年→21.3%
- R2年→21.5%
- R元年→21.7%
- H29年→25.4%



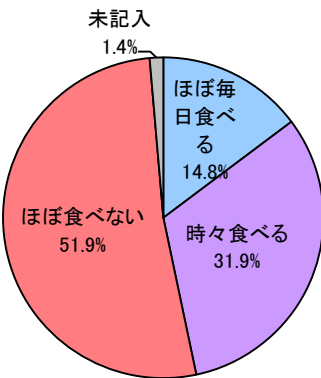
◎この他の朝食

- ・おもち ・シリアル
- ・果物(バナナなど)
- ・ヨーグルト
- ・コーンフレーク
- ・カップケーキ など

●野菜を食べますか

◎朝食

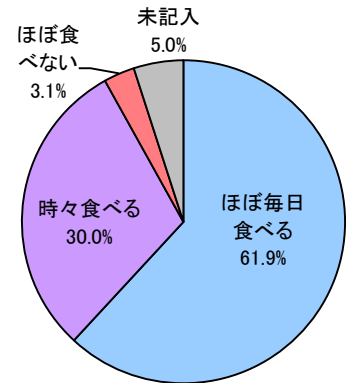
ほぼ毎日食べる	172
時々食べる	372
ほぼ食べない	605
未記入	16
計	1,165



朝食に野菜を食べるのは5割弱。

◎夕食

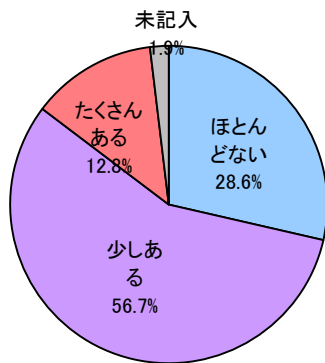
ほぼ毎日食べる	721
時々食べる	350
ほぼ食べない	36
未記入	58
計	1,165



夕食に野菜を食べるのは9割強。

●好き嫌いがありますか

ほとんどない	333
少しある	661
たくさんある	149
未記入	22
計	1,165



7割弱に「好き嫌い」がある。

嫌いな食品 (466人の回答)

- ①野菜類 358人(76.8%)
- ②肉類 57人(12.2%)
- ③きのこ類 47人(10.1%)
- ④乳類 33人(7.1%)
- ⑤魚介類 32人(6.9%)

※「野菜類」が経年の調査で毎年トップ！
 ※嫌いな食品は、固さ(触感)や味、料理名の場合もあった。(固いもの、酸っぱいもの、肉じゃがなど)
 [集計方法]各食品類が、「嫌いな食品」に挙げられている場合をカウント。※重複回答あり

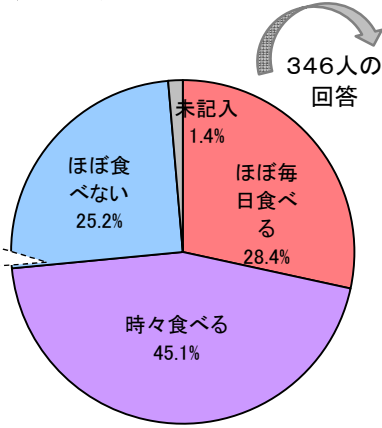
《嫌いな食品 野菜類の詳細》

種類	2歳	3歳	4歳	5歳	計	種類	2歳	3歳	4歳	5歳	計
1 野菜全般	31	49	32	35	147	16 ほうれん草		2		1	3
2 ピーマン	6	21	12	15	54	17 たまねぎ		1		2	3
3 葉物野菜	9	12	13	8	42	18 グリンピース		1		2	3
4 なす	1	13	10	17	41	19 レタス	1		1	1	3
5 トマト	10	5	6	9	30	20 大根		1		2	3
6 ねぎ	3	1	5	6	15	21 小松菜		1		1	2
7 生野菜	6	1	5	2	14	22 水菜			1	1	2
8 キャベツ	3	5	5		13	23 ゴーヤ				2	2
9 かぼちゃ	1	3	2	4	10	24 たけのこ				1	1
10 とうもろこし	1	1	2	5	9	25 アスパラガス			1		1
11 きゅうり	1	3	1	4	9	26 カリフラワー				1	1
12 もやし	1	1	2	2	6	27 枝豆		1			1
13 人参		2	1	2	5	28 空豆				1	1
14 ブロッコリー	2	2			4	29 スナップエンドウ				1	1
15 白菜		1	3		4	30 根菜	1				1
						計	75	120	99	109	403

[集計方法]「嫌いな食品」に挙げられている野菜名を全てカウント。※重複回答あり

●夕食前におやつ(間食)を食べますか

ほぼ毎日食べる	331
時々食べる	525
ほぼ食べない	293
未記入	16
計	1,165



夕食前におやつを食べるのは73.5%。

◎よく食べているもの (人)

菓子類	299
おにぎりやパン	50
果物	48
アイスクリーム	40
牛乳・乳製品	23
嗜好飲料	7

※乳製品…チーズ、ヨーグルト、ヤクルト など
 ※その他、ソーセージ、野菜等の回答あり。
 ※重複回答あり

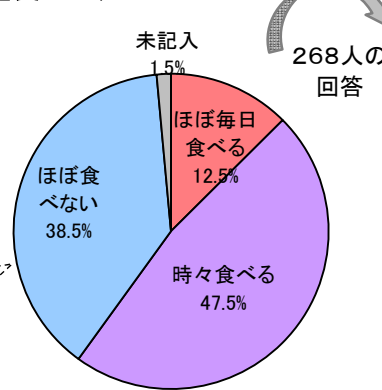
◎菓子類の詳細 (人)

市販の菓子	112
スナック菓子	90
チョコレート	47
グミ	42
ゼリー	27
あめ	23
せんべい	14
ラムネ	11
クッキー	9
手作り菓子	3
ビスケット	2
ポーロ	2
ハイチュウ	2
ガム	1

※重複回答あり

●夕食後におやつ(間食)を食べますか

ほぼ毎日食べる	146
時々食べる	553
ほぼ食べない	449
未記入	17
計	1,165



夕食後におやつを食べるのは60%。

◎よく食べているもの (人)

菓子類	160
アイスクリーム	94
果物	74
乳製品	24
おにぎりやパン	5
嗜好飲料	3

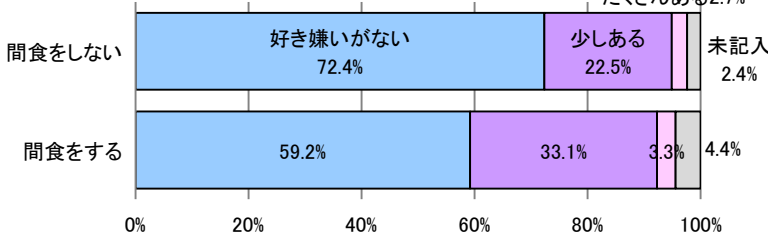
※乳製品…チーズ、ヨーグルト、ヤクルト など
 ※その他、するめ、などの回答あり。
 ※重複回答あり

◎菓子類の詳細 (人)

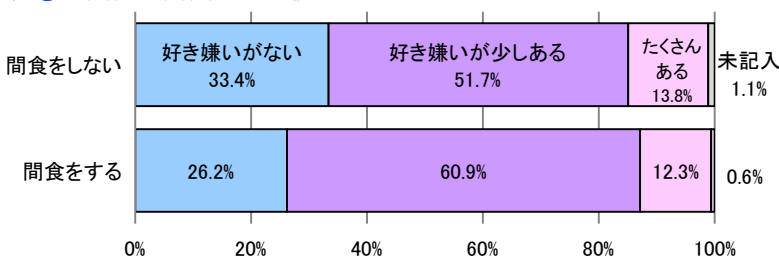
市販の菓子	53
スナック菓子	45
ゼリー	21
グミ	16
あめ	13
チョコレート	11
クッキー	8
プリン	6
せんべい	5
ケーキ	4
手作り菓子	4
ガム	3
お饅頭	1
ラムネ	1

