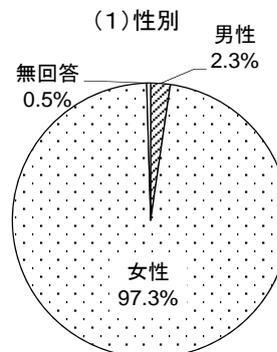


# 第7 幼児保護者に対する食育意識調査

## 1 回答者属性

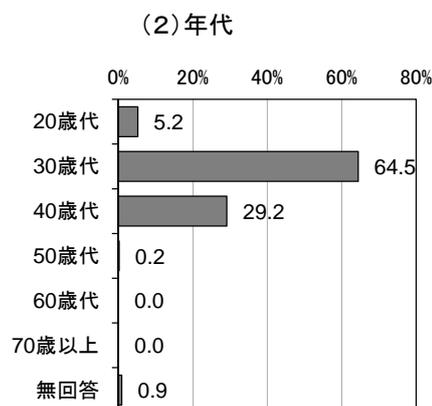
### (1) 性別

	回答数	%
男性	10	2.3
女性	427	97.3
無回答	2	0.5
有効回答数	439	100.0



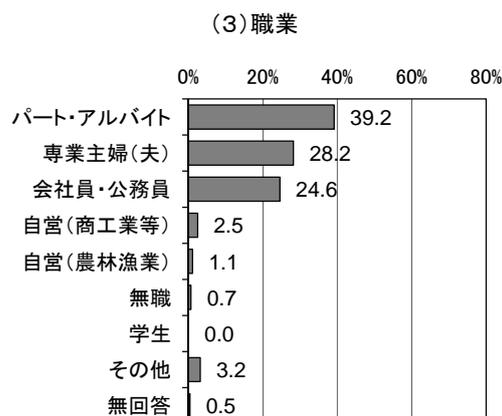
### (2) 年代

	回答数	%
20歳代	23	5.2
30歳代	283	64.5
40歳代	128	29.2
50歳代	1	0.2
60歳代	0	0.0
70歳以上	0	0.0
無回答	4	0.9
有効回答数	439	100.0



### (3) 職業

	回答数	%
パート・アルバイト	172	39.2
専業主婦(夫)	124	28.2
会社員・公務員	108	24.6
自営(商工業等)	11	2.5
自営(農林漁業)	5	1.1
無職	3	0.7
学生	0	0.0
その他	14	3.2
無回答	2	0.5
有効回答数	439	100.0

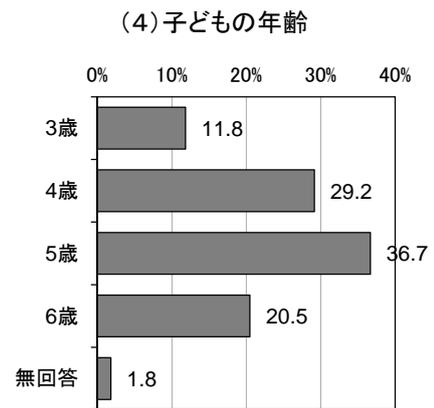


### (職業 その他の内訳)

	件数		件数		件数		件数
保育士	3	内職	2	その他	7	無回答	2

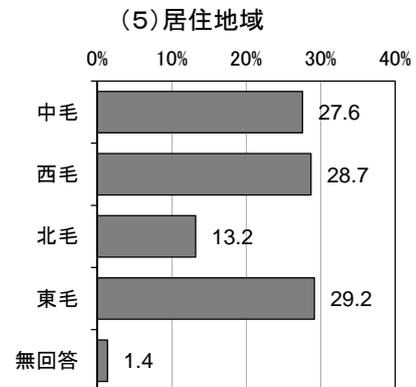
(4) 子どもの年齢

	回答数	%
3歳	52	11.8
4歳	128	29.2
5歳	161	36.7
6歳	90	20.5
無回答	8	1.8
有効回答数	439	100.0



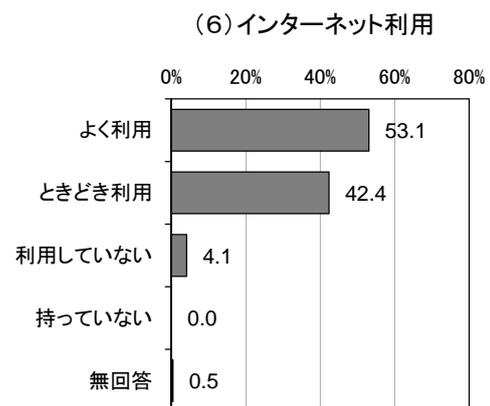
(5) 居住地域

	回答数	%	該当地域
中毛	121	27.6	前橋市、伊勢崎市、佐波郡
西毛	126	28.7	高崎市、藤岡市、富岡市、安中市、甘楽郡
北毛	58	13.2	沼田市、渋川市、北群馬郡、吾妻郡、利根郡
東毛	128	29.2	桐生市、太田市、館林市、みどり市、邑楽郡
無回答	6	1.4	-
有効回答数	439	100.0	



(6) インターネット利用状況

	回答数	%
よく利用している	233	53.1
ときどき利用している	186	42.4
利用していない	18	4.1
パソコンや携帯を持っていない	0	0.0
無回答	2	0.5
有効回答数	439	100.0



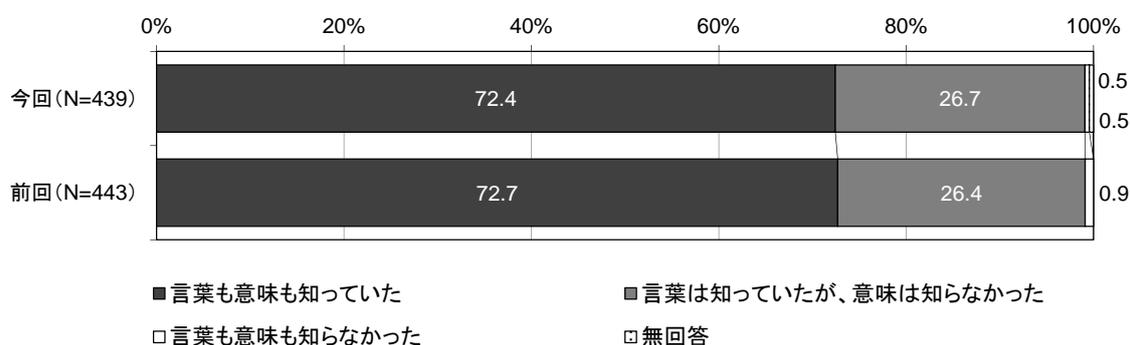
## 2 アンケート集計結果

### 2-1 食育について

#### 問1 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(1つ選択)

「食育の認知度」(「言葉も意味も知っていた」72.4%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」26.7%の合計値)は99.1%で、前回調査(99.1%)と同様、ほとんどの幼児保護者が「食育」という言葉を知っている。

問1 食育という言葉やその意味を知っていたか(1つ選択)

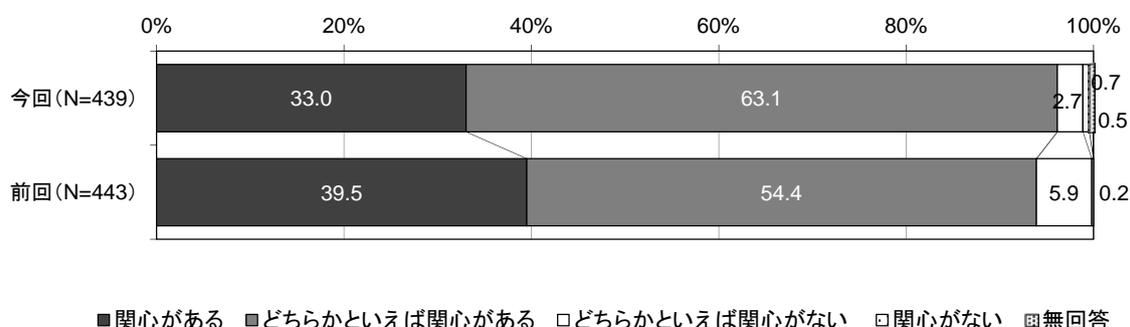


#### 問2 「食育」に関心がありますか。(1つ選択)

「食育の関心度」(「関心がある」33.0%、「どちらかといえば関心がある」63.1%の合計値)は、96.1%で、「食育の認知度」と同様、ほとんどの幼児保護者が「食育」に関心がある。

前回(93.9%)と比較すると、「関心がある」は前回より低くなっているが、「関心度」(「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」の合計値)では大きな変化は見られない。

問2 食育に関心があるか(1つ選択)



