

平成26年度 宇和島保育園食事調査集計

● 調査対象保育園 (調査回収人数)

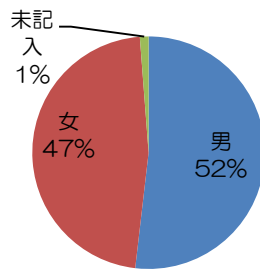
宇和島エリア				吉田エリア		三間エリア		津島エリア	
公 営		社会福祉法人							
高光保育園	44	済美保育園	147	吉田愛児園	76	三間保育園	78	岩松保育園	106
美德保育園	60	立正保育園	153	奥南保育園	38	成妙保育園	29	嵐保育園	36
大浦保育園	61	尾串保育園	138	喜佐方保育園	30	二名保育園	47	北灘保育園	26
みゆき保育園	53	丸穂保育園	167	たちばな保育園	21				
甘崎保育園	37	石丸保育園	133	玉津保育園	22				
小池保育園	33	元気の泉保育園	169						
三浦保育園	21								
合計	309	合計	907	合計	187	合計	154	合計	168

へき地保育所	
戸島保育所	12
日振島保育所	5
合計	17

集計総数 1742名 (配布数1789名) 回収率97.4%

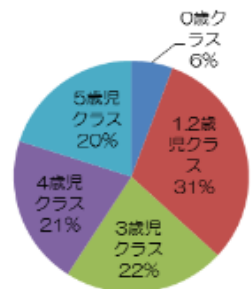
● 性別

男	903
女	818
未記入	21
総計	1742



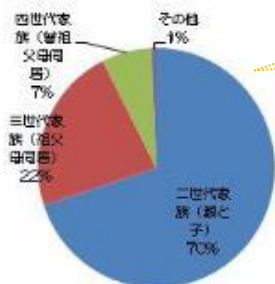
● 年齢

0歳クラス	99
1.2歳児クラス	541
3歳児クラス	387
4歳児クラス	362
5歳児クラス	348
(空白)	5
総計	1742



● 同居家族

二世世代家族 (親と子)	1238
三世世代家族 (祖父母同居)	361
四世代家族 (曾祖父母同居)	96
その他	17
未記入	30
総計	1742



全体の7割が核家族です。

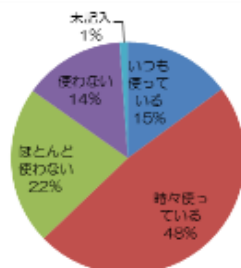
- ・ 姉夫婦と同居
- ・ 曾祖母同居
- ・ 叔母、いとこ、親、子、祖父



《離乳期についての質問》

● 天然だしを使っていますか？

いつも使っている	259
時々使っている	835
ほとんど使わない	384
使わない	244
未記入	20
総計	1742



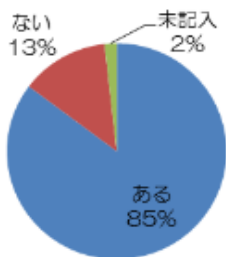
● ほとんど使わない・使わない理由

- ・ 面倒くさい、大変、手間・・・45
- ・ 簡単(市販だし)、手軽、時短・・・22
- ・ 時間ない・・・21
- ・ お金がかかる・・・9
- ・ 粉末だしで十分、こだわらない、美味しい・・・9
- ・ かつお節や昆布がもったいない
- ・ 取方を知らない・家がない
- ・ 上手く取れなかった