※重複回答あり

表①夕食前の間食と好き嫌い



表②夕食後の間食と好き嫌い



不定期な間食の摂り方と「好き嫌い」の関連を、クロス集計を用いて考察。

表①「夕食前に間食をしない」方が、「好き嫌いが無い」割合が高い。

表②「夕食後に間食をしない」方が、「好き嫌いが無い」割合が高い。

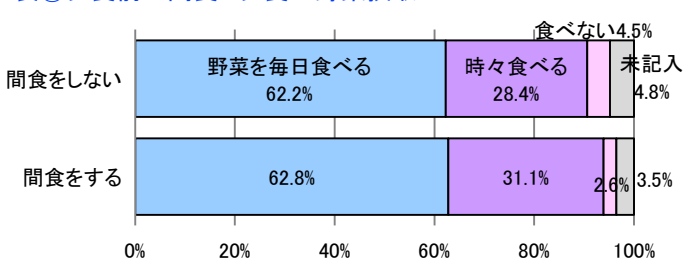
※夕食前後の間食と好き嫌いは、相関がみられる。(特に夕食前の間食)

夕食前の間食摂取と子どもの食問題(野菜摂取、遊び食べ)の関連を、クロス集計を用いて考察。

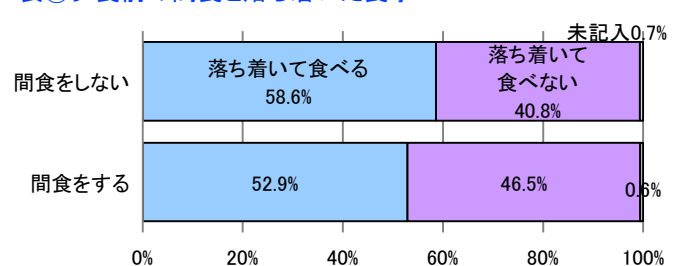
表③「夕食前の間食」と「野菜摂取」は、関連がみられない。
 表④「夕食前の間食」と「落ち着いた食事摂取」は、「間食をしない」方が僅かに落ち着いて食べる傾向がある。

※夕食前の間食と「野菜摂取」「落ち着いた食事」は、あまり相関がみられない。

表③夕食前の間食と夕食の野菜摂取

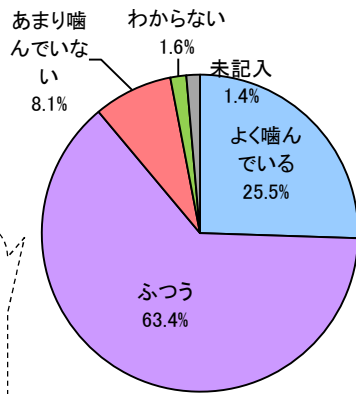


表④夕食前の間食と落ち着いた食事



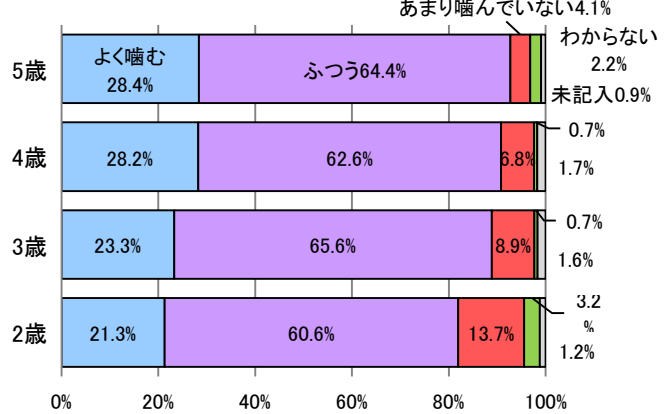
●よく噛んで食べていますか

よく噛んでいる	297
ふつう	739
あまり噛んでいない	94
わからない	19
未記入	16
計	1,165



成長に伴い咀嚼能力が発達することから、「あまり噛んでいない」児が減少している。

◎クラス年齢と「よく噛んで食べるか」

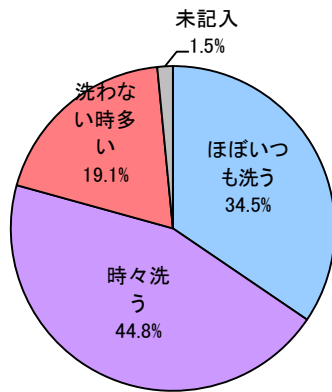


V その他 (2歳クラス以上 1,165人の回答)

●手洗いについて

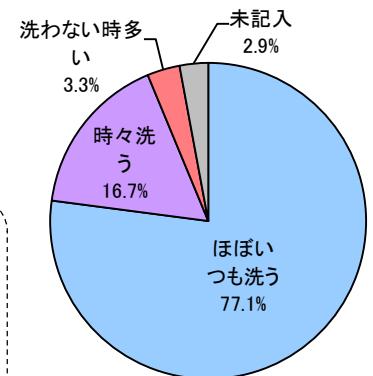
◎食前

ほぼいつも洗う	402
時々洗う	522
洗わない時多い	223
未記入	18
計	1,165



◎帰宅時

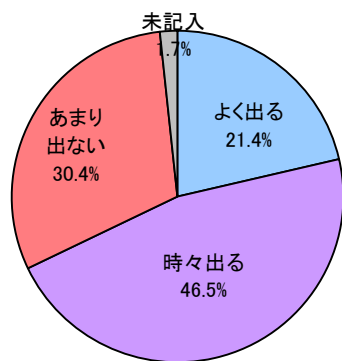
ほぼいつも洗う	898
時々洗う	194
洗わない時多い	39
未記入	34
計	1,165



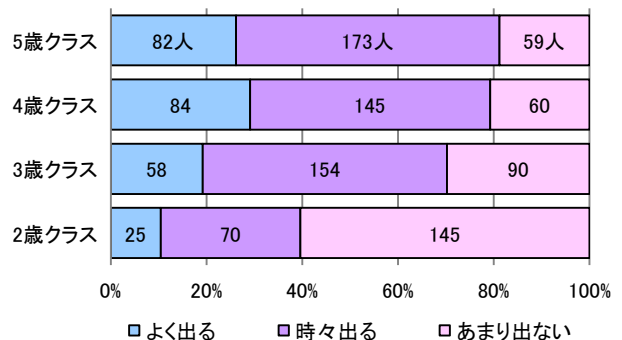
帰宅時は、8割弱が(いつも)手洗いを行っているが、食前に(いつも)手を洗うのは3割強程度。

●お子さんから給食についての話題が出ますか

よく出る	249
時々出る	542
あまり出ない	354
未記入	20
計	1,165



◎クラス年齢と「給食の話題」



◎具体的な給食の話題

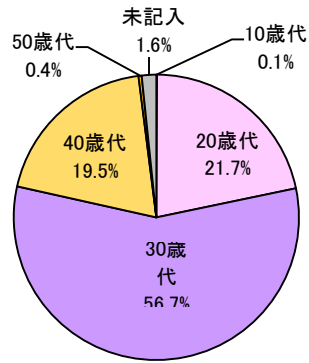
- 👑 給食で食べた内容について(〇〇を食べた、今日は〇〇が出た、何を食べたか など)
 - ・美味しかったメニューや食品について(〇〇がおいしかった など)
 - ・行事食や特別なメニューについて(こいのぼりランチ、鯛たべよう、お弁当給食、アンパンマンランチ など)
 - ・苦手な食品やメニューを、頑張って食べたこと
 - ・展示食を見ながら話す
 - ・おかわりをしたこと
 - ・完食したこと
- など

給食の話題のほとんどは、「給食で食べたもの(約85%)」で、次いで「美味しかった食べ物について」となっていました。「いつも展示食を見ながら子どもと話している」などのコメントも多くみられ、改めて展示食の大切さを感じました。また、「かわいい盛り付けや行事食」を話題にする子どもも多い様子でした。日頃の給食担当者の一工夫が、子どもの「食の楽しみ」や「食の意欲」に大きくつながっている様子です。

VI地産地消・郷土料理の伝承 (保護者 1,403人の回答)

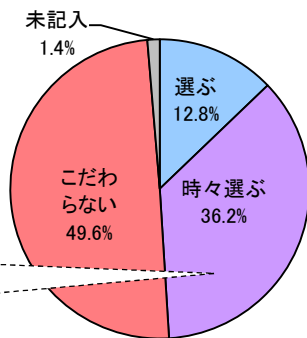
●回答者(年齢・性別)

	男	女	未記入	計
10歳代		1		1
20歳代	7	296	1	304
30歳代	23	772	1	796
40歳代	25	249		274
50歳代	2	3		5
未記入	1	7	15	23
計	58	1,328	17	1,403



●食材を選ぶ際、宇和島産を積極的に選んでいますか

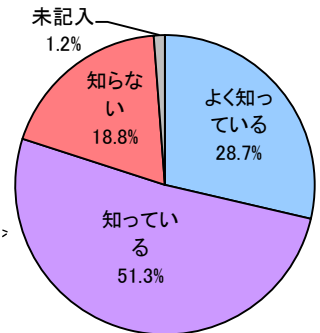
選ぶ	180
時々選ぶ	508
こだわらない	696
未記入	19
計	1,403



宇和島産を選ぶのは49.0%。
※昨年度よりも減少。

●宇和島市が「#鯛たべよう」プロジェクトを行っていることを知っていますか

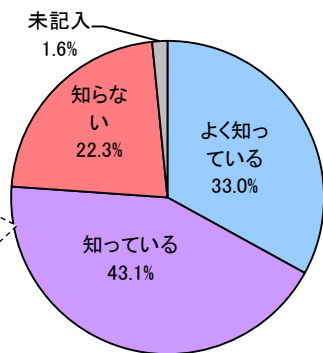
よく知っている	402
知っている	720
知らない	264
未記入	17
計	1,403



「#鯛たべよう」を知っているのは80.5%。
※R3年よりも増加。

●「#鯛たべよう」で、給食に地元の鯛を積極的に取り入れていることを知っていますか

よく知っている	463
知っている	605
知らない	313
未記入	22
計	1,403



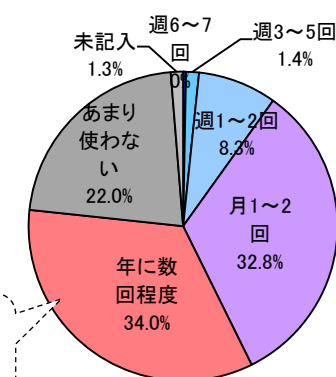
給食に地元の鯛を積極的に取り入れていることを知っているのは76.1%。

◎「#鯛たべよう」プロジェクトについての感想 (多い順)

- 👑 ①なかなか家で食べられないのでありがたい(64人)
 - ②とても良い取り組みだと思う(61人)
 - ③子どもが好きなので喜んでいる(21人)
 - ④とても美味しそう(16人)
 - ⑤魚を食べるのは体に良い(6人)
- ※その他、「料理が参考になる」「これからも続けて欲しい」等の意見あり。
②には、「地元の食材を知らせることは、子どもの食育にとっても良い」との意見も多数寄せられていました。

●ご家庭の食事に鯛をどのくらい取り入れていますか (刺身など、調理済食品を含む)

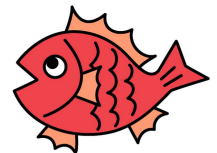
週6~7回	4
週3~5回	19
週1~2回	116
月1~2回	460
年に数回程度	477
あまり使わない	309
未記入	18
計	1,403



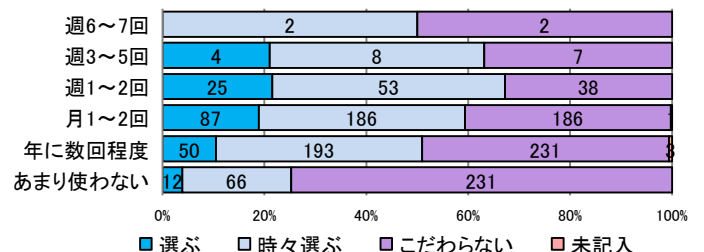
1週間に1回も鯛を用いないのは88.8%。R3年→88.3%

◎鯛を家庭の食事に使わない理由 (多い順)

- 👑 ①値段が高い(39人)
 - ②魚(鯛)が苦手(14人)
 - ③料理・捌くのが苦手(12人)
 - ④もらった時だけ食べる(5人)
 - ⑤買う機会がない、季節により手に入りにくい(4人)
- ※その他、「他の魚を選ぶ」「骨取りが面倒」「小さい時から食べているのであえて買わない」等の意見あり。

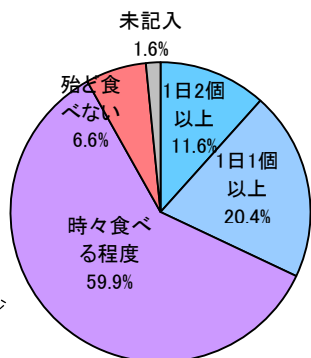


◎宇和島産を選ぶ意識と鯛の使用頻度



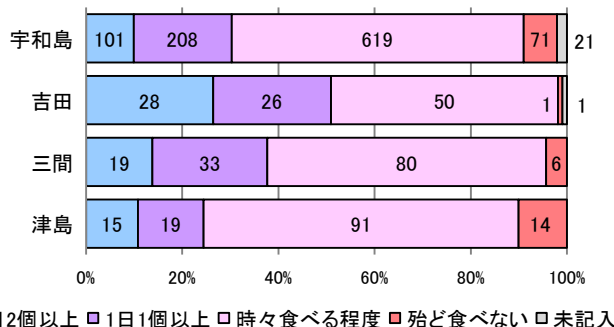
●みかんなどの柑橘類を食べますか(11~1月の状況)

1日2個以上	163
1日1個以上	286
時々食べる程度	840
殆ど食べない	92
未記入	22
計	1,403



地区別にみると、吉田地区の「みかん摂取」の割合が一番高い。

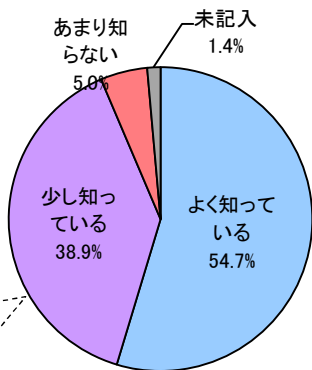
◎地域ごとの、みかん(柑橘)摂取



●宇和島の郷土料理について(鯛めし、さつま、ふくめん、鯛めん)

◎知名度

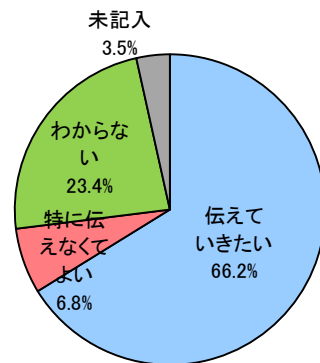
よく知っている	767
少し知っている	546
あまり知らない	70
未記入	20
計	1,403



郷土料理を知っているのは93.6%。(R3年→93.2%)

◎伝承

伝えていきたい	929
特に伝えなくてよい	96
わからない	329
未記入	49
計	1,403



「伝えていきたい」の割合は、66.2%。
R3年→66.6%
R2年→57.9%

子どもの排便習慣と生活習慣

◀排便習慣>>2~5歳児クラス

ほぼ毎日	747	64.1%
2~3日おき	334	28.7%
4~5日おき	27	2.3%
不規則	38	3.3%
便秘治療中	16	1.4%
未記入	3	0.3%
計	1,165	100.0%

「排便習慣」の調査では、毎年4割程度の異常傾向(毎日排便しない児)がみられています。そこで、生活習慣とクロス集計を行い原因を考察しました。

まず、様々な研究から排便習慣は朝食摂取とのつながりが大きいことが示されていることから、表①のとおり関連を調べてみました。その結果、朝食を摂取している群が良好な排便となっている傾向は、特にみられませんでした。しかし、「排便が4~5日に1回」「治療中」などの深刻なケースの児は、全て朝食欠食の群に含まれていることから、やはり便秘の改善に向けては「朝食摂取」は必要であると考えます。

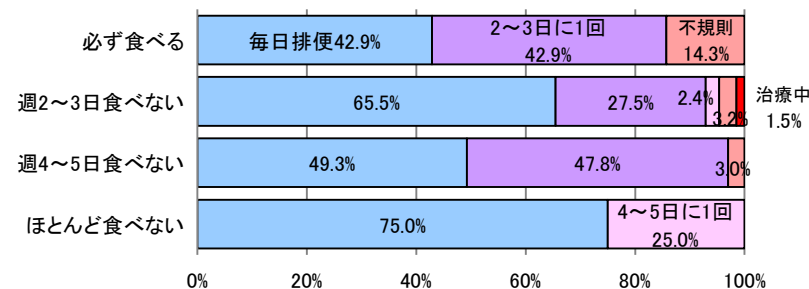
次に、便秘においては「食物せんい不足」が原因になりやすいことから、食物せんいが多く含まれる「野菜摂取」との関連について調べてみました。(好き嫌い:「嫌いな食品」の1位は野菜)

表②のとおり、「好き嫌い」は「排便習慣」との相関がみられました。好き嫌いがたくさんある方が、排便習慣が乱れている様子です。

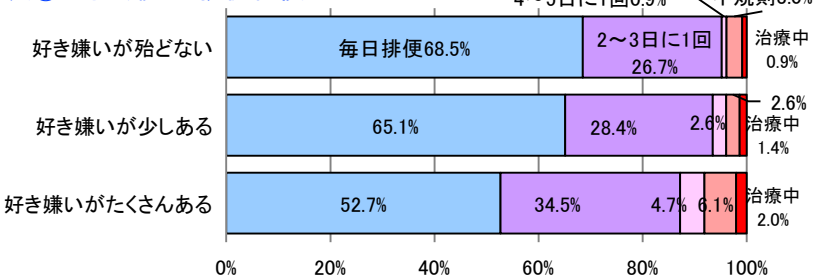
また、表③のとおり、「夕食の野菜摂取」においても「排便習慣」との相関がみられました。野菜を食べない方が、排便習慣が乱れている様子です。

子どもの排便習慣の乱れにおいては、「野菜摂取」が大きなキーワードとなっていることが推察されます。

表① 朝食摂取と排便習慣



表② 好き嫌いと排便習慣



表③ 夕食の野菜摂取と排便習慣