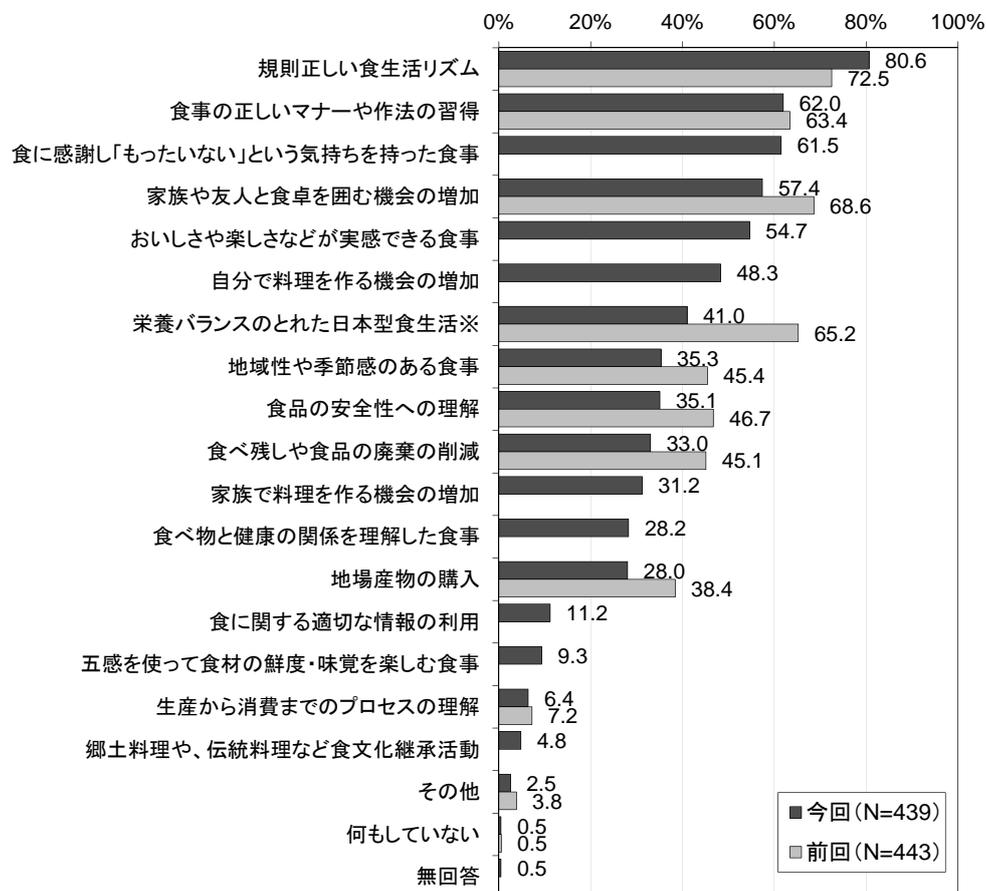
### 問3 食育について実践していることは、どんなことですか。(すべて選択)

「規則正しい食生活リズム」(80.6%)が最も高く、次いで「食事の正しいマナーや作法の習得」(62.0%)、「食に感謝し『もったいない』という気持ちを持った食事」(61.5%)、「家族や友人と食卓を囲む機会の増加」(57.4%)、「おいしさや楽しさなどが実感できる食事」(54.7%)は、半数以上が実践している。

前回と同項目について比較すると、「規則正しい食生活リズム」は高くなっているが、「家族や友人と食卓を囲む機会の増加」、「栄養バランスのとれた日本型食生活」、「地域性や季節感のある食事」、「食品の安全性への理解」、「食べ残しや食品の廃棄の削減」、「地場産物の購入」の6項目が低くなっている。

一方、「生産から消費までのプロセスの理解」(6.4%)は、前回(7.2%)も同様に低くなっている。

問3 食育について実践していること(すべて選択)



※「栄養バランスのとれた日本型食生活」は前回「栄養バランスのとれた食事の実践」

#### (その他の主な内訳)

- ・自分で育てたものを収穫して食べる (3件)
- ・家庭菜園など
- ・農業体験や釣りなどを通して、命を「いただく」ということを伝える
- ・学校や保育園の給食のメニューを見て、地域の食材、季節の食材について話題にする
- ・栄養のバランスのとれた日本食だけではない食事、色々な種類の料理を食べる
- ・行事食を取り入れる
- ・何でもとりあえず食べてみる
- ・食育アドバイザー取得

## 2-2 健全な食生活を実践するための指針等について

問4 日頃の健全な食生活を実践するため、どのような指針等を参考にしていますか。  
(3つまで選択)

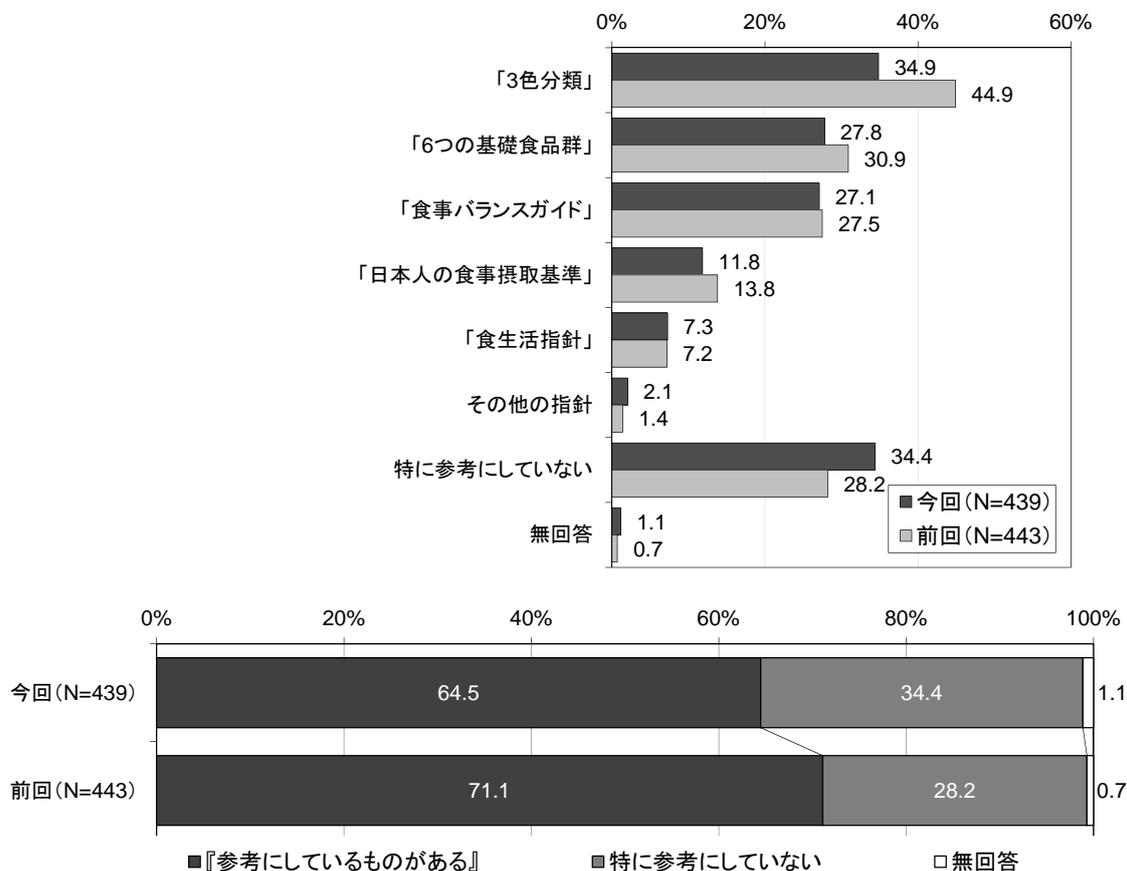
何らかの指針を参考にしていると回答した人「参考にしているものがある」(64.5%)は、6割以上となっており、前回(71.1%)と比較すると、低くなっている。

また、「特に参考にしていない」(34.4%)は前回(28.2%)と比較すると高くなっており、指針等の活用は十分でないことがうかがえる。

参考にしている指針としては、「3色分類」(34.9%)が最も高く、次いで「6つの基礎食品群」(27.8%)、「食事バランスガイド」(27.1%)となっている。

前回と比較すると、「3色分類」が低くなっているが、他の指針では大きな変化は見られない。

問4 健全な食生活を実践するために参考にしている指針等(3つまで選択)



(その他の指針の主な内訳)

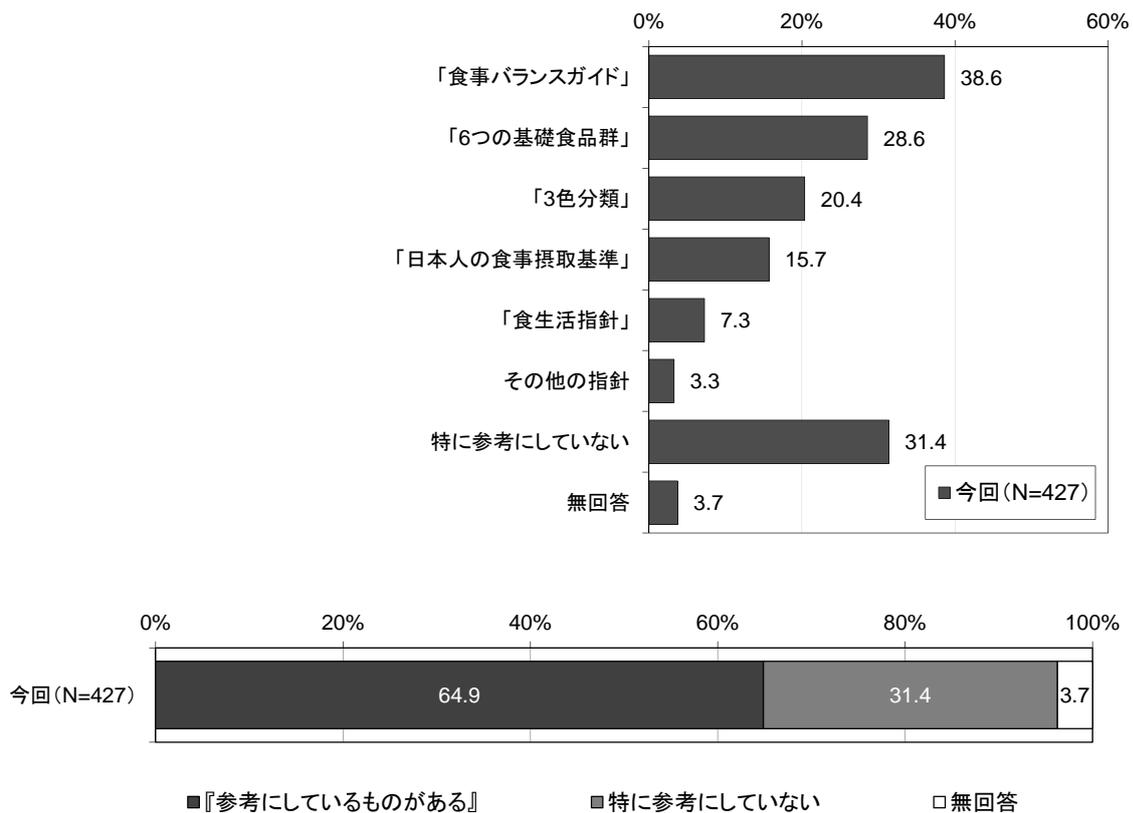
- ・具だくさん味噌汁
- ・1汁3菜
- ・マクロビオティックを参考にする。お弁当を作る時などは、信号の色、海のもの、山のものが入るよう気をつけている
- ・糖尿病の食品交換表
- ・まごわ(は)やさしい、おか(あ)さ(ん)だいすき、1汁3菜
- ・肉と魚はできるだけ交互にしている(夕食時)

問 5 女性の方のみにうかがいます。妊娠中に、食事のバランスを整えるために参考にして  
いた指針等がありますか。(3つまで選択)

何らかの指針を参考していると回答した人「参考にしているものがある」(64.9%)は、6割以上となっており、幼児保護者全体(64.5%)と同様の値となっている。

参考にしている指針としては、「食事バランスガイド」(38.6%)が最も高く、幼児保護者全体(27.1%)より高くなっている。また、幼児保護者全体で最も高かった「3色分類」(34.9%)は、妊娠中(20.4%)では約2割となっている。

問 5 妊娠中に参考にしてきた指針等(3つまで選択)



(その他の指針の主な内訳)

- ・葉酸を意識して摂る
- ・鉄分、葉素などを補うための摂取
- ・特に妊婦が食した方がよいもの
- ・医師の指導(葉酸を摂る、塩分を控える等)
- ・貧血により食べ物を摂取。葉酸を1日の適量摂取を心がけた
- ・糖尿病の食品交換表
- ・まごわ(は)やさしい、おか(あ)さ(ん)だいすき、1汁3菜
- ・1汁3菜
- ・貧血にならないように気をつけていた。主人が管理栄養士なので必要な時には相談していた
- ・貧血になりやすいと聞いていたので鉄分を多く取るように心がけた。定期診断で指摘されたことを改善しようという調べて食事した
- ・太りやすかったので低カロリーのもの食べていた
- ・母子手帳に牛乳と葉酸と書いてあったので意識していた
- ・貧血気味で医者鉄分を取るよう言われた

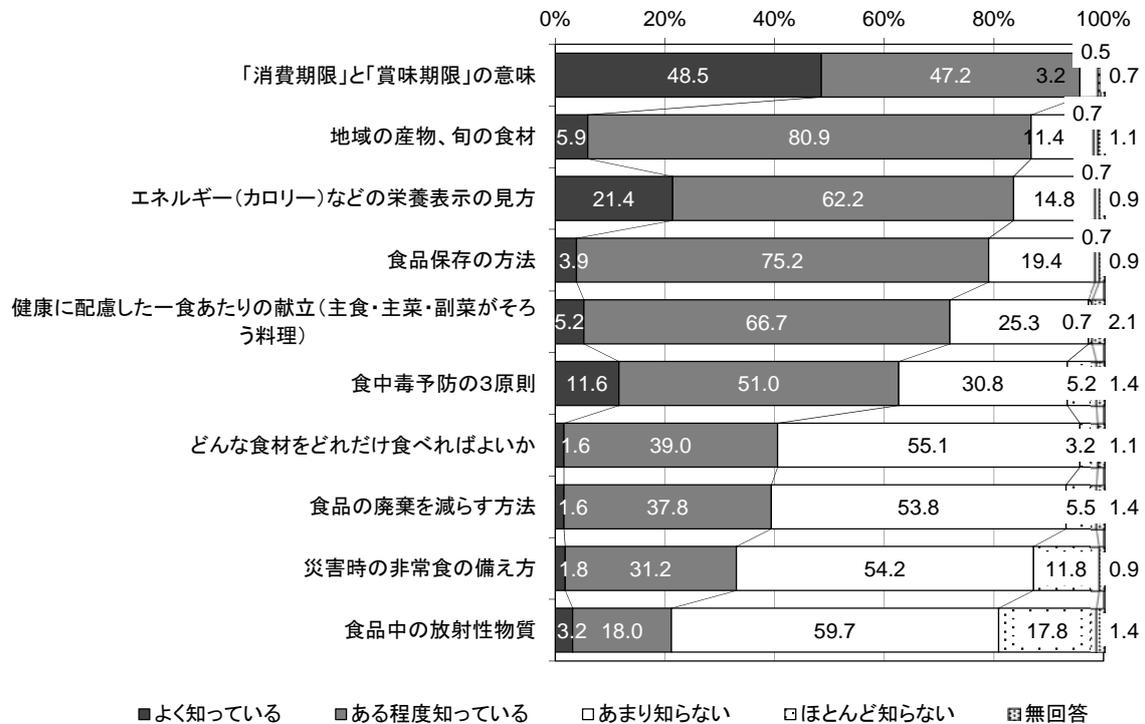
## 2-3 食に対する知識・行動について

問6 食に関する以下の項目について、それぞれどのくらい知っていますか。  
(それぞれ1つ選択)

食に関する知識の認知度（「よく知っている」、「ある程度知っている」の合計値）は、「消費期限と賞味期限の意味」（95.7%）が最も高く、次いで「地域の産物、旬の食材」（86.8%）、「エネルギー（カロリー）などの栄養表示の見方」（83.6%）の2項目が8割以上となっている。

一方、食に関する項目について知らない（「ほとんど知らない」、「あまり知らない」の合計値）を見ると、「食品中の放射性物質」（77.5%）が最も高く、次いで「災害時の非常食の備え方」（66.0%）、「食品の廃棄を減らす方法」（59.3%）、「どんな食材をどれだけ食べればよいか」（58.3%）が5割以上となっている。

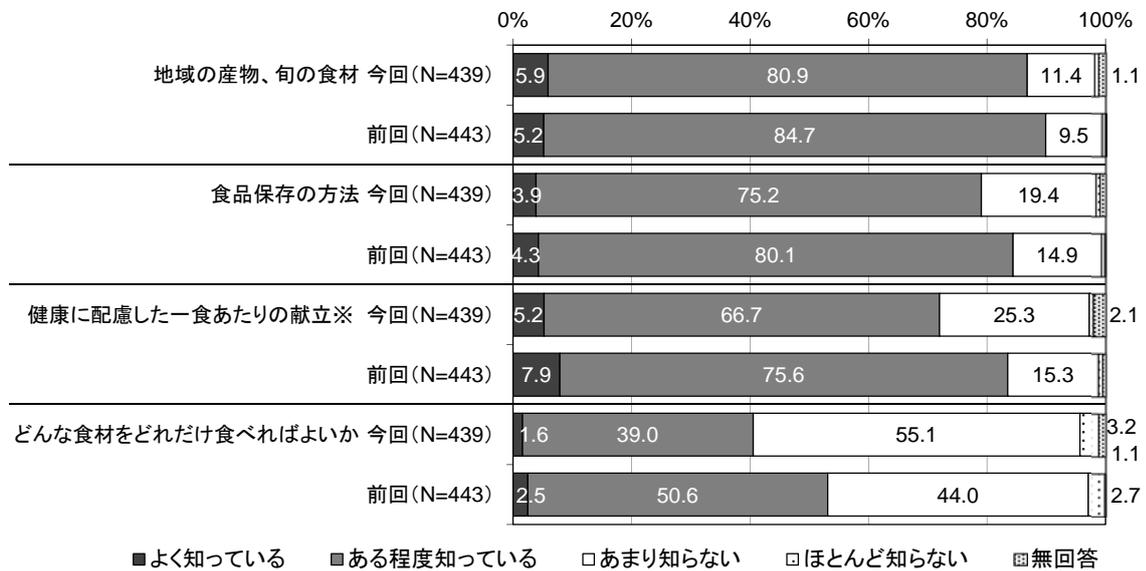
問6 食に関する項目についてどのくらい知っているか(それぞれ1つ選択)



(N=439)

前回と同項目（類似項目）について比較すると、「地域の産物、旬の食材」は大きな変化は見られないが、他の項目は前回より低くなっている。

問6 食に関する項目についてどのくらい知っているか(前回との比較)



※「健康に配慮した一食あたりの献立(主食・主菜・副菜がそろった料理)」は、前回「調理の方法(主食・主菜・副菜がそろった料理の作り方)」

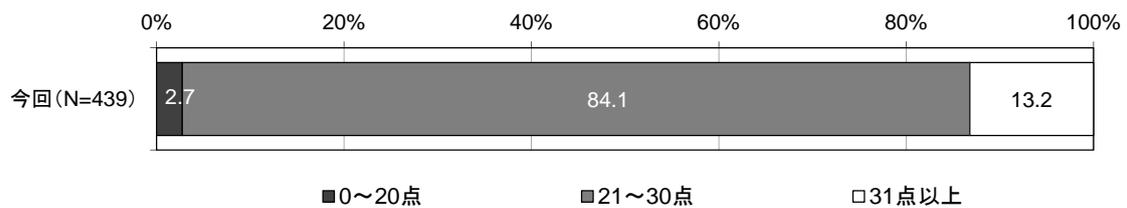
※1.0未満の値は非表示

食に関する項目の認知度を点数化<sup>\*</sup>し、その合計点区分ごとの構成比を見てみると、40点満点のうち「21～30点」（84.1%）が約8割で最も高くなっており、次いで「31点以上」が13.2%であり、「0～20点」は2.7%で低くなっている。

※《点数化の方法》

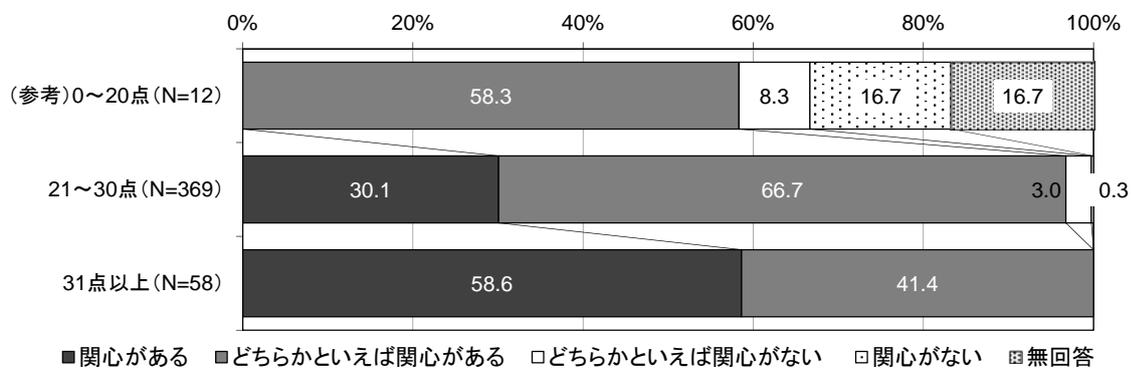
「よく知っている」を4点、「ある程度知っている」を3点、「あまり知らない」を2点、「ほとんど知らない」を1点として、各項目の点数を算出し、全10項目の合計点（最高点40点）とし、さらにそれを5点区切りで仕分けした。合計点が高いほど、認知度が高いことを示す。

問6 食に関する各項目についてどのくらい知っているか 認知合計点区分



合計点の区分ごとに食育への関心度<sup>\*</sup>（問2）を見てみると、「31点以上」では「関心がある」（58.6%）、「どちらかといえば関心がある」（41.4%）の合計値が100%となっており、食育への関心度が高い方が、食に関する項目の認知度も高い傾向がうかがえる。

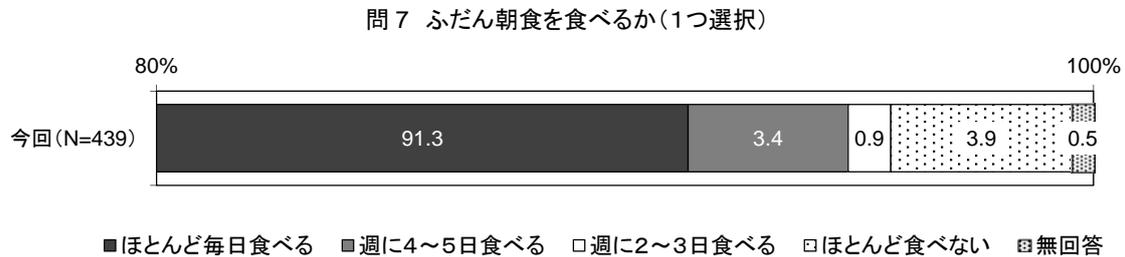
問6 食に関する各項目についてどのくらい知っているか 認知合計点・食育への関心度(問2)



※食育への関心度『関心がある』は、「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」の合計値、『関心がない』は「どちらかといえば関心がない」、「関心がない」の合計値

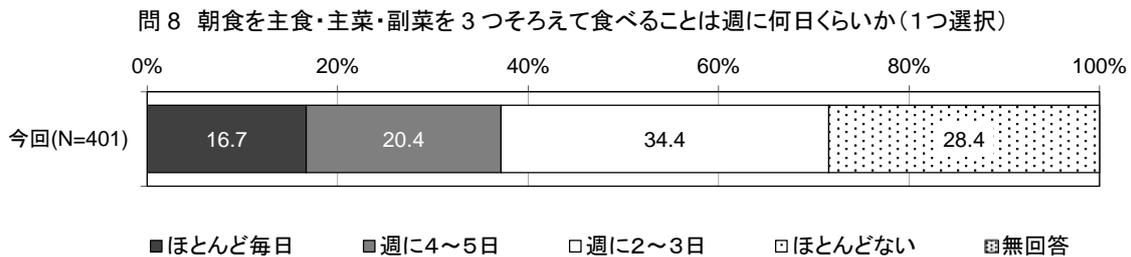
問7 ふだん、朝食を食べますか。(1つ選択)

朝食を「ほとんど毎日食べる」(91.3%)は、9割以上となっている。



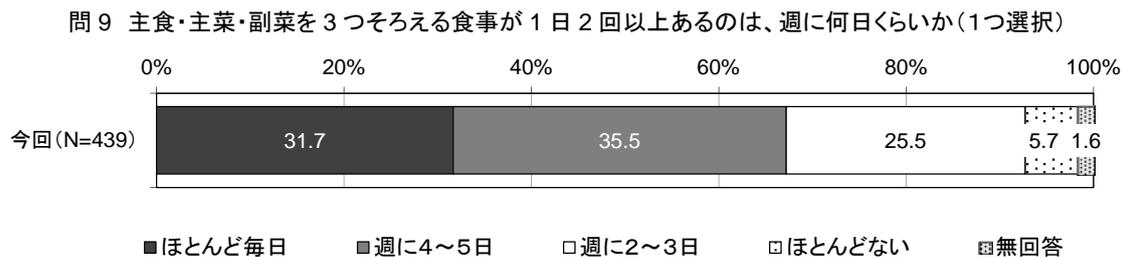
問8 問7で朝食を「ほとんど毎日食べる」とした方にうかがいます。そのうち、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることは週に何日くらいですか。(1つ選択)

「ほとんど毎日」は2割未満(16.7%)で、「週に2~3日」(34.4%)が最も高くなっている。一方、「ほとんどない」も約3割(28.4%)となっている。



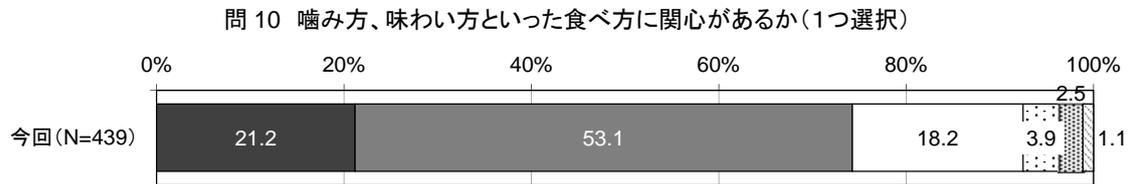
問9 1日の食事の中で、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べるのが1日2回以上あるのは、週に何日くらいですか。(1つ選択)

「ほとんど毎日」(31.7%)は3割以上で、朝食(問8)よりも高くなっている。一方、「ほとんどない」は1割以下(5.7%)となっている。



問 10 噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。(1つ選択)

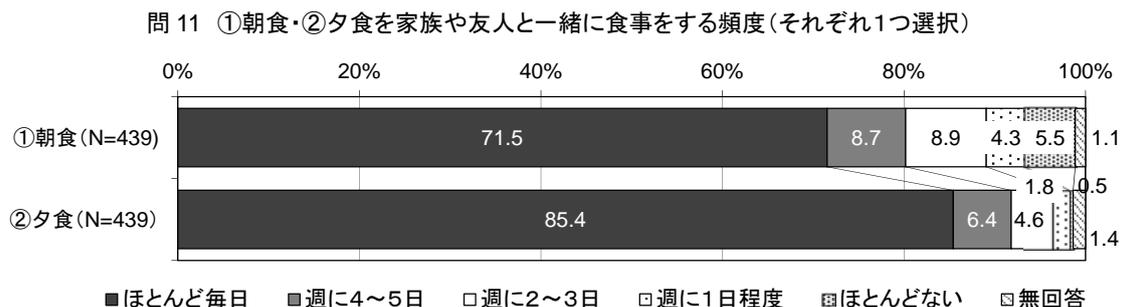
噛み方、味わい方といった食べ方への関心度は 74.3% (「関心がある」 21.2%、「どちらかといえば関心がある」 53.1%の合計値) で 7 割以上となっている。



■関心がある ■どちらかといえば関心がある □どちらかといえば関心がない □関心がない ▨わからない □無回答

問 11 家族や友人と一緒に食事をするのはどのくらいありますか。(それぞれ1つ選択)

「ほとんど毎日」は、朝食 (71.5%) より夕食 (85.4%) が高くなっている。

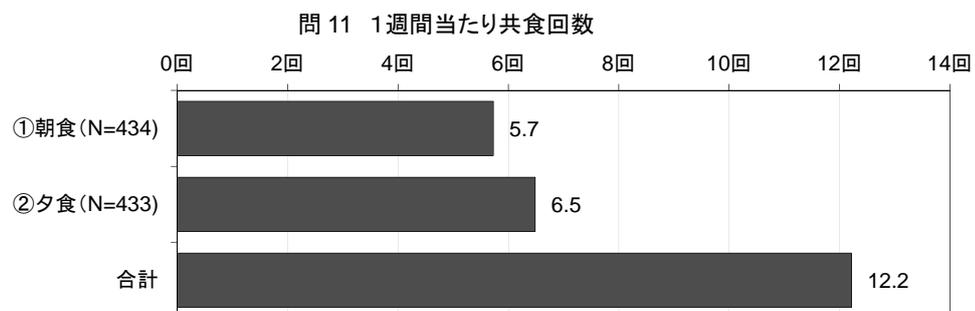


■ほとんど毎日 ■週に4~5日 □週に2~3日 □週に1日程度 ▨ほとんどない □無回答

朝食または夕食を家族や友人と一緒に食べる「共食」\*の回数を見ると、1週間当たりの平均回数は、朝食 5.7回、夕食 6.5回、合計値は 12.2回となっている。

※《共食の算出方法》

「ほとんど毎日」を7回、「週に4~5日」を4.5回、「週2~3日」を2.5回、「週に1日程度」を1回として、加重平均により夕食・朝食それぞれの回数、さらにその合計値として週当たりの共食回数を指標化した。14回に近くなるほど、朝食・夕食ともに共食回数が多いことを示す。

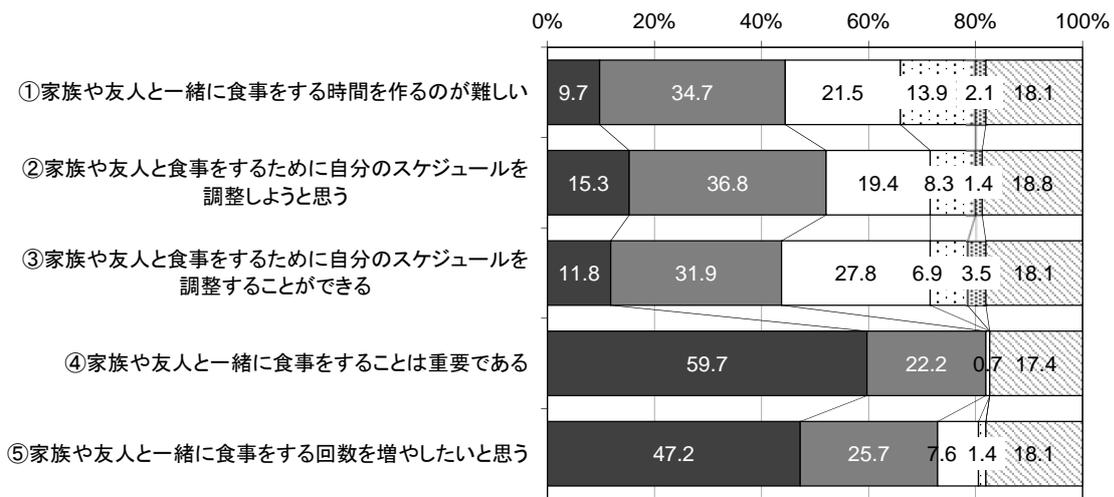


※無回答を除く

問 12 問 11 で①朝食、②夕食の両方とも「ほとんど毎日」とした方以外の方にうかがいます。家族や友人と一緒に食事をするについてどのように思いますか。(それぞれ1つ選択)

「思う」(「とてもそう思う」、「そう思う」の合計値)は「家族や友人と一緒に食事をすることは重要である」(81.9%)が8割以上で最も高くなっている。次いで「家族や友人と一緒に食事をする回数を増やしたいと思う」(72.9%)、「家族や友人と食事をするために自分のスケジュールを調整しようと思う」(52.1%)がいずれも5割以上となっている。

問 12 家族や友人と一緒に食事をするについて(それぞれ1つ選択)



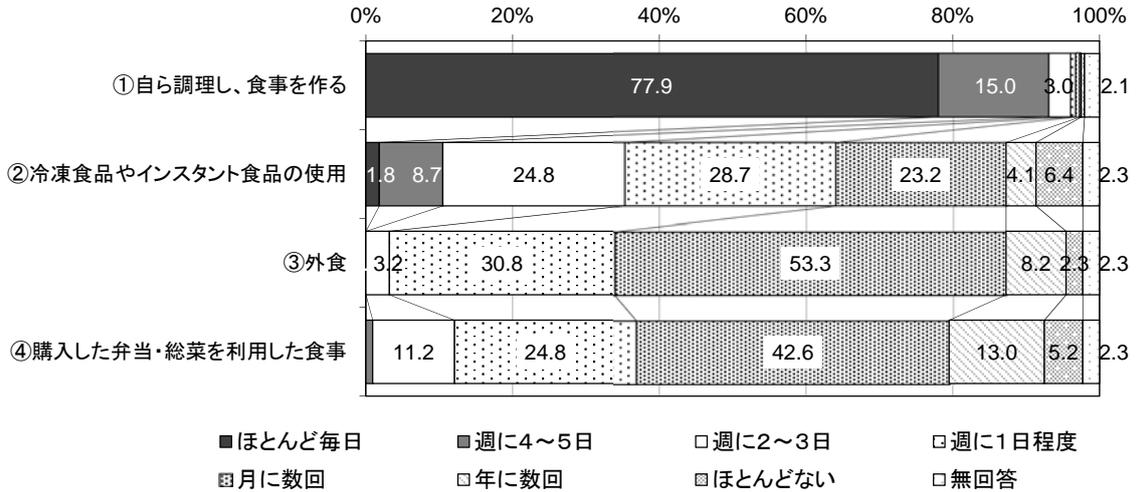
■とてもそう思う ■そう思う □どちらともいえない □あまりそう思わない □まったくそう思わない □無回答

(N=144)

問 13 ふだん、以下のことをする機会が、どれくらいありますか。(それぞれ1つ選択)

「自ら調理し、食事を作る」は、「ほとんど毎日」(77.9%) が約 8 割となっている。  
 「冷凍食品やインスタント食品の使用」は、「週に1日程度」(28.7%) が最も高く、「外食」  
 「購入した弁当・総菜を利用した食事」は、「月に数回」(それぞれ、53.3%、42.6%)  
 が最も高くなっている。

問 13 調理・インスタント食品等・外食・弁当や惣菜の利用の頻度(それぞれ1つ選択)

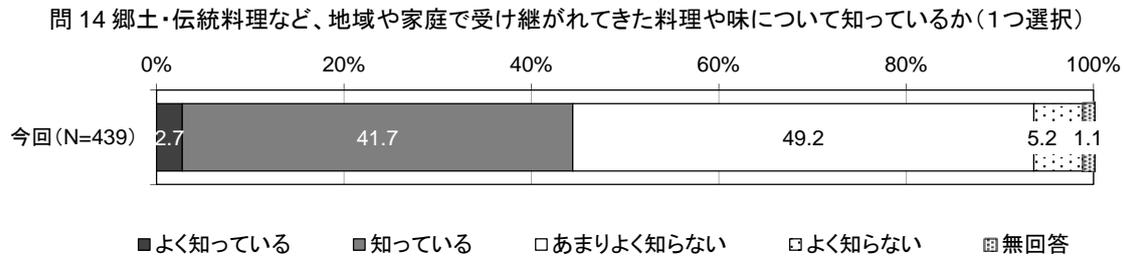


(N=439)

※1.0%未満は値を非表示

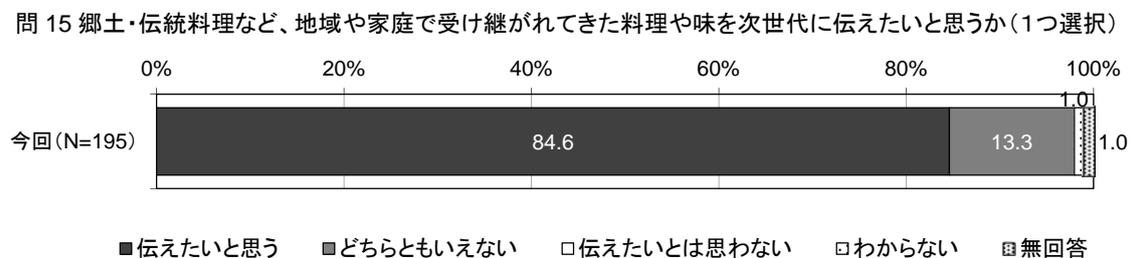
問 14 郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味について知っていますか。(1つ選択)

郷土料理や伝統料理などの認知度(「よく知っている」2.7%、「知っている」41.7%の合計値)は、約4割(44.4%)で、「知らない」(54.4%) (「あまりよく知らない」49.2%、「知らない」5.2%の合計値)より10ポイント低くなっている。



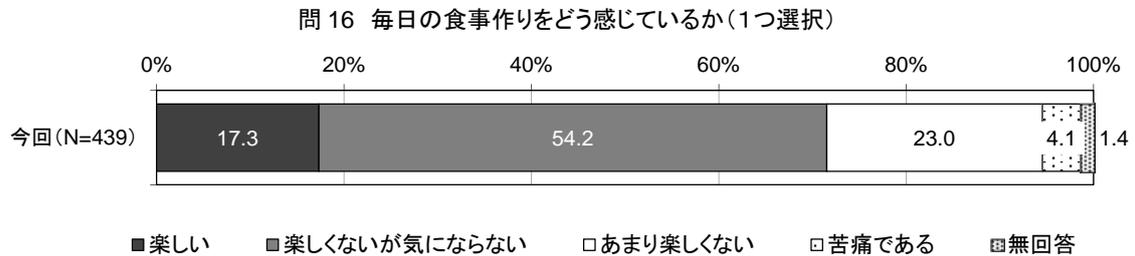
問 15 問 14で「よく知っている」「知っている」とした方にうかがいます。郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を、次世代に伝えたいと思いますか。(1つ選択)

「伝えたいと思う」(84.6%)が8割以上で、郷土料理や伝統料理の認知度は次世代への伝承につながるものがうかがえる。



問 16 毎日の食事作りをどう感じていますか。(1つ選択)

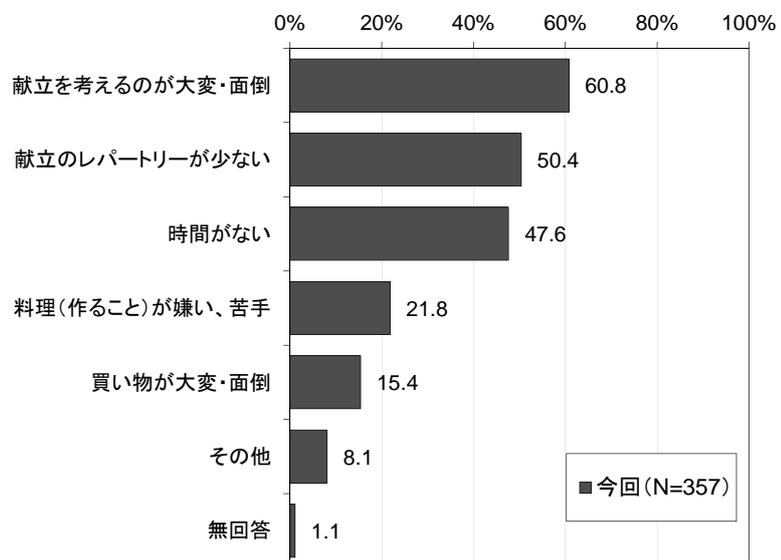
「楽しくないが気にならない」(54.2%)が5割以上で最も高く、「楽しい」は2割未満(17.3%)となっている。一方、「あまり楽しくない」は約2割(23.0%)となっている。



問 17 問 16 で「楽しくないが気にならない」「あまり楽しくない」「苦痛である」とした方  
にうかがいます。そのように感じる理由はどのようなことですか。(すべて選択)

「献立を考えるのが大変・面倒」(60.8%)が最も高く、次いで「献立のレパートリーが少ない」(50.4%)、「時間がない」(47.6%)となっている。

問 17 毎日の食事作りが「楽しくない」「苦痛である」理由(すべて選択)



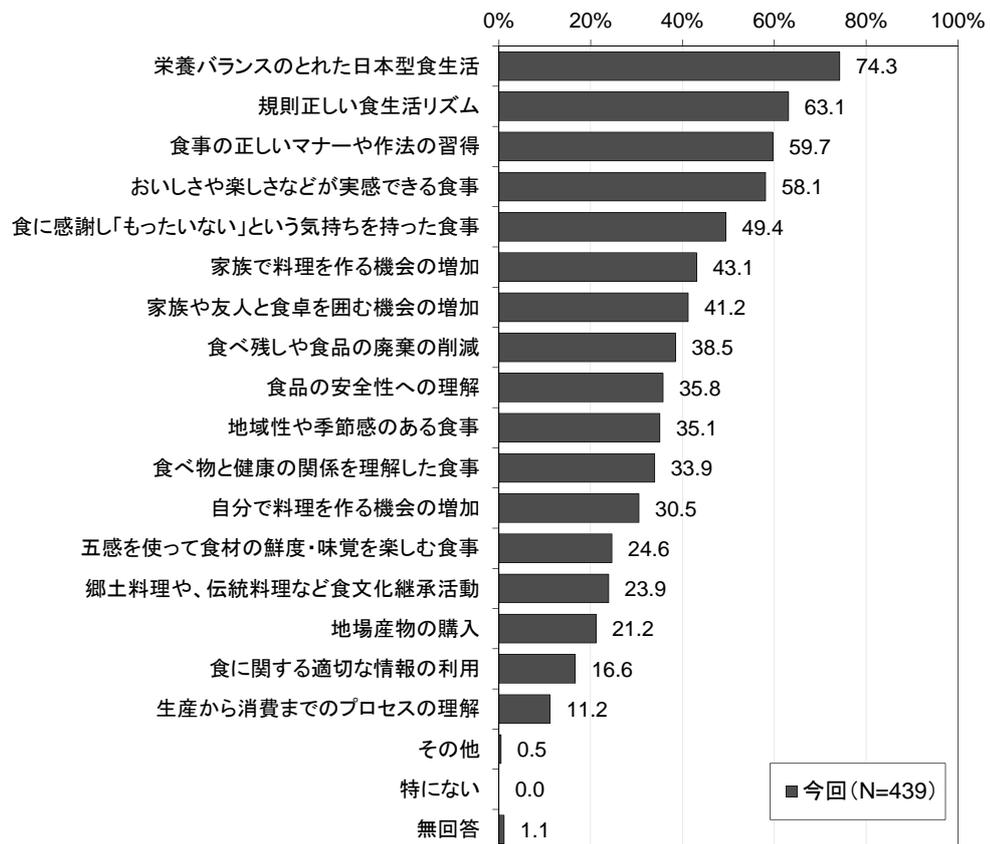
### (その他の主な内訳)

- ・疲れている時は作るのが大変 (夕食)
- ・一緒に食べられないから
- ・台所が汚れるのがイヤ
- ・食費、水光熱費が気になる
- ・調理の仕事をしているため、一日中料理をしているので、飽きることもある
- ・子どものトイレやけんかの仲裁などで作業を中断されることが多く、なかなか思うように進まないため
- ・片付けが面倒な時がある
- ・小さい子どもを育てながら (世話をしながら) 作るのは大変
- ・多少の面倒を感じるけれど、栄養面や経済面を考えるとやむを得ない
- ・体調不良の時も食事を作らなくてはならない時
- ・毎日の仕事なので気にならないが、楽しいとも思えない
- ・大量の食器洗い
- ・家族揃って食べられないが、子どもと自分の分を作るのが大変
- ・作った料理に対して色々言われる (主人)
- ・休みもなく毎日だから
- ・仕事をしているので疲れている
- ・平日は健康のために家で作ったものを家族に食べさせたいし、自分も食べたい
- ・時間がまったくないわけではないが忙しい
- ・できれば自分の時間を過ごしたいから、料理は楽しくはないけれど、当たり前のことだとも思っているから
- ・大家族なので量もたくさん作らないといけないので大変
- ・子どもの好き嫌いが多く、あまり食べないので作り甲斐がない
- ・毎日の仕事と同じなので面倒な時もある
- ・仕事から帰って、時間に追われて、または疲れている中で作るとき、楽しさを感じにくい
- ・家族の反応が悪い
- ・仕事しながらなのでたいへん。帰りとか遅いので
- ・精神的余裕がない

問 18 今後の食生活でどのような面に力を入れたいと思いますか。(すべて選択)

「栄養バランスのとれた日本型食生活」(74.3%)が最も高く、次いで「規則正しい食生活リズム」(63.1%)、「食事の正しいマナーや作法の習得」(59.7%)、「おいしさや楽しさなどが実感できる食事」(58.1%)がいずれも5割以上となっている。

問 18 今後の食生活でどのような面に力を入れたいと思うか(すべて選択)



(その他の主な内訳)

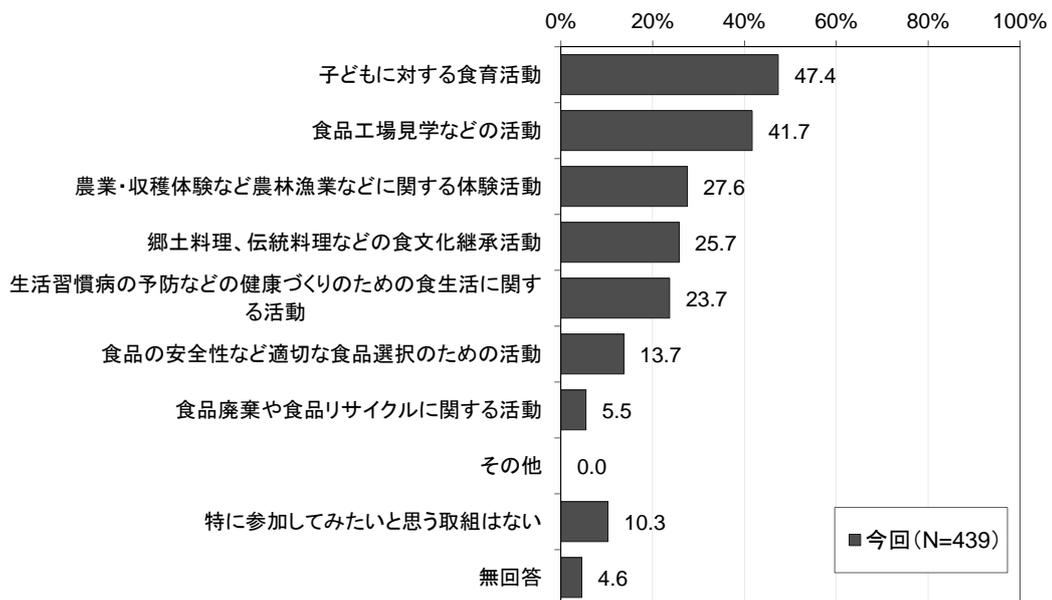
- ・子どもにとって家族との楽しい時間を増やす機会としての食生活を増やしていきたい
- ・子どもの好き嫌いを少なくしたい

## 2-4 食育ボランティアについて

問 19 自治体やボランティア、NPO、企業などの食育に関する取組で、参加してみたいと思うものはありますか。(3つまで選択)

「子どもに対する食育活動」(47.4%)が最も高く、次いで「食品工場見学などの活動」(41.7%)、「農業・収穫体験など農林漁業などに関する体験活動」(27.6%)、「郷土料理、伝統料理などの食文化継承活動」(25.7%)、「生活習慣病の予防などの健康づくりのための食生活に関する活動」(23.7%)となっている。

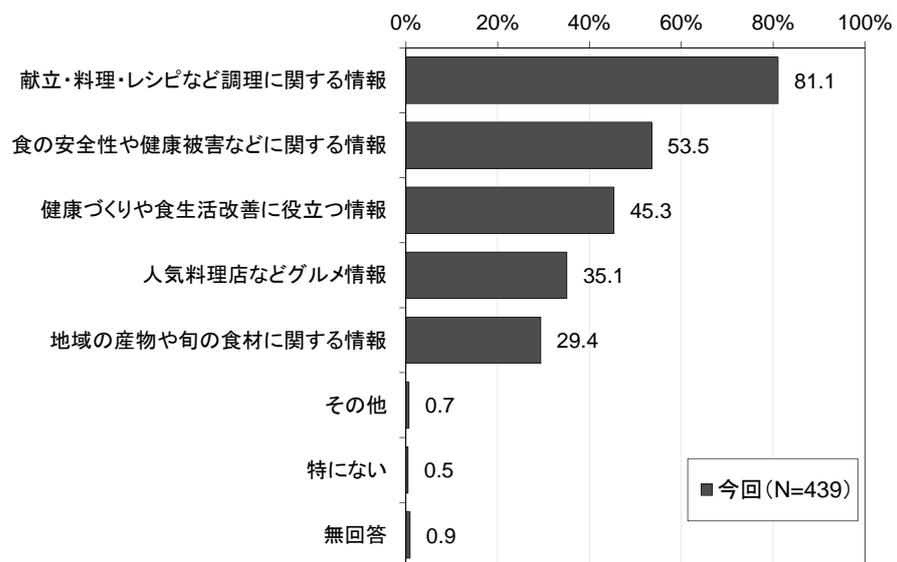
問 19 自治体やボランティア、NPO、企業などの食育に関する取組で、参加してみたいと思うもの(3つまで選択)



## 問 20 食について関心があるのはどのような情報ですか。(すべて選択)

「献立・料理・レシピなど調理に関する情報」(81.1%)が8割以上で最も高く、次いで「食の安全性や健康被害などに関する情報」(53.5%)、「健康づくりや食生活改善に役立つ情報」(45.3%)となっている。

問 20 食について関心がある情報(すべて選択)



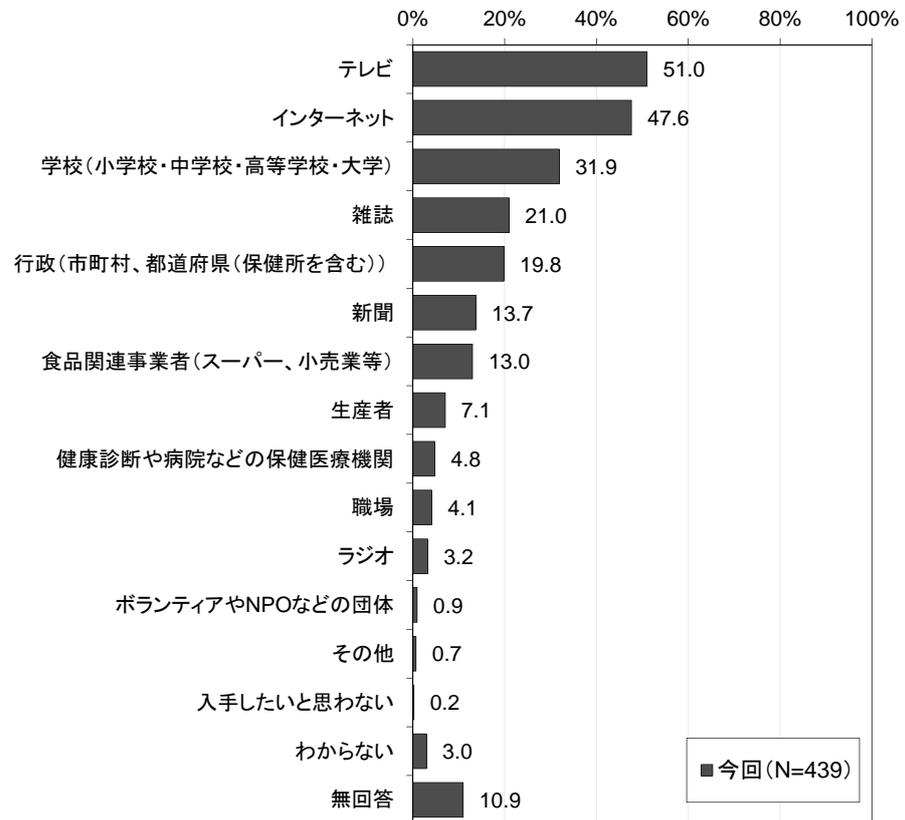
### (その他の主な内訳)

- ・放射性物質、食品添加物、遺伝子組み換え食品
- ・時短料理
- ・農薬、添加物、有機

問 21 今後、食育に関する情報をどこから入手したいと思いますか。(3つまで選択)

「テレビ」(51.0%)が半数以上で最も高く、次いで「インターネット」(47.6%)、「学校(小学校・中学校・高等学校・大学)」(31.9%)となっている。

問 21 今後、食育に関する情報をどこから入手したいと思うか(3つまで選択)



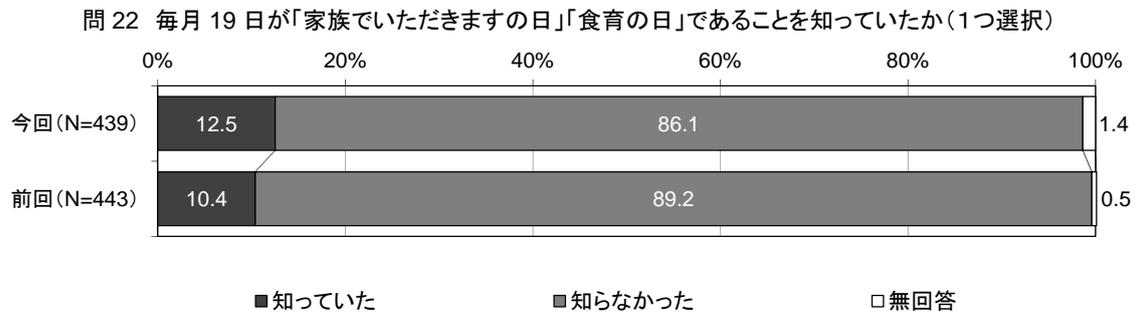
(その他の主な内訳)

- ・友人
- ・学校や園で冊子として配布してもらえれば助かる
- ・現場から。野菜についてなら農家からというように

## 2-5 「家族でいただきますの日」「食育の日」について

問 22 毎月 19 日が「家族でいただきますの日」「食育の日」であることを知っていましたか。  
(1つ選択)

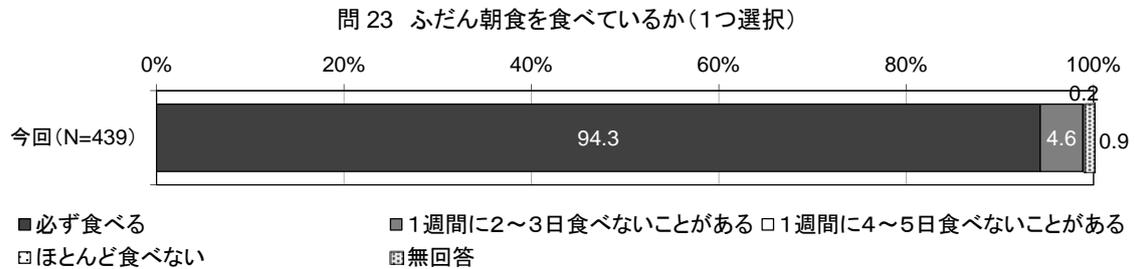
「知らなかった」(86.1%) が約 9 割で、前回と比較すると、ほぼ同様の傾向となっている。



## 2-6 お子様の食生活について

### 問 23 お子様は、ふだん朝食を食べますか。(1つ選択)

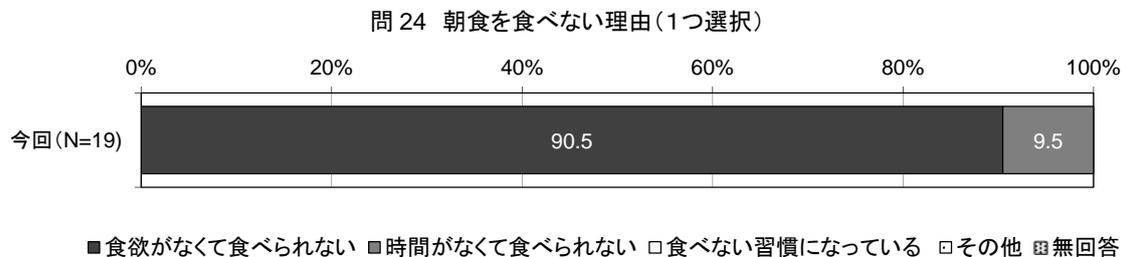
「必ず食べる」(94.3%)が9割以上となっている。



### 問 24 問 23 で朝食を「1週間に2~3日食べないことがある」「1週間に4~5日食べないことがある」「ほとんど食べない」とした方にうかがいます。お子様が朝食を食べない理由は何ですか。(1つ選択)

※サンプル数(N=19)が少ないため参考として掲載。

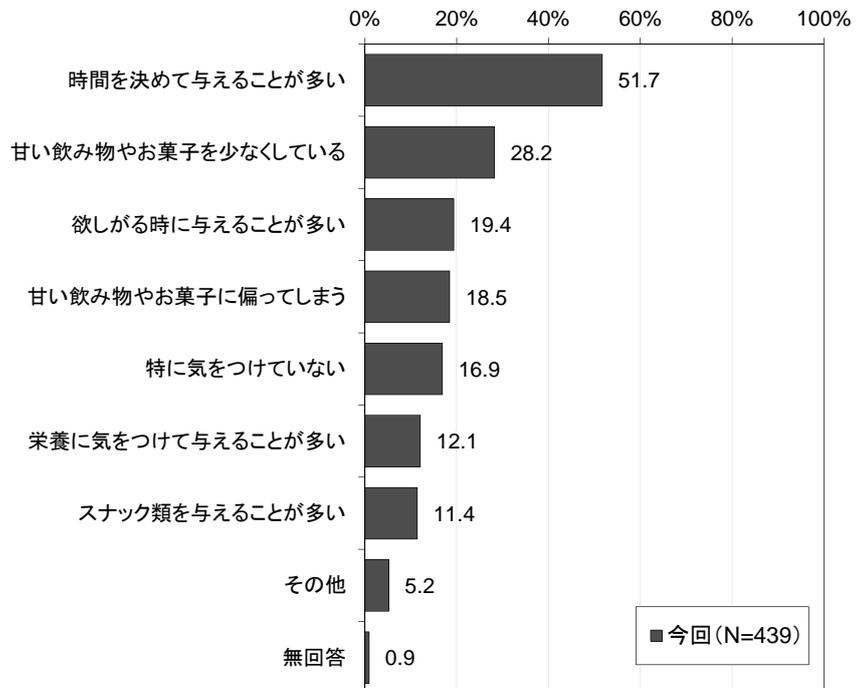
「食欲がなくて食べられない」(90.5%)が約9割となっている。



問 25 お子様へのおやつとの与え方をどのようにしていますか。(すべて選択)

「時間を決めて与えることが多い」(51.7%)が半数以上で最も高く、次いで「甘い飲み物やお菓子を少なくしている」(28.2%)となっている。

問 25 子どもへのおやつとの与え方(すべて選択)



(その他の主な内訳)

- ・同じ種類のは1日に1つ。必ず飲み物を付ける
- ・できるだけ手作り
- ・休日は夕食が早いので与えないことが多い
- ・食品添加物の少ないものを選んで
- ・幼稚園で食べるおやつのみ。家では与えていない
- ・気付くと家族の誰かからもらって食べている
- ・どうしても甘いものが多くなるので、その時は飲み物を白湯にしたり牛乳にしたりしている
- ・お休み(休日)の時は一緒に作る
- ・時間がある時は一緒に作る
- ・固い物を食べさせる
- ・なるべく軽食のものにしています
- ・なるべく果物を与えるようにしている
- ・チョコレート、アメ等は与えていない
- ・おやつ習慣がない
- ・スナック、キャラクター等のお菓子は行事の時以外はなるべく与えない
- ・おにぎりやパンを与える
- ・まずおにぎりを食べさせ、足りない分をお菓子で
- ・果物やおにぎりなど
- ・市販のお菓子がほとんど。量を決めて次の食事に支障が出ないようにしている
- ・ほとんど食べない
- ・3食の食事に影響がない時間帯、量にする
- ・時間と量に気をつけている
- ・甘いもの、スナック類を食べるときは量に気をつけて水やお茶とともに

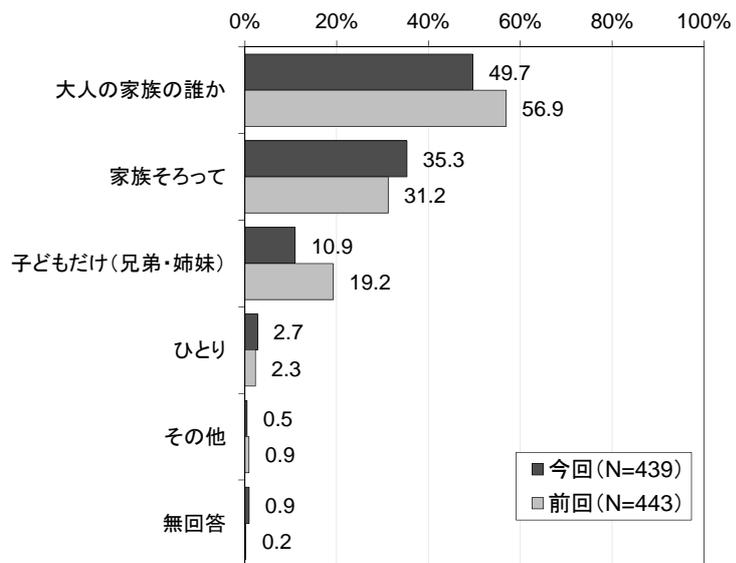
問 26 ふだん、お子様は誰と食事をする事が多いですか。(それぞれ1つ選択)

「家族そろって」は、朝食(35.3%)より夕食(55.4%)、「大人の家族の誰か」は、夕食(40.3%)より朝食(49.7%)が高くなっている。

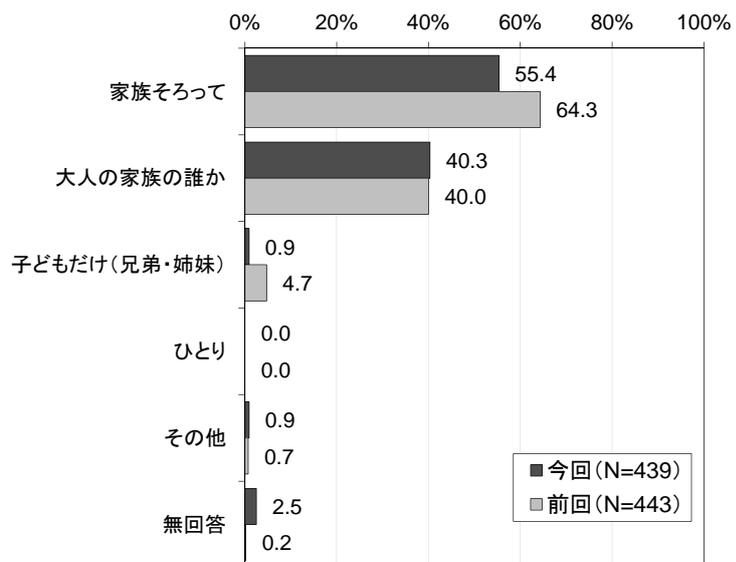
「家族そろって」、「大人の家族の誰か」の合計値を見ると、朝食(85.0%)より夕食(95.7%)が10.7ポイント高くなっている。

前回と比較すると、朝食では「大人の家族の誰か」、夕食では「家族そろって」が低くなっているが、朝食、夕食ともに「子どもだけ(兄弟・姉妹)」も低くなっている。

問 26 朝食 ふだん、お子様は誰と食事をする事が多いか(それぞれ1つ選択)



問 26 夕食 ふだん、お子様は誰と食事をする事が多いか(それぞれ1つ選択)

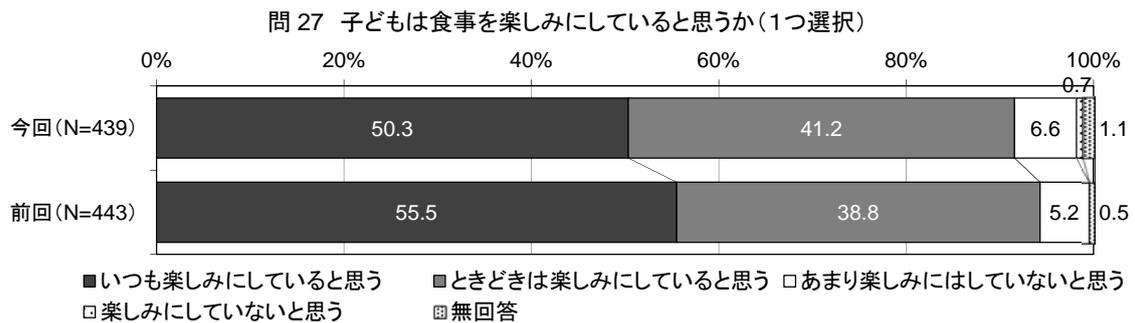


※前回は複数回答可

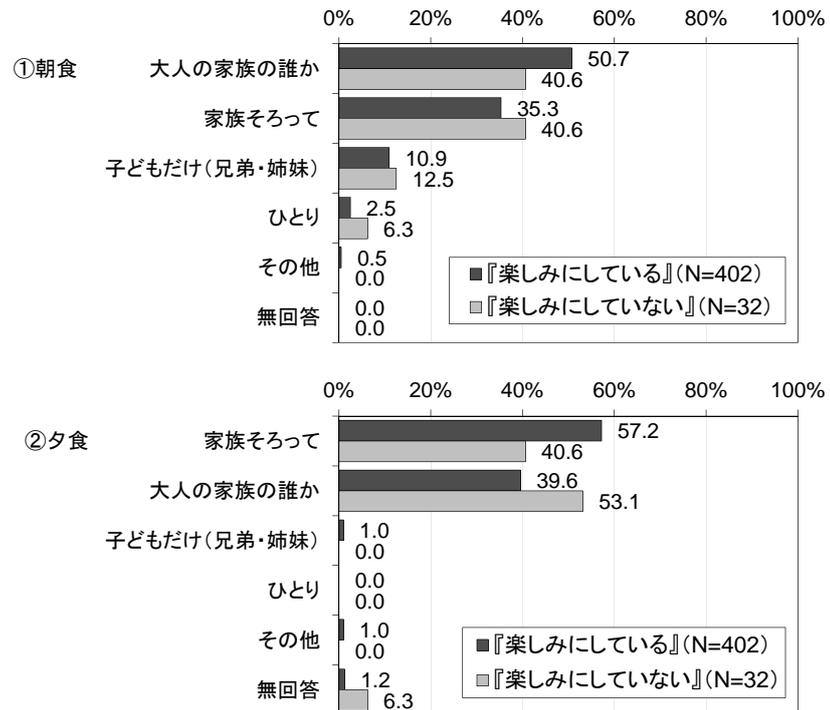
問 27 お子様は食事を楽しみにしていると思いますか。(1つ選択)

「いつも楽しみにしていると思う」(50.3%)が最も高く、次いで高い「ときどきは楽しみにしていると思う」(41.2%)との合計値(91.5%)は9割以上となっており、前回と比較し大きな差は見られない。

朝食、夕食それぞれについて、ふだん子どもが誰と食事をすることが多いか(問 26)と合わせて見てみると、朝食では大きな差は見られないが、夕食では、「楽しみにしている」が「家族そろって」(57.2%)で高くなっている。また、夕食では「楽しみにしていない」が「大人の家族の誰か」(53.1%)で高くなっている。



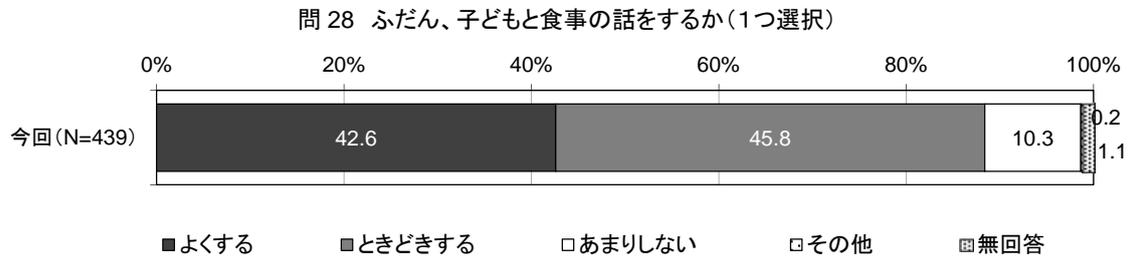
問 27 子どもは食事を楽しみにしていると思うか・ふだん子どもは誰と食事をする人が多いか(問 26)



※子どもの食事への期待感「楽しみにしている」は、「いつも楽しみにしていