



新田こばと園 2026 年 1 月号

先日はお忙しいなか、アンケートにご協力いただきありがとうございました。ご意見の中には、給食や食育活動に日ごろからご理解してくださる保護者の方が多く、大変心強く感じました。協力していただいたアンケートのご意見・ご感想は、これからの給食づくりや食育活動の参考にさせていただきたいと思います。アンケート集計結果は以下の通りです。

【調査期日】 12 月 1 日～12 月 10 日  
【調査対象】 全園児 109 名  
【回収数】 83 件 【回収率】 76.1%

■園での利用時間はどちらですか

選択肢	人数	割合
基本時間（7 時 00 分～18 時 00 分の間）	71	86%
延長保育を利用	12	14%

■平均睡眠時間はどのくらいですか

選択肢	人数	割合
7 時間以下	0	0%
7～8 時間	18	22%
9～10 時間	55	66%
10 時間以上	10	12%

■お子さんの排便は規則的にありますか

選択肢	人数	割合
毎日ある	51	61%
2～3 日に 1 回	23	28%
不規則	9	11%

■朝食は毎日食べますか

選択肢	人数	割合
毎日	80	96%
時々	3	4%
食べない	0	0%

■朝食を食べる場合、主食の他にどんなおかずを食べていますか（複数回答可）

選択肢	人数	割合
主食（ご飯やパン、シリアルなど）のみが多い	50	60%
主菜（肉、魚、卵、大豆製品など）	42	51%
副菜（サラダ、お浸しなど）	16	19%
乳製品（牛乳、ヨーグルト）	61	73%
果実	46	55%



■朝食を食べる場合、誰と食べますか

選択肢	人数	割合
家族全員で	13	16%
大人の誰かと	39	47%
子どもだけで（兄弟姉妹含む）	31	37%

■食事中にテレビをつけていますか

選択肢	人数	割合
はい	42	51%
いいえ	41	49%

■ご家庭での魚料理の頻度はどのぐらいですか

選択肢	人数	割合
週に5回以上	0	0%
週に3～4回	14	17%
週に1～2回	59	71%
ほとんど食べていない	10	12%

■お子さんの好きな食べ物は何ですか（具体的に3つ）

肉料理（から揚げ、ウインナー、餃子、肉じゃが、豚汁等）37 票  
 果物（いちご、バナナ、みかん等）33 票  
 野菜（トマト、ブロッコリー、ポテト、かぼちゃ等）22 票  
 麺類（焼きそば、ラーメン、うどん等）18 票  
 魚料理（焼き魚、あさり等）15 票  
 納豆 13 票  
 ご飯（白米、炊込みご飯、チャーハン、おにぎり、おかゆ等）13 票  
 乳製品（ヨーグルト、牛乳、チーズ等）10 票  
 お菓子（チョコレート、プリン、ゼリー、アイス等）8 票  
 卵料理（卵焼き、オムライス等） 7 票  
 カレーライス 7 票  
 豆腐料理（高野豆腐の含め煮、みそ汁、肉豆腐等）6 票  
 パン（パン、ピザ等）5 票

■お子さんの嫌いな食べ物は何ですか（具体的に3つ）

野菜全般（きのこ、葉物野菜、根菜）50 票  
 肉 15 票  
 果物全般 10 票  
 魚 6 票  
 豆腐 4 票  
 麺類 3 票  
 卵料理 2 票  
 納豆 2 票  
 あんこ 2 票  
 白米 1 票  
 牛乳 1 票



■お箸は何歳から使っていますか。使っていない場合は何歳から使う予定ですか

選択肢	人数	割合
1 歳児	2	2%
2 歳児	26	31%
3 歳児	32	39%
4 歳児	12	14%
5 歳児以降	11	13%

■お子さんの食事について気になるところがありますか（複数回答可）

選択肢	人数	割合
好き嫌い	38	46%
少食	13	16%
食べ過ぎ	9	11%
遊び食べ	24	29%
食事のマナー	27	33%
食べムラ	40	48%
時間がかかる	30	36%
その他	13	16%

＜その他の回答＞

- ・ 食べるのがはやい
- ・ お菓子を欲しがる
- ・ 食事に集中できない
- ・ 食わず嫌い
- ・ 手を使う
- ・ 食べさせてほしがる
- ・ 箸の持ち方

■園からの働きかけで参考になっている行事はどれですか（複数回答可）

選択肢	人数	割合
予定献立表	46	55%
給食展示	54	65%
給食だより	35	42%
試食会（2 歳児、4 歳児対象）	17	20%
レシピ紹介	24	29%
野菜栽培	27	33%
クッキング活動	38	46%
食育講話（手洗い実験、お箸の使い方など）	32	39%
絵本給食	11	13%
世界の料理	11	13%



◆その他、ご感想などお聞かせください（多数回答有）

- ・家では食べなかったものが保育園だと食べられたり、食育で実際に触れてみたり、先生方の工夫によって親子共に助けられています。
- ・おうちではなかなかとれない食材だったり栄養だったりで大助かりです。本人も降園する際に給食を指さしてこれ食べたよと意思表示してきて、美味しかったんだな。と見ています。
- ・いつも給食とおやつを楽しみにしています。家では食べない野菜や果物も保育園では食べているようで大変助かっています。家庭でも工夫して好き嫌いを少なくしていきたいです。
- ・給食を展示していただいているおかげで子どもが何を完食したか量や食材を参考にしています。子どもも帰りに今日の給食を見ながら嬉しそうに報告してくれるので良いコミュニケーションになっています。
- ・家では偏食で野菜を全く食べてくれず困っていますが、園では何でも食べているとこので、園では楽しい給食の時間を過ごしているんだなと感じています。
- ・園では周りの先生たちの働きかけで、「嫌いなものが今日は1個食べられた」という日があるようで大変感謝しております。
- ・美味しかったものなど教えてくれるので献立の参考にさせていただいています。
- ・少しずつ食べられる(食べようとする)メニューも増えてきているようで、毎日の保育園での積み重ねと環境によるものかな、と感じています。今は食べられなくても、これから少しずつ食べられるものが増えてくれればいいな、と思っています。
- ・家では食べないものも園では食べてくれることもあるので栄養の面でも大変助かります。日々の給食展示や試食会は大きさなどの参考になります。
- ・家では食べない物を園では食べていたり、おかわりもしたりしていて、園の給食は美味しく楽しく食べているんだなと感謝の気持ちでいっぱいです。
- ・先生が好き嫌いを気にかけくださっており、いつもありがとうございます。

→沢山のうれしいコメントありがとうございます。園では、子どもの成長に欠かせない栄養はもちろんのこと、旬や色彩なども考え変化に富んだ献立になるように工夫しています。日本特有の食事を体験できるように七草粥や節分、ひなまつり、もちつきなどの行事食も取り入れています。

気になる献立がありましたら、栄養士や保育教諭に気軽にお声をかけてください。レシピを配布しますので、ぜひ、お家でも作ってみてください。

・食育で直接野菜を見たり触ったりしてから、ちぎったりさせてもらえてるので、家でも作ってる様子を見に来た時に、知ってる野菜だと名前を言ったり、「ちぎちぎした」と食育の時の事を言っています。お家でも、お手伝いしたいと野菜に興味を持ってくれるのでこれからも続けて欲しい活動です。

・娘にとって食育活動がすごく身になっていると感じています！先日の白菜ちぎりではその後の白菜スープもたくさん食べた聞き、家では白菜はすぐに口から出してしまい嫌いだと思っていたので驚きました！また、その前のクラッシュゼリー作りも、家ではゼリーは嫌がっていたのにその活動後からすごく食べるようになりました。いろいろな経験をさせていただき本当にありがとうございます。

・日頃より食へ興味を持ってくれるような楽しい工夫をして頂き、ありがとうございます。園で教わってきた事を楽しそうに話してくれる事が増えています。

→日々の給食や食育活動にご理解してくださる保護者の方が多く大変心強く感じました。ありがとうございます。

子ども達が生涯を通して「食」について自ら考え判断する力をつけるためにも、「食育」が果たす役割は少なくありません。また、園での食育は、独立した体験の積み重ねではなく、ねらいをふまえ取り組んでいます。今後も様々な活動を考えていますので、楽しみにしててください。ご家庭でも、園での食育を話題にして、楽しんでいただけたら嬉しく思います。

その他、食に関するお悩みがあれば、お気軽にご相談ください。



# 食育活動報告



## ～なんのにおい～ ひまわり組（3歳児）

絵本“このにおいなんのにおい”から楽しんで活動に参加していた子ども達。紙コップを手に取り、「おいしいにおいがする！」「カレーかな？」と友だちと相談しながら中の食材を考える姿がみられました。食べ物の匂いに興味を持ち、様々な香りがあることに気づく、いい機会になりました。



## ～講話 三色食品群～ ゆり組（5歳児）

食品を「赤」「黄」「緑」の3色に分類し、各群の食品の種類や働き、食べ物と体の関係について学びました。3色食品群とは、見た目の色ではなく、食べ物に含まれる栄養素の働きをもとに「赤」「黄」「緑」3つの色に分類したものです。この3色をまんべんなく食べることで、栄養バランスが整う目安になります。

紙芝居“たべものランドのおまつりだ”をみて、食べ物の働きに興味津々の子ども達。栄養士の3色食品群の話では、「お肉は赤！」「ご飯は元気もりもり」「トマトは赤色じゃなくて緑の食べ物だよ」などの会話する様子がみられました。

寒くなったら、ゆり組のみんなで材料を考えた栄養満点のクッキングをしたいと考えています♪

