

令和7年度 食生活アンケート集計結果

令和7年度5月実施

いつも保育園運営にご協力いただきありがとうございます。

家庭における食生活の状況や当園の献立や食育について、皆様からいただいたご意見や感想を以下にまとめましたのでご覧ください。アンケートには子どもたちの感想も入れていただき、とても参考になりました。今後の給食・おやつ献立や食育活動の参考にさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

【回答結果】

クラス	めばえ 0歳児	ふたば 1歳児	わかば 2歳児	あおば 3歳児	しげり 4歳児	みのり 5歳児	全体
園児数	6人	10人	11人	12人	12人	12人	63人
回答数	5人	5人	8人	10人	7人	5人	41人
回答率	83%	50%	72%	83%	58%	41%	65%

1. 保育園の給食に対する満足度

【回答結果】

クラス	めばえ 0歳児	ふたば 1歳児	わかば 2歳児	あおば 3歳児	しげり 4歳児	みのり 5歳児	全体
大変満足	4人	4人	7人	8人	6人	5人	34人
やや満足	1人	2人	0人	2人	1人	0人	6人
どちらでもない	0人	0人	1人	0人	0人	0人	1人
やや不満	0人	0人	0人	0人	0人	0人	0人
大変不満	0人	0人	0人	0人	0人	0人	0人

2. 朝ごはんは主に何を食べていますか。

0歳児 めばえ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・野菜(煮)</li> <li>・ヨーグルト</li> <li>・フルーツ(いちご、バナナなど)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン、パン粥</li> <li>・ブロッコリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミルク</li> </ul>
1歳児 ふたば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・納豆</li> <li>・チーズ</li> <li>・フルーツ(バナナなど)</li> <li>・青汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・しらす</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミルク</li> <li>・スムージー(バナナ+牛乳かヨーグルト+果物野菜)</li> </ul>

2 歳 わ か ば 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン（菓子パン、ツナトースト）</li> <li>・シリアル</li> <li>・ごはん（おにぎり、卵かけごはん、納豆ごはん）</li> <li>・ブロッコリー</li> <li>・ポテト</li> <li>・フルーツ（バナナなど）</li> <li>・牛乳</li> <li>・ヨーグルト</li> <li>・チーズ</li> </ul>
3 歳 あ お ば 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・シリアル</li> <li>・ごはん（おにぎり、納豆ごはん）</li> <li>・たまご（卵焼き）</li> <li>・ウインナーやハム</li> <li>・納豆</li> <li>・お味噌汁</li> <li>・スープ（卵スープ、コーンスープ）</li> <li>・フルーツ（バナナ、ブドウ、キウイ、パイナップル）</li> <li>・ヨーグルト（いちごヨーグルト）</li> <li>・牛乳</li> <li>・麦茶</li> </ul>
4 歳 し げ り 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン、ツナトースト</li> <li>・うどん</li> <li>・ごはん（おにぎり、焼きおにぎり、卵かけごはん、納豆ごはん）</li> <li>・ウインナー</li> <li>・チキン</li> <li>・お味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> <li>・ゼリー</li> </ul>
5 歳 み の り 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・ごはん（おにぎり）</li> <li>・おもち</li> <li>・ハムなどの加工肉</li> <li>・納豆</li> <li>・卵</li> <li>・トマト</li> <li>・チーズ</li> <li>・ヨーグルト</li> <li>・フルーツ</li> </ul>

3. 家庭でお子さんがよく飲む飲み物をご記入ください。

0 歳 め ば え 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミルク</li> <li>・水</li> <li>・麦茶</li> </ul>
1 歳 ふ た ば 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・フォローアップミルク</li> <li>・水</li> <li>・りんごジュース</li> </ul>
2 歳 わ か ば 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・水</li> <li>・麦茶</li> <li>・果汁</li> <li>・ジュース、ピルクル</li> </ul>
3 歳 あ お ば 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・水</li> <li>・麦茶</li> <li>・フルーツ系ジュース（みかんジュースなど）</li> </ul>
4 歳 し げ り 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・水</li> <li>・麦茶</li> <li>・果汁</li> <li>・ぶどうジュース</li> </ul>
5 歳 み の り 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・水</li> <li>・麦茶</li> <li>・お茶</li> <li>・ジュース</li> <li>・フルーツジュース</li> <li>・ヤクルト</li> <li>・ミロ</li> <li>・炭酸飲料</li> </ul>

4. お子さんの好きな（よく食べる）食材、メニューについてご記入ください。

0 歳児 めばえ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パンケーキ ・ケチャップライス</li> <li>・ブロッコリー、にんじん、小松菜、さつまいも、とうもろこし</li> <li>・バナナなどフルーツ全般</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>
1 歳児 ふたば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・うどんなど小麦麺全般 ・パン</li> <li>・カレー ・ハンバーグ ・唐揚げ ・鮭</li> <li>・卵焼き ・豆腐 ・厚揚げ</li> <li>・根菜類の煮物 ・野菜（枝豆、トマトなど） ・なめこ</li> <li>・スープ ・果物</li> <li>・食べられるものはなんでも喜んで食べる</li> </ul>
2 歳児 わかば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麺類 ・白米 ・そばろごはん（たまご・鶏そばろ）</li> <li>・寿司（海老、たまご）</li> <li>・肉 ・ウインナー ・コロケ</li> <li>・えび（焼き、えびフライ、えびの天ぷら）</li> <li>・豆腐 ・納豆 ・たまご系（たまご焼き、茶碗蒸し）</li> <li>・海苔 ・スープ ・味噌汁</li> <li>・ブロッコリー ・きゅうり ・トマト ・ポテト</li> <li>・チーズ ・果物 ・アイス</li> <li>・ご飯が進む系のおかず。甘しょっぱい味なら何でも食べます</li> </ul>
3 歳児 あおば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麺類 ・白米 ・納豆巻き ・お稲荷さん</li> <li>・唐揚げ ・ハンバーグ ・ウインナー ・ミートボール</li> <li>・カレー ・餃子</li> <li>・魚（焼き、煮など）</li> <li>・納豆 ・海苔 ・かにかまぼこ ・なめこ</li> <li>・野菜（きゅうり、ミニトマト、にんじん、ブロッコリーなど）</li> <li>・かぼちゃの煮付け</li> <li>・キウイ ・バナナ</li> </ul>
4 歳児 しげり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麺類 ・ごはん（そばろごはん） ・パンケーキ</li> <li>・カレー ・シチュー</li> <li>・から揚げ（鶏肉全般がすき） ・焼き鳥 ・焼肉</li> <li>・魚料理 ・卵料理全般</li> <li>・ミニトマト ・ブロッコリーとトマトのサラダ</li> <li>・果物</li> </ul>
5 歳児 みのり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麺類（カルボナーラ、たらこパスタ） ・ごはん</li> <li>・カレー ・ハンバーグ ・ミートボール ・チキンスティック</li> <li>・魚 ・いくら ・海苔</li> <li>・わかめスープ ・チーズ</li> <li>・野菜（にら、トマト）</li> <li>・果物</li> </ul>

5. お子さんが苦手な食材、メニューについてご記入ください。

0 歳児 めばえ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・白ご飯</li> <li>・さつまいも、かぼちゃ</li> <li>・納豆</li> <li>・パサパサしたもの、酸味が強いもの</li> </ul>
1 歳児 ふたば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜全般</li> <li>・副菜系</li> <li>・白米単品（ふりかけかけたり気分による）</li> </ul>

2 歳児 わかば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 魚</li> <li>・ 野菜 ・ サラダ ・ きのこと類</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>
3 歳児 あおば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 野菜 ・ サラダ ・ きのこと類</li> <li>・ 具材の入った麺類 ・ お稲荷さんの揚げ</li> <li>・ 固いお肉 ・ 卵 ・ ハンバーグや餃子等の挽肉系</li> <li>・ 初めて食べるもの ・ パサパサした食感のもの</li> </ul>
4 歳児 しげり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 野菜（日による、お腹が空いていると食べる） ・ 野菜炒め</li> <li>・ きのこと類 ・ レバー ・ わかめの料理</li> <li>・ ごはん</li> <li>・ デミグラスソースは進みがいいとき悪いときある</li> </ul>
5 歳児 みのり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 野菜 ・ ステーキ</li> <li>・ 汁物 ・ ラーメン</li> <li>・ 酸っぱいもの</li> </ul>

6. 家庭での食事について、困っていることや気になっていることについてご記入ください。

0 歳児 めばえ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 好きなものしか食べず、それ以外はあまり食べてくれないこと</li> <li>・ 食べることへの集中時間が短いこと</li> <li>・ ご飯をあまり噛まずに飲んでしまう</li> </ul>
1 歳児 ふたば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 気分による食べむらがあること</li> <li>・ あまり噛まずに丸呑みの傾向があること</li> <li>・ 食欲よりも先に集中力が切れてしまうこと</li> <li>・ フルーツ以外なかなか素材そのままで食べることがない。料理になっていけば食べるが、形がしっかり残っていたり生野菜でそのままだと口にも入れないのが残念</li> <li>・ ずっと食べ物を欲しがる</li> </ul>
2 歳児 わかば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食べむらがある</li> <li>・ 咀嚼が弱い</li> <li>・ できればもっと野菜を食べて欲しい</li> <li>・ 集中力が切れて前を向いて座っていられず、イスの上でふざけはじめてしまう</li> <li>・ 食べたくない物を落とす</li> </ul>
3 歳児 あおば	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 楽しく食事をすることとマナーを教えることのバランスが難しい。マナーを教えようとする、どうしても口うるさくなってしまい、楽しい食卓ではなくなってしまう。子どもが楽しく食事マナーを身につける方法はありませんか？…【質問①】</li> <li>・ <u>野菜も好きになって欲しいが苦戦している。また、頻繁に同じ献立になりがちで、（そこまで難しくない）レシピを増やしたいなと思っている…【質問②】</u></li> <li>・ 自分が好きではないメニューにはなかなか手をつけなかったり、主食は食べるが副菜は食べないなど、食べムラがひどい時がある</li> <li>・ おかずを作っても食べたがらず、白米だけ食べる</li> <li>・ 牛乳の摂取量が多過ぎるのではと不安、多い時は1日 600ml 飲んでいる</li> <li>・ 食欲に波がある</li> <li>・ 生野菜やお刺身は何歳頃から食べられるのか知りたい</li> </ul>
4 歳児 しげり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食べるのが遅い</li> <li>・ 三角食べが出来ず、食べ方がかたよってしまう</li> <li>・ 食べムラが激しい</li> <li>・ 朝食をあまり食べない</li> <li>・ だいたいマシになってきましたが…野菜をとらずお菓子を食べたがること</li> </ul>

5 みのり 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メニューによって食べたくないが、多く毎日の献立に悩めます</li> <li>・野菜を食べない</li> <li>・肉によって噛めないものが多い</li> <li>・食べる時間が長い</li> <li>・辛い食べ物を食べたがる</li> <li>・食べむらや、集中して最後まで食べないことがあること</li> </ul>
-------------	---

7. 当園の献立や食育について、ご意見やご要望がありましたらご記入ください。

0 めばえ 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現状で満足しています</li> <li>・いつも栄養バランスの整ったごはんを提供頂き大変助かっております。ありがとうございます</li> </ul>
1 ふたば 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家でもなるべく食べさせるよう頑張ってますが、保育園とも協力して苦手なものを克服できるようやっていきましょう</li> <li>・食育について、お野菜を触らせてもらったり子どもが興味をもつ工夫をいただいているおかげで家でも何でもやりたがるようになりました。卵を割ったり、皮を剥いたりとても楽しそうです。この興味を、<u>何でも食べてみる、残さず食べる…に繋がる取り組みがありましたら、ぜひお願いしたいし家でもやれることがあるなら教えてほしいです…【質問③】</u></li> <li>・いつもいろいろな食材を使っていて、家ではあまり作らないメニューを提供していただき、大変助かっています！ 誕生日メニューの日のおやつも誕生日ケーキを出していただけると、より成長を喜びつつ楽しめそうな気がします！</li> <li>・おやつがもう少し腹持ち良いものがあると嬉しい（ゼリー等だとすぐお腹が空いてしまう様子）</li> </ul>
2 わかば 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いつも美味しい給食ありがとうございます</li> <li>・現状で満足しています</li> <li>・食材を見て、触っての経験もありがたいです。給食ほどの味にはなりませんが、うちでは鶏の塩麹焼きと納豆あえが定番メニューになっています。今後もいろいろな作り方を提供してほしいです</li> <li>・いつも楽しい食育（給食クッキング含め）のおかげで、色々食べる品目が増えていと感じています！ 家では食べませんが！！ 食育の掲示、毎回力作で本当にすごいです！ 保育士だけでなく、調理さんの先生の名前が家でよく出ることでなかなかないと思うので、日頃からとても良くしていただいているのがわかり、嬉しく思います！ いつもありがとうございます！</li> <li>・野菜の皮むきやおにぎり屋さんなど、食育にも力を入れていただき、とてもありがたく思っています</li> <li>・給食をよく食べる様になってありがたいです。お店屋さんのおやつを食べる機会もあり、楽しそうにする姿が想像できます</li> </ul>

3 歳 あ お ば 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ いつも「給食美味しかった」と言ってます</li> <li>・ 献立も食育にも大変満足しています。今後もブログなどで拝見できたら嬉しいです。</li> <li>・ いつも美味しく、バランスのとれた給食をありがとうございます！わたしの心の支えです。家でも作って！と言われるので、レシピカードも重宝しています。レシピカードにないメニューでも、気になるものがあるときは教えていただけますか？</li> <li>・ 皮むきなどをさせていただいているためか、家庭でも食材の調理方法に興味を持ってくれており、満足しています</li> <li>・ いつも季節のものや体のことを考えたメニューで、大変ありがたいです。野菜を育てたり触れたり、食育にも積極的で充実していると感じます。引き続きよろしく願いいたします</li> <li>・ 献立はとても工夫されていて、おにぎり屋さんやポテト屋さんなどごっこ遊び的な形で食事提供していただき子どもも喜んでいきます。また、食材に触れる機会も多く食育に力を入れてもらっているのもありがたいです</li> <li>・ 食は体なり。娘の体は保育園の給食で健康維持されていると言っても過言ではありません。本当に感謝感謝です。引き続きよろしくお願い致します！</li> <li>・ 保育参観での試食を楽しみにしております</li> <li>・ <u>実際に畑で野菜を作るのは、管理が難しいのでしょうか？…【質問④】園庭の他に畑で野菜を 作っている園を見学したことがあり、さつまいもを掘って焼き芋したりと子どもたちがとても生き生きしていたのが印象的でした</u></li> </ul>
4 歳 し げ り 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ おやつやデザートのパリエーションがもう少しあるといいなと思います</li> <li>・ 三角食べを意識して食べれたらなあと思います。白米だけが残ってしまうことがあるみたいで、苦戦している様子でした。白米が残ってしまった時、あおば組の時に先生がお味噌汁を少し足そうかと足してくれて完食できました。完食しないと基本お代わりはできなそうだなというタイミングで、先生が声掛けサポートしてくださり助かりました</li> <li>・ 竹の子、料理の過程、給食メニューのマグネットなどを掲示してあったり、野菜に触れたり、育てると体験ができるので、食育に関しては満足しています</li> <li>・ 本当に食育が素晴らしいと思います！！ 普段家庭では補えない部分を園の給食で賄ってもらい感謝しかありません！！ 栄養バランスは給食頼りです！！ いつもありがとうございます！！！！</li> <li>・ 毎日美味しくバランスのとれた給食をありがとうございます！ 給食が心の支えです</li> <li>・ いつも子どもが楽しみにしています。ありがとうございます</li> </ul>
5 歳 み の り 児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ いつも美味しそうなご飯をありがとうございます。家庭保育していたら食べない食材を保育園で食べていることに、いまだに毎回驚きます…</li> <li>・ 食育も積極的にやって頂き、良い経験になっていると思います。おやつ時のポップコーン屋さんやおにぎり屋さん嬉しそうに話してくれます</li> <li>・ レシピのおかげで塩麹焼き、マスターしました！ また、自分で切ったり剥いたり、食育って食べる以外にも触ったり育てたりと、とても大事だと感じたので、これからも宜しくお願いします</li> <li>・ レシピ配布いただいたもの7割くらい作っています。納豆揚げや麻婆豆腐など、上の子たちも懐かしがって喜んで食べています。ありがとうございます！</li> </ul>

## 8. まとめ

たくさんのご意見をありがとうございました。皆様からのご意見は、今後の給食・おやつ献立作りや食育活動等の参考にさせていただきます。また、ご回答の中にありました質問について、以下に回答させていただきますので、ご家庭でのかかわりの参考にしてください。

質問	回答
①子どもが楽しく食事マナーを身につける方法はありませんか	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ご家族が一緒にごはんを食べる時間を作り、大人が見本を見せて、よく噛むこと、スプーンの持ち方などの簡単なマナーから一緒にやってみましょう</li> <li>・ むいぐるみと一緒にやってみたり絵本などを取り入れたりして、楽しい気持ちで取り組めると意欲が高まります。また、上手にできたときにはいっぱい褒めて、自信アップにつなげてあげましょう</li> <li>・ マナーはすぐに身につくものではありません。1つずつ身につけ、できたら次のマナーに移行するなど、焦らず根気よく取り組んでいきましょう</li> </ul>
②野菜も好きになって欲しいが苦戦している。頻繁に同じ献立になりがちで、そこまで難しくないレシピを増やしたいなど思っている	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保育園で子どもたちに人気のレシピをホームページで紹介しています。今後は簡単レシピも掲載したり玄関のホワイトボードや給食なんでもコーナーに掲示するなどして紹介していきます</li> <li>・ ご家庭でも皮むきや野菜洗い、簡単な調理を手伝ってもらうことや、食材や調理している様子を見せてあげることで、野菜にも興味をもってもらえたらいいですね</li> </ul>
③何でも食べてみる、残さず食べる…に繋がる取り組みがありましたら、ぜひお願いしたいし、家でもやれることがあるなら教えてほしいです	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保育園では苦手な食材があるときは配膳時に減らしますが、一口だけでも食べてみようと呼んでいます。その一口を食べることができた時には、いっぱい褒めています</li> <li>・ 進みが悪くなってきたときには「動物（ライオン、ウサギなど）のおくち～」と言って、かっこよく口を開けてもらえるような声かけをして食べさせてあげることもあります</li> <li>・ 苦手な食材だからと除去してしまうのではなく、いつかは食べられるようになると信じて提供し続け、無理強ひすることなく気長に取り組んでいきましょう</li> </ul>
④実際に畑で野菜を作るのは、管理が難しいでしょうか	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 幼児クラスはそれぞれ屋上菜園やプランターなどで野菜を育てています。育てた野菜はクッキングなどして嬉しそうに食べています</li> <li>・ プランターで手軽に育てられるものもあるので、ご家庭でもお子さんと一緒に挑戦してみてください</li> <li>・ 種からではなく苗から育て始めるのがおすすめですが、しっかりと観察をしてお世話を怠らないことが大切です</li> </ul>