「いつも使っている」保護者は15%

● ベビーフードを使ったことがあるか？

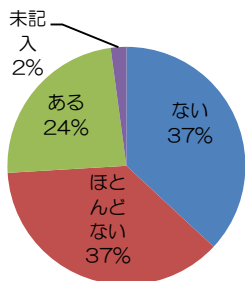
ある	1485
ない	226
未記入	31
総計	1742



ベビーフードを使ったことのある保護者は**85%**

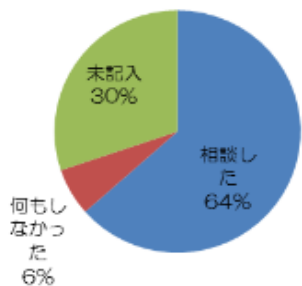
● 離乳食作りを負担に感じたことがありましたか？

ない	643
ほとんどない	647
ある	415
未記入	37
総計	1742

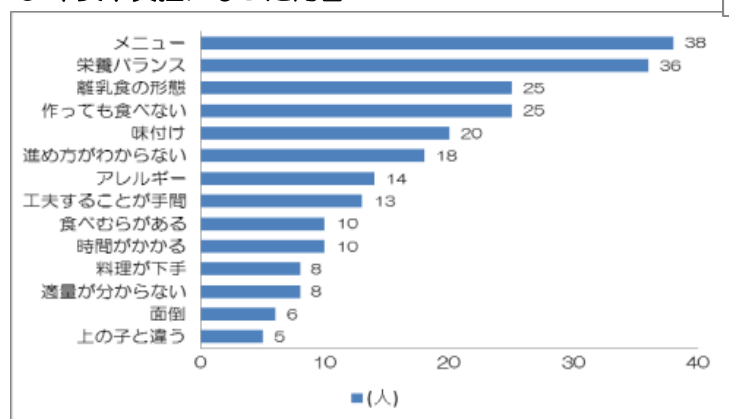


離乳食作りを負担と思った保護者は**24%**

● 相談した人の割合



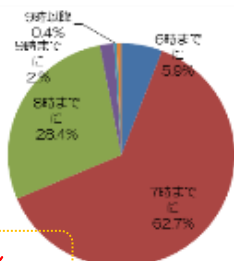
● 不安や負担になった内容



《生活習慣病からの質問》

● お子さんは何時ごろ寝ますか？

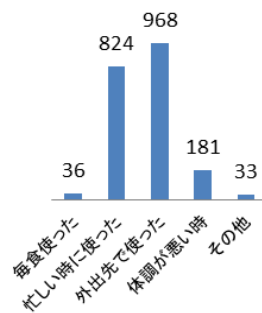
6時までに	102
7時までに	1093
8時までに	494
9時までに	35
9時以降	7
未記入	11
総計	1742



7時までに起きる子どもは**63%**

● ベビーフードはどのように使いましたか？(複数回答)

毎食使った	36
忙しい時に使った	824
外出先で使った	968
体調が悪い時	181
その他	33
総計	2042

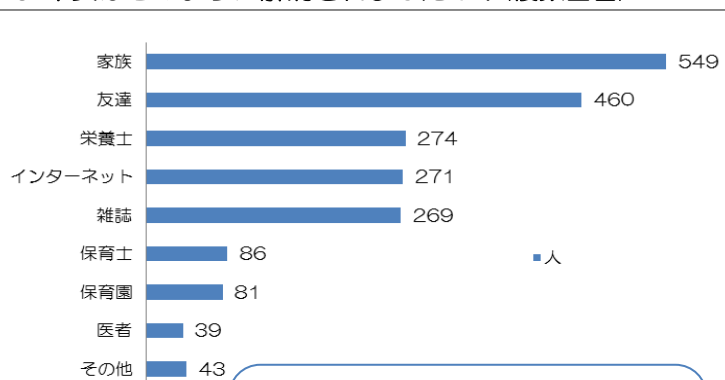


毎食使った保護者は**36人**

(その他の使い方)

- ・栄養バランスの足し、サプリ感覚
- ・メニューに苦勞をしたとき
- ・月齢に合った形態や固さ、味を知るため
- ・食べてくれなかったとき
- ・味に変化をつける
- ・食事作りができなかったとき

● 不安はどのように解消されましたか？(複数回答)

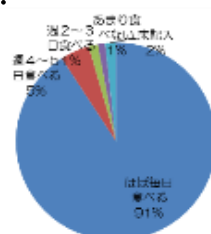


(その他)

- ・ベビーフードに頼った
- ・具合を見ながら工夫した
- ・離乳食の本を活用した

● お子さんは、朝ごはんを食べますか？

ほぼ毎日食べる	1583
週4~5日食べる	82
週2~3日食べる	26
あまり食べない	20
未記入	31
総計	1742

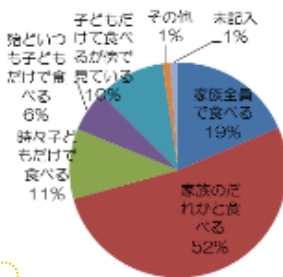


ほぼ毎日朝食を食べる子どもは**91%**

● 朝食は誰と一緒に食べますか

家族全員で食べる	324
家族のどれかと食べる	907
時々子どもだけで食べる	184
殆どいつも子どもだけで食べる	109
子どもだけで食べるが傍で見ている	177
その他	20
未記入	21
総計	1742

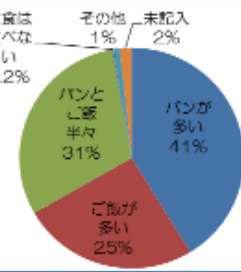
家族全員で食べる子どもは約20%



● 朝食の主食は何ですか?

パンが多い	719
ご飯が多い	443
パンとご飯半々	531
主食は食べない	3
その他	16
未記入	30
総計	1742

ご飯食は25%
昨年変化はありません

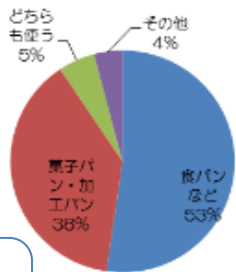


その他内訳
・ゼリー・ホットケーキ
・母乳・食べていない

● パンの種類

食パンなど甘くないパン	485
菓子パン・加工パン	355
どちらも使う	49
その他	38
未記入	822
合計	1749

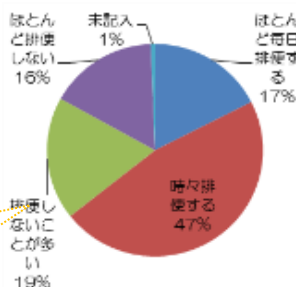
その他
・サンドイッチ
・パンとご飯を一緒に食べる



● お子さんは、保育園に登園する前に排便しますか?

ほとんど毎日排便する	305
時々排便する	816
排便しないことが多い	326
ほとんど排便しない	284
未記入	11
総計	1742

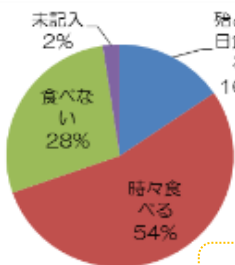
毎日排便する子は17%
殆ど排便をしない子どもは
わずか減少しました。



● お子さんは夕食後から寝るまでに何か食べますか?

殆ど毎日食べる	270
時々食べる	943
食べない	487
未記入	42
総計	1742

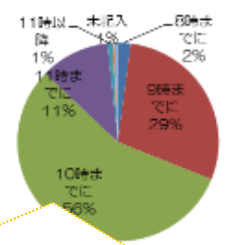
間食を食べない子どもは
28%



● お子さんは、何時頃寝ますか?

8時までに	35
9時までに	507
10時までに	976
11時までに	194
11時以降	14
その他	4
未記入	12
総計	1742

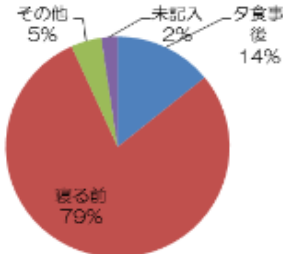
9時までに寝る子どもは31%、10時以降の就寝が増加しました。



● 夕食後の歯磨きはいつしますか?

食事後におこなう	247
寝る前におこなう	1377
その他	77
未記入	41
総計	1742

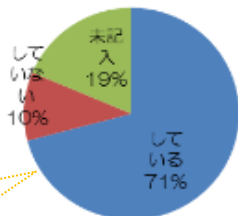
その他
・入浴中・時間のある時
・決まっていない・あまりできていな



● 仕上げ磨きをしますか?

している	1235
していない	182
未記入	325
総計	1742

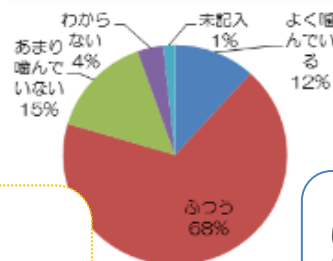
仕上げ磨きをおこなう
保護者は71%



● お子さんは、よく噛んで食事をしますか?

良く噛んでいる	205
普通	1181
あまり噛んでいない	261
わからない	65
未記入	30
総計	1742

「良く噛んでいる」子どもは12%
「あまり噛んでいない」子どもは15%

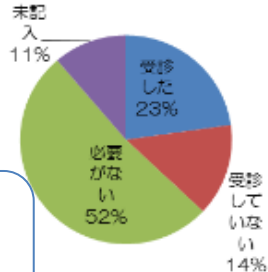


● 保育園の 歯科検診の結果から受診をしましたか?

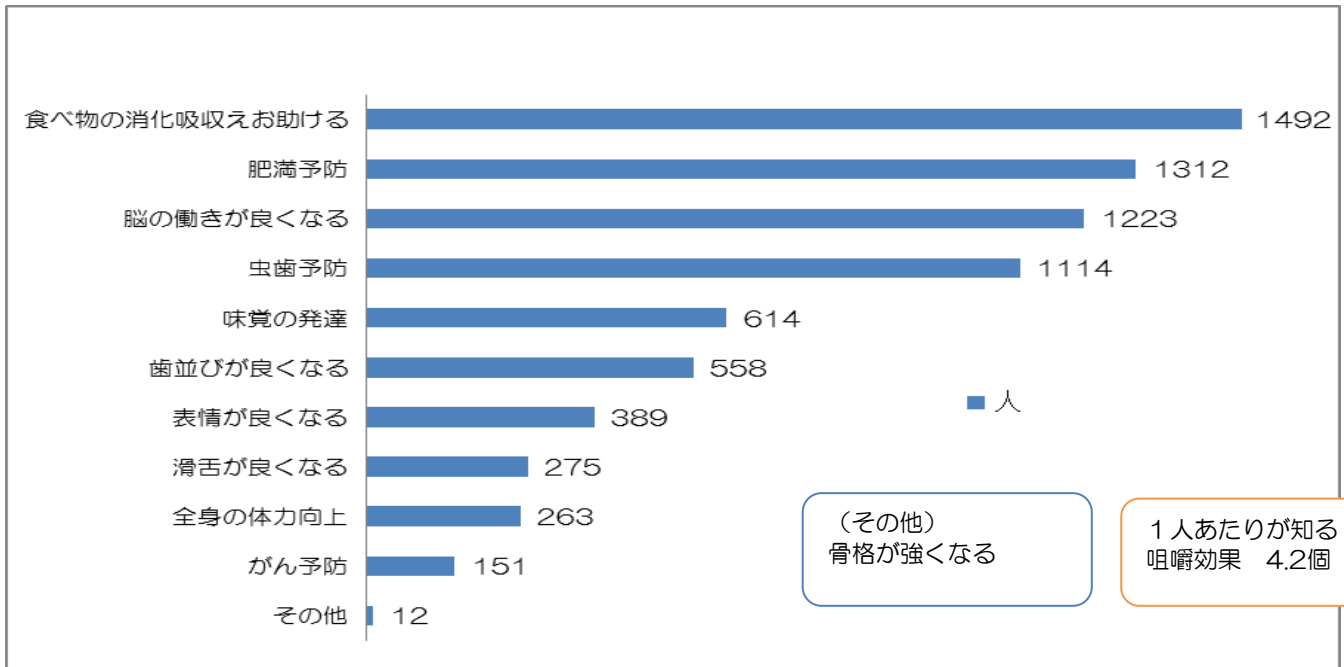
受診した	396
受診していない	249
必要がない	901
未記入	196
合計	1742

(未受診の理由)

・予約済み・仕事の都合や、兄弟が
いて行く時間がない・結果を知らない
・本人がいやだという



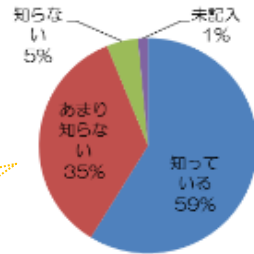
● 噛むことによりどのような影響（効果）があると思いますか？(複数回答)



《調理部会取り組みからの質問》

● 郷土料理を知っていますか

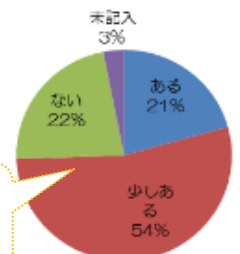
知っている	1024
あまり知らない	611
知らない	81
未記入	26
合計	1742



郷土料理の認知度は
59%

● 郷土料理に興味はありますか？

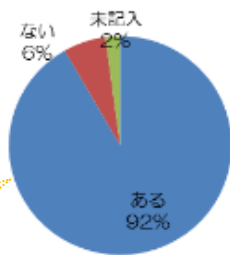
ある	360
少しある	937
ない	391
未記入	54
合計	1742



郷土料理に興味を持つ保
護者は**75%**

● 郷土料理を食べたことはありますか？

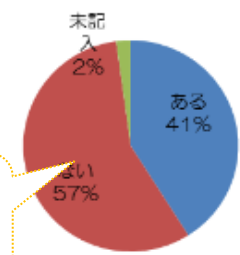
ある	1500
ない	101
未記入	35
合計	1636



郷土料理に興味のある保
護者で食べたことのある
方は**92%**

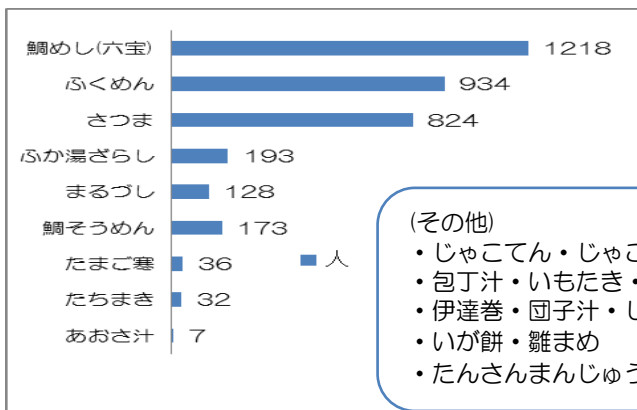
● 郷土料理を作ったことはありますか？

ある	671
ない	929
未記入	36
合計	1636

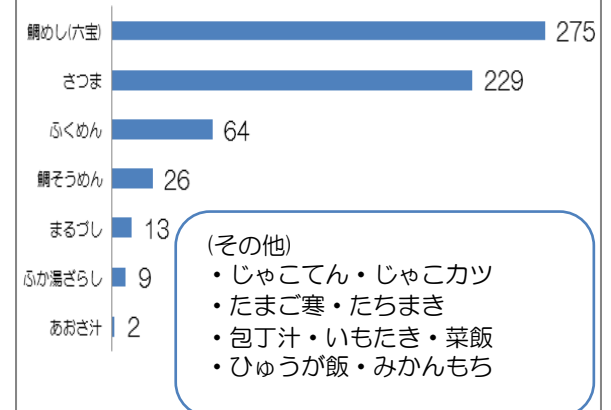


作ったことのある方は
41%半分以下

● 知っている郷土料理名

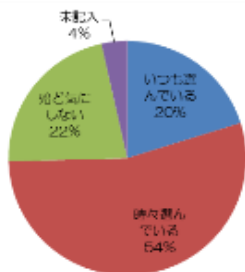


● 好きな郷土料理名



●地元食材を使っていますか？

いつも選んでいる	351
時々選んでいる	948
ほとんど気にしていない	382
未記入	61
合計	1742

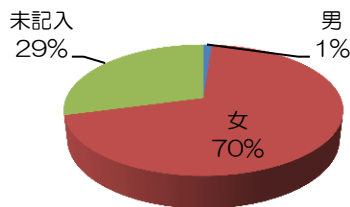


「いつも選ぶ」は20%

《宇和島市食育プランより》

●性別

男	20
女	1214
未記入	508
合計	1742

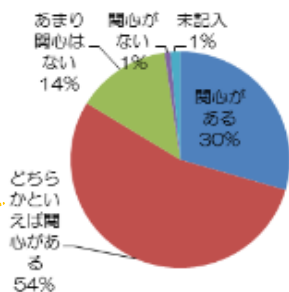


●年齢内訳

	男	女	性別未記入	合計
10代		7	1	8
20代	4	331	42	377
30代	10	750	128	888
40代	2	115	29	146
50代	3	1		4
60代		1		1
年齢未記入	1	9	308	318
合計	20	1214	508	1742

●食育に関心がありますか？

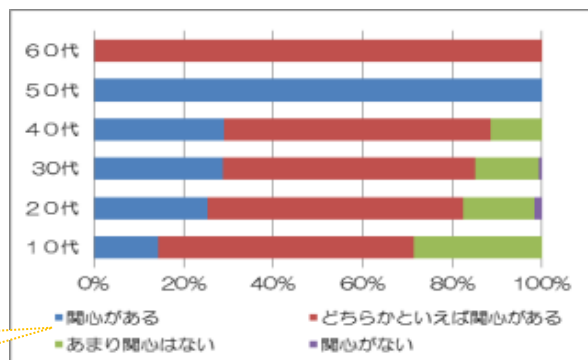
関心がある	514
どちらかといえば関心がある	945
あまり関心はない	243
関心がない	15
未記入	25
合計	1742



食育に関心のある保護者は84%

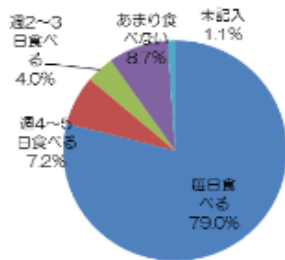
食育への関心は年齢とともに高くなっている

●年齢別関心度



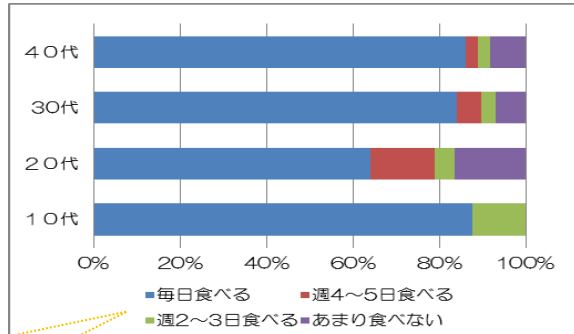
●朝食はとっていますか？

ほぼ毎日食べる	1376
週4～5日食べる	126
週2～3日食べる	70
あまり食べない	151
未記入	19
合計	1742



ほぼ毎日朝食をとっている人は79%

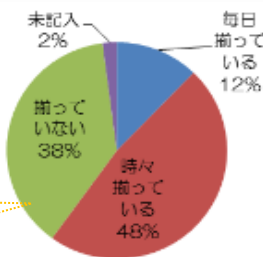
●年齢別喫食状況



毎日朝食をとる割合は20代が低い

●朝食は主食・主菜・副菜がそろっていますか？

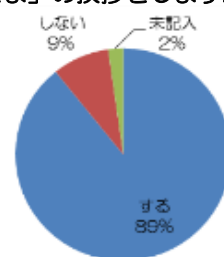
毎日揃っている	217
時々揃っている	846
揃っていない	672
未記入	37
合計	1742



主食・主菜・副菜の揃っている割合は12%

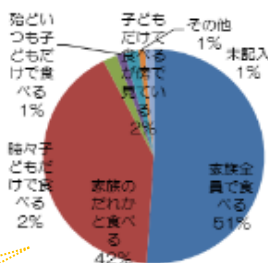
●「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をしますか？

する	1554
しない	149
未記入	39
合計	1742



● 夕食は家族揃って食べますか？

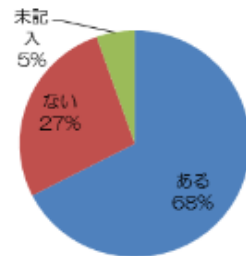
家族全員で食べる	889
家族のどれか(大人)と食べる	722
時々子どもだけで食べる	36
殆どいつも子どもだけで食べる	21
子どもだけで食べるが傍で見ている	35
その他	16
未記入	23
総計	1742



家族揃って食事をする家庭は
51%

● 家族の食事で気を付けていることはありますか？

ある	1175
ない	473
未記入	94
合計	1742



気を付けている方は**68%**

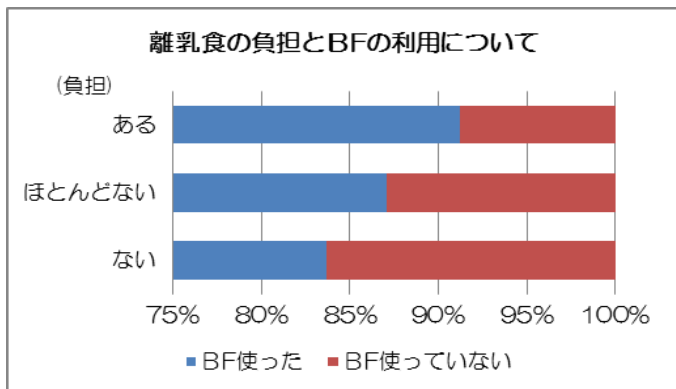
● 「食」について気になること

- ・食の安全・・・残留農薬、添加物、産地(輸入・国産・県内産)、生鮮野菜か冷凍か、添加物、環境ホルモン、化学調味料
- ・栄養面・・・バランス、偏食、食品やメニューの組み合わせ、塩分の摂り方と病気
- ・調理方法、メニュー・・・子どもが好きなメニュー、手軽なメニュー、保育園のメニュー、噛むためのメニュー
- ・マナー・・・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ、姿勢、はしの持ち方、食べ方
- ・アレルギー・・・代替食品の選び方、使い方
- ・その他・・・孤食や偏食が及ぼすこれからの影響、家計、子どもが美味しく食べてくれるコツ、料理が下手子どもが食べてくれない

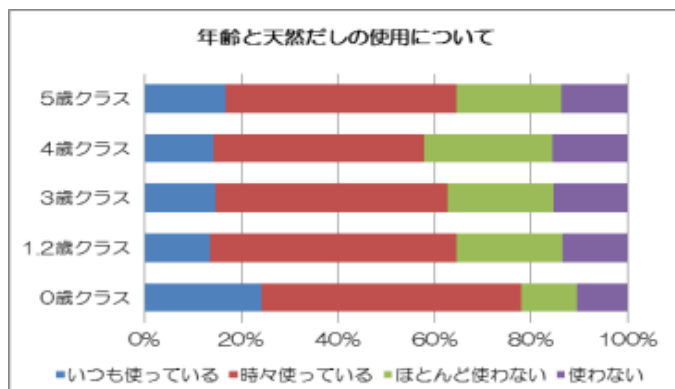
● 家族に気を付けていること

- ①栄養バランス(117)・野菜を必ず使う、魚を積極的に食べる、揚げ物を控える、食材をたくさん使う、一汁二菜・三菜を心がける、3食食べる、三角食べをする、嫌いなものも一口は食べる
嫌いな食材も使う、油の使い過ぎに注意する
- ②マナー(92)・・・箸の持ち方、食べる姿勢、食べ方、テレビを消す、座って食べる、残さず食べる、肘をつかない
- ③みんなで楽しく一緒に食べる(49)・・・会話を心がける(メニューや食材、今日の出来事など)、明るい雰囲気にする
- ④味付け(40)・・・だしを使った薄味、特定の調味料を使いすぎない(ケチャップやマヨネーズ、砂糖、油)
- ⑤食の安全(29)・・・国産、地場産物、旬の食品を使う、冷凍食品を避ける、食品添加物をチェックをする
- ⑥噛むこと(16)・・・よく噛むように声掛けをする、噛めるメニューを作る、食材の切り方を考える
- ⑦盛り付け(9)・・・見て楽しく美味しそうに工夫する、彩、切り方などを工夫する、子どもに合う
- その他・・・孤食、手作りを心がける、和食を中心とする、旬の物を使う、食事時間を決める
行事食を食べる、感謝の気持ちを持つ、褒める、お手伝いをさせる、子どもの前で偏食しない

① 離乳期について



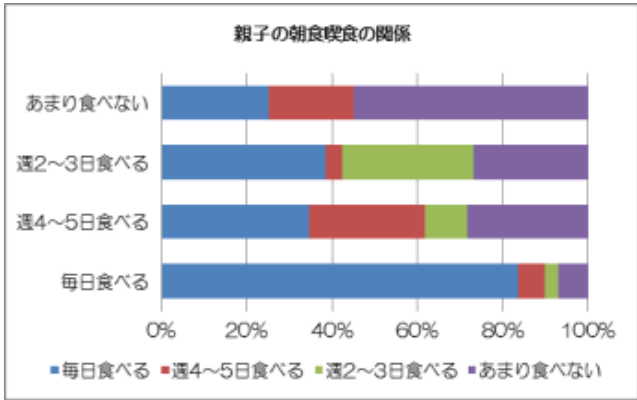
離乳食を負担と思う人ほど、BFを使用する割合が高いようです。



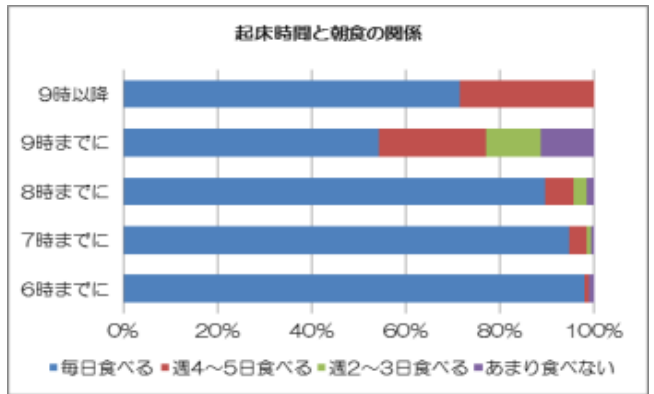
0歳を過ぎると天然だしの使用は減少するようです。

天然だしの使用は、年齢が上がるにつれ減少しています。天然だしは、年齢に関係なく継続して使うことが健康づくりに繋がります。
だしの良さを広く普及させる必要があるようです。また、離乳食作りはベビーフードを利用しても、負担とを感じる保護者もいるようですが、負担と感しない方は、BFの利用は低いようです。

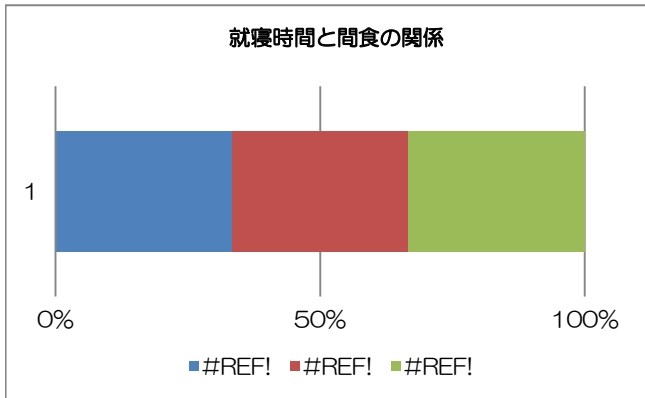
② 食習慣と生活リズムについて



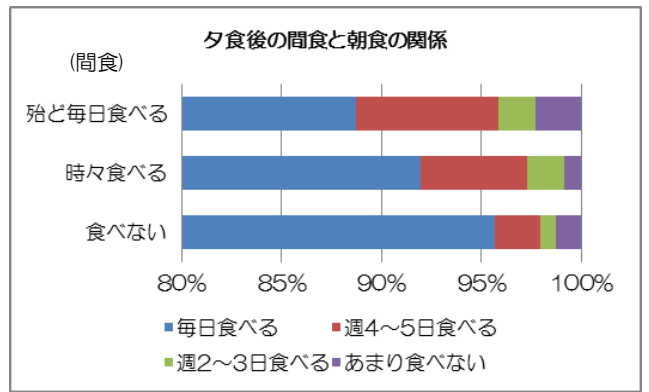
朝食の喫食状況を親子で見ると、親が食べる家庭では、8割以上の子どもが朝食を食べています。



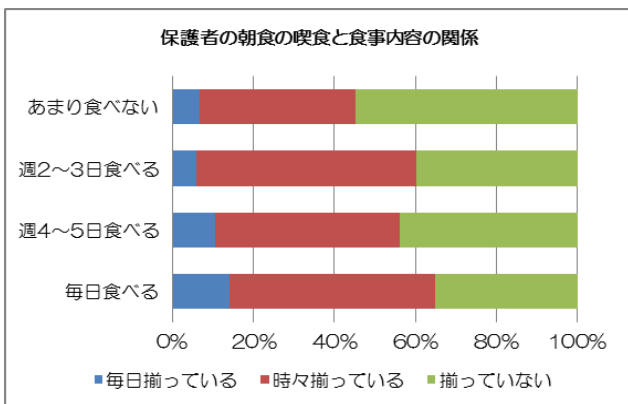
起床時間が遅くなるにつれ、欠食の割合が高くなります。



就寝時間が遅くなるにつれ、間食を食べる割合が高くなります。



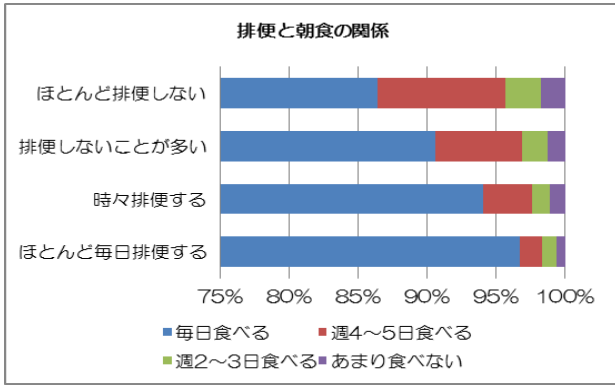
夕食後に間食を食べる子どもほど、朝食の欠食割合が高くなるようです。



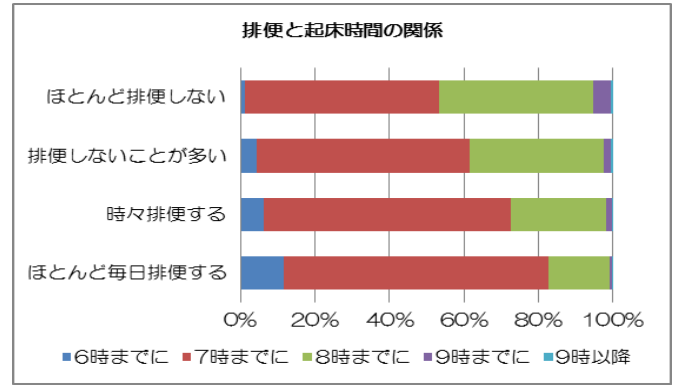
保護者が朝食を摂っている家庭ほど、朝食の内容が整っているようです。

「早寝」の子どもは「早起き」になり、「朝食を食べる」ということが何え、生活リズムの大切さがよくわかります。また、「早寝」「早起き」の子どもは夕食後の間食を食べる割合も低いようです。空腹状態で目覚めた体は、「食べる」という体制が整っているため、朝食をしっかり摂る事ができます。また、食事の内容については、に関係があるようです。

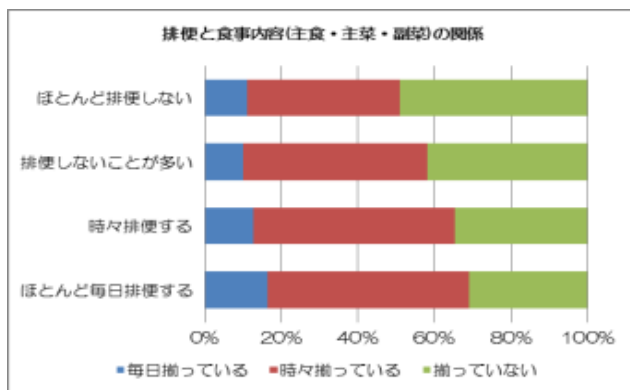
③ 排便習慣について



朝食を食べる子どもは、排便する割合が高くなっています。



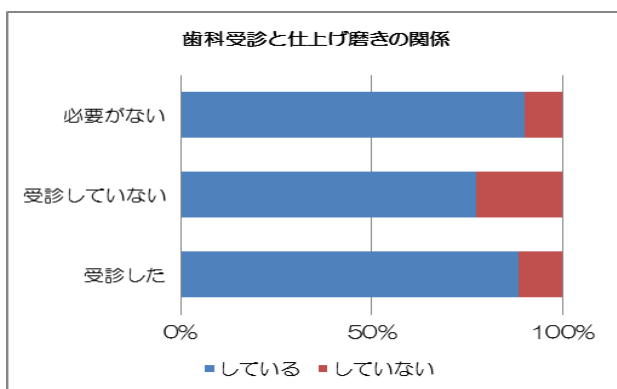
起床時間が遅くなるにつれ、排便する子どもの割合が低くなります。



登園前に排便習慣のある子どもは、朝食の内容が揃っている割合が高いようです。

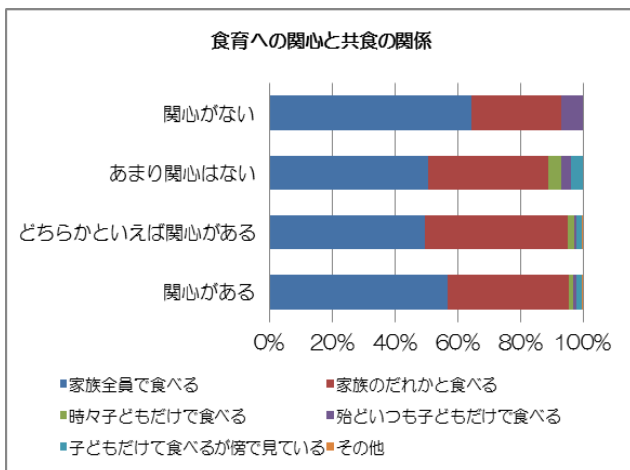
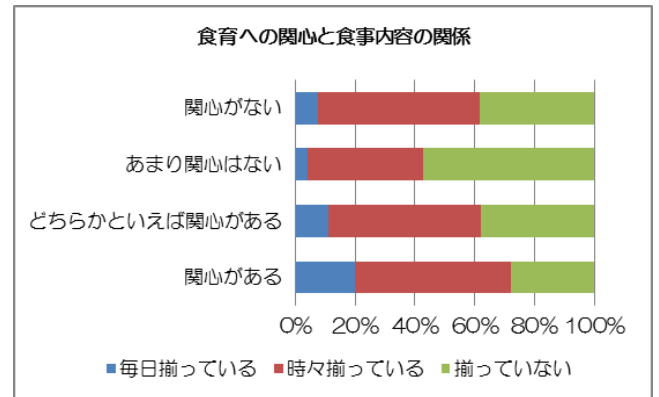
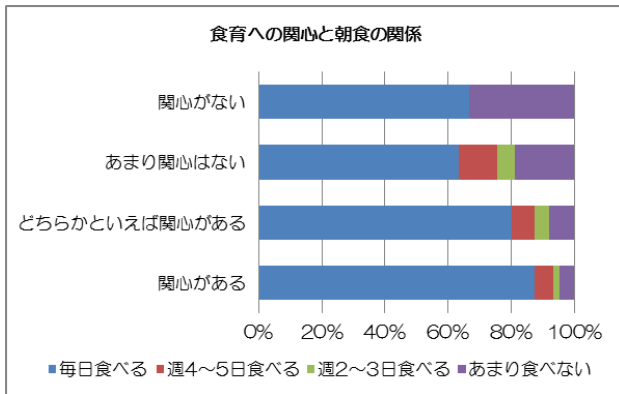
排便習慣を整えるには、時間・朝食・朝食の内容が関係しているようです。
朝は早起きし、ゆとりを持つことが大切です。

④ 歯磨き習慣について



仕上げ磨きをしている場合は、健診後の受診を行っている割合と共に、受診の必要がない割合も高くなっています。

⑤ 食育への関心度について



食育への関心が高い保護者は、朝食の喫食割合が高く、食事内容が整っているようです。

共食(家族一緒に食べる)については、食育への関心とは別に多くの保護者が、一緒に食べることを心がけているようです。