

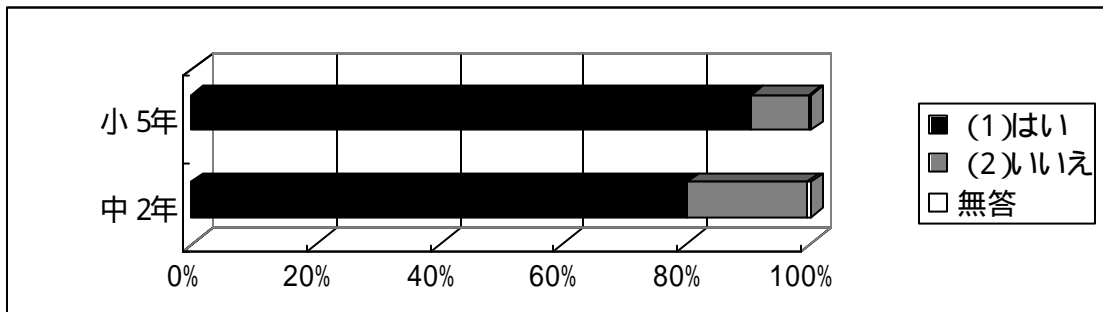
# 食生活状況調査

海部地区栄養教諭・学校栄養職員研究協議会

海部地区栄養教諭・学校栄養職員研究協議会では、5年ごとに、児童生徒及び保護者の方を対象に食生活状況調査を行っています。平成16年度の結果から、その一部をご覧ください。この調査結果をその後の家庭への啓発活動や、児童生徒の「食に関する指導」に生かしています。

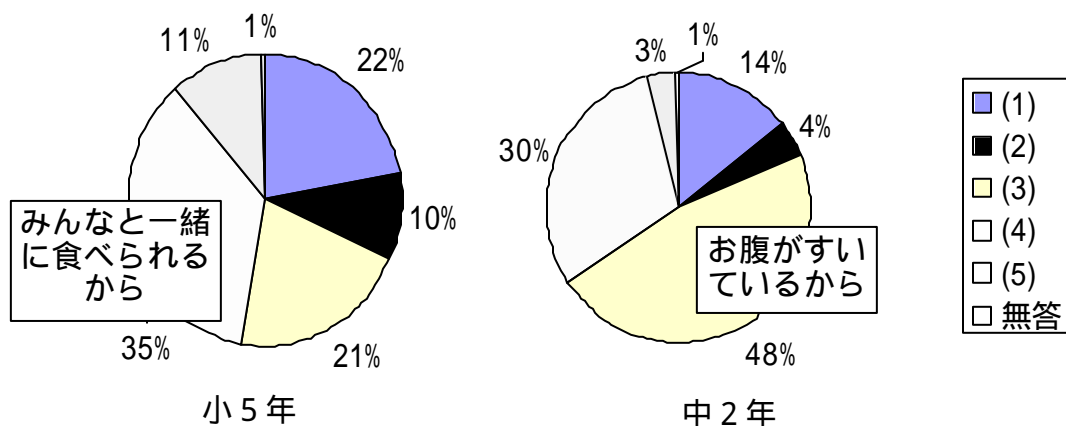
## 児童・生徒

問2 給食の時間が楽しみですか。



問3 問2で「はい」と答えた人は、その理由は何ですか。

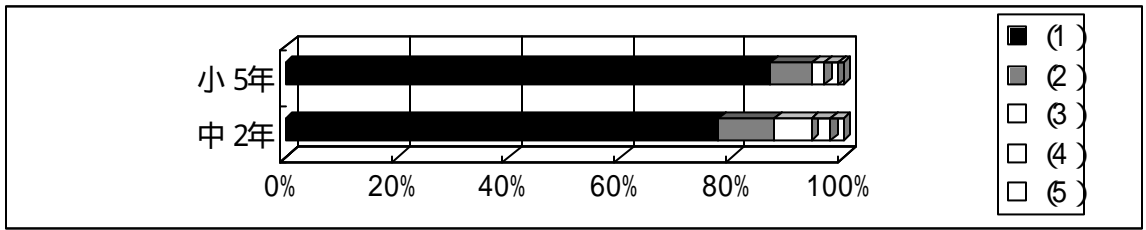
- (1)おいしいから
- (2)好きな物がでるから
- (3)お腹がすいているから
- (4)みんなと一緒に食べられるから
- (5)栄養バランスがとれていて、健康に良いから



小学校5年生で約90%、中学校2年生で約80%が給食の時間を楽しみにしているという結果でした。その理由として小学生は「みんなと一緒に食べられるから」、中学生は「お腹がすいているから」という意見が多くありました。

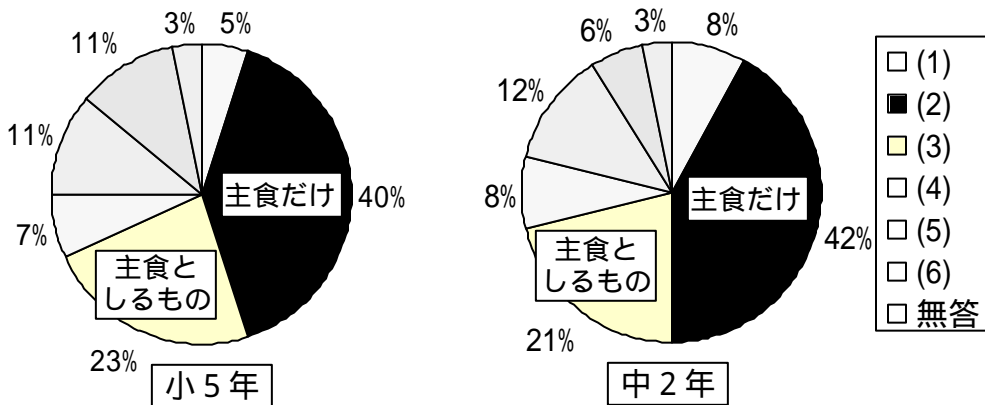
問6 あなたは、週にどのくらい朝食を食べていますか。

- (1)毎日食べる
- (2)週に5~6回食べる
- (3)週に3~4回食べる
- (4)週に1~2回食べる
- (5)食べない

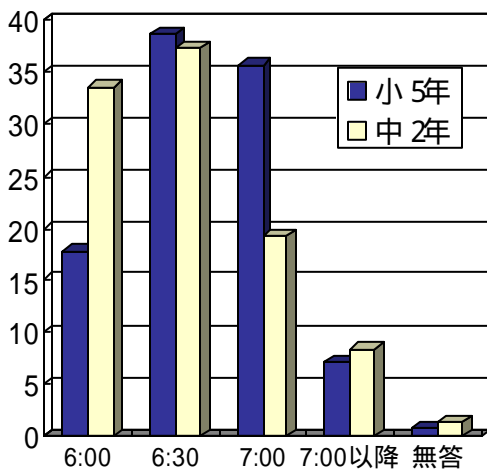


問8 問6で(1)~(4)と答えた人は、朝食にはどんなものを食べていますか。

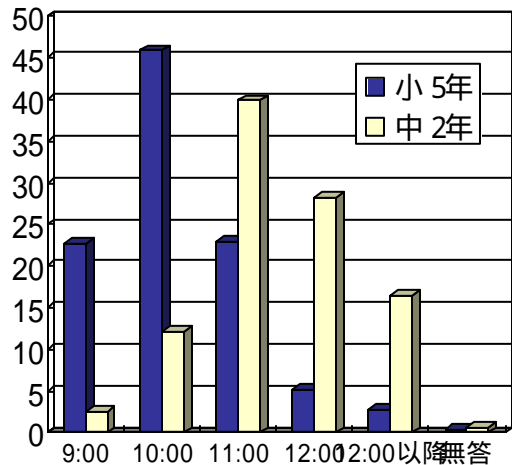
- (1)のみもの・くだものだけ
- (2)主食(ご飯・パン・めん)だけ
- (3)主食とするもの(みそしる・スープなど)
- (4)主食と野菜のおかず
- (5)主食とたまご・肉・さかな・豆などのおかず
- (6)主食とするものとたまご・肉・さかな・豆などのおかずと野菜のおかず



問28 朝は何時ごろに起きますか。  
(1週間平均して)



問29 夜は何時ごろまでに寝ますか。  
(1週間平均して)



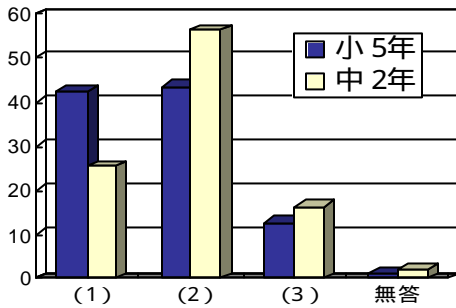
問33 家できれいな物がでたとき、どうしますか。

- (1)体のことを考えて食べる
- (2)料理によって食べる

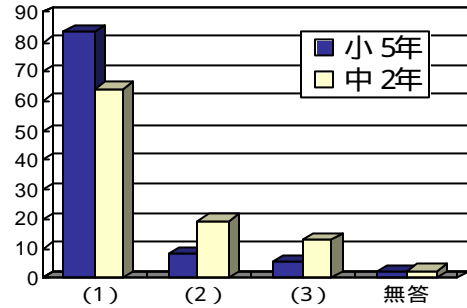
問34 学校のない日の食事は、きちんと食べていますか。

- (1)朝、昼、夕食の3回食べる

(3) 食べない



(2) 朝は食べない (3) 決まっていない



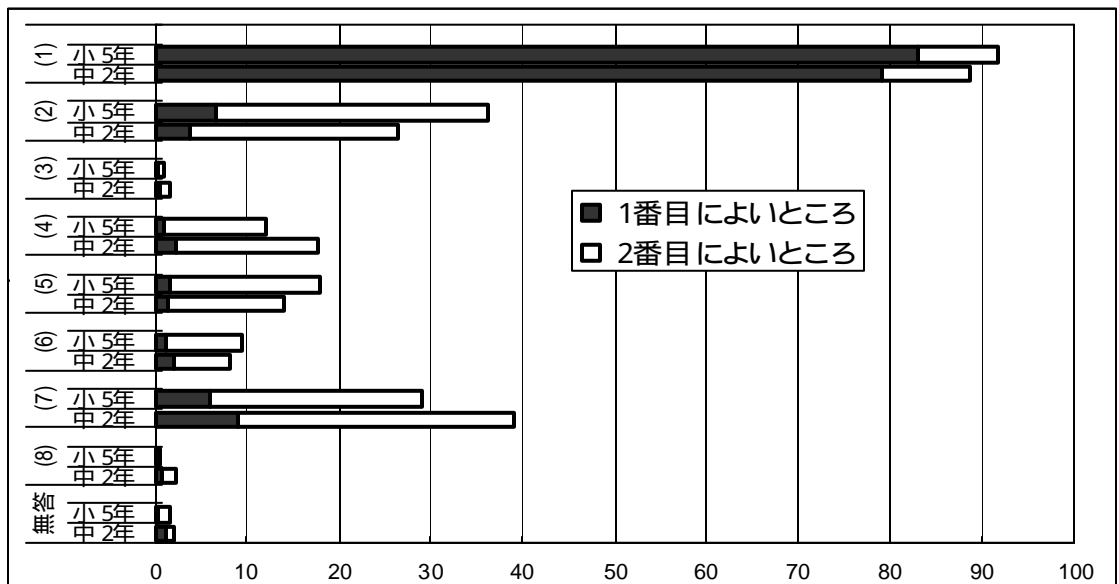
今回の調査で、朝食を毎日食べない児童生徒が、小学生で14%、中学生では24%みられました。また、食べていても「生食だけ」「生食と汁物だけ」という回答が多くみられました。

朝食は1日の活動源としてとても大切です。主食、主菜、副菜も組み合わせてバランスのよい食事をしたいものです。他の調査結果からも、朝食をきちんと食べている人は生活習慣が良い(就寝 起床時間が早く、目覚めも良く、体調も良く、排便も良い)ことがわかりました。特に成長の著しい時期だからこそ、からだをつくる朝、昼、夕、3回の食事を大切にしたいものです。

## 保護者

問3・4 学校給食でよいと思われる点は、どのようなことですか。

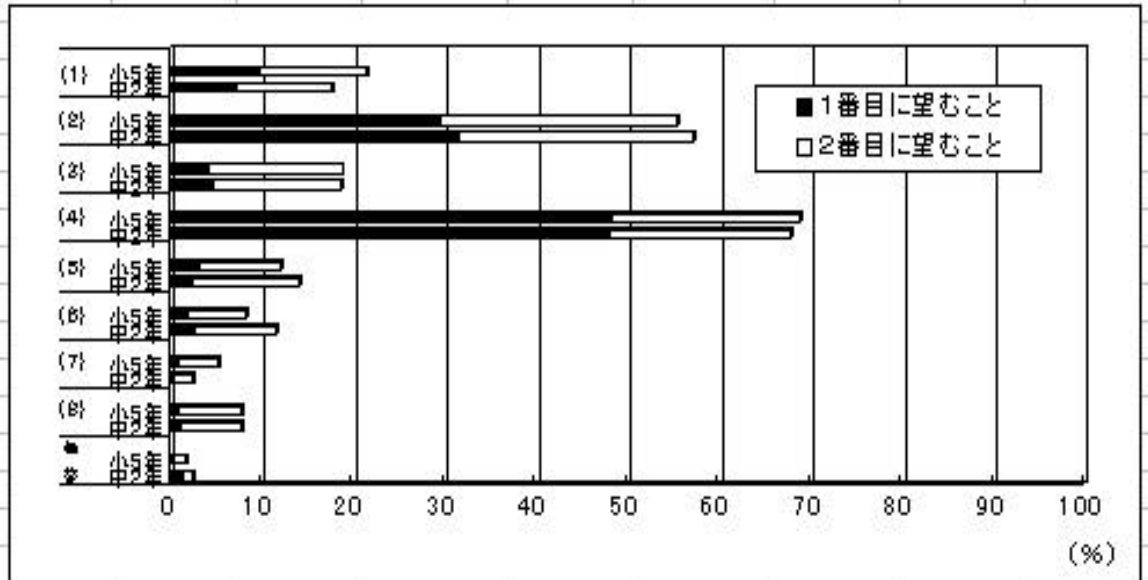
- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| (1) 栄養に配慮している       | (2) 好き嫌いがなくなる    |
| (3) 食事のマナーがよくなる     | (4) 経済的          |
| (5) 給食当番などの共同作業が出来る | (6) 友達と同じ物が食べられる |
| (7) 弁当を作らなくてすむ      | (8) 持にない         |



保護者の方が学校給食のよさとして選んだ理由は「栄養に配慮している」次に「弁当を作らなくてすむ」「好き嫌いがなくなる」の順でした。

問5・6 あなたは、学校給食にどのようなことを望みますか。

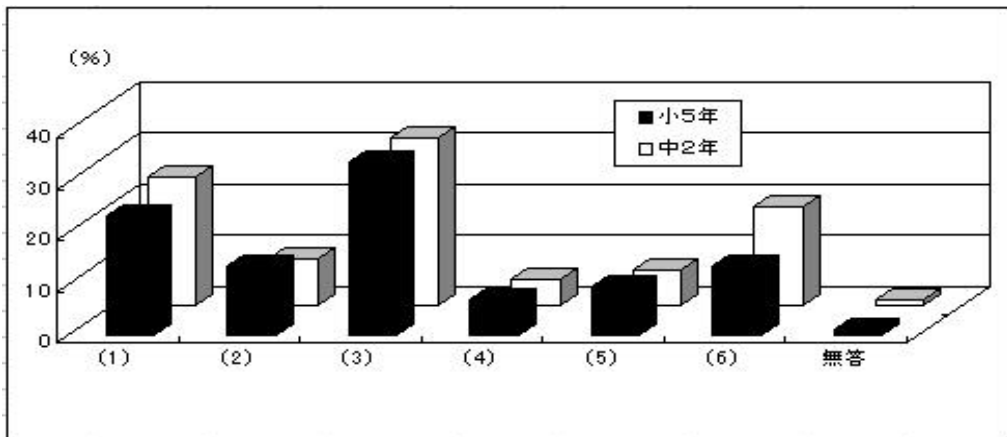
- (1)基本的なマナーを身につけさせて欲しい
- (2)栄養や食品に対する知識を身につけさせて欲しい
- (3)郷土食や伝統食を取り入れて欲しい
- (4)安全な食品を使用して欲しい
- (5)選択できる食事をもっと実施して欲しい
- (6)献立や味付けをもっと工夫して欲しい
- (7)試食会をもっと実施して欲しい
- (8)特にない



「安全な食品を使用して欲しい」、「栄養や食品に対する知識を身につけさせて欲しい」という意見が多くみられました。

問30 お子さんの食事では一番気になることはどれですか。

- (1)偏食
- (2)はしの持ち方
- (3)姿勢
- (4)少食
- (5)食べ過ぎ
- (6)特にない



調査結果から、学校給食については、「安全性」が一番に望まれており、児童生徒の食事については、「姿勢」や「はしの持ち方」といった食事のマナーの面が気になっているということがわかりました。マナーを守って、楽しく食事ができるようご家庭と連携をとって学校でも指導していきたいと思えます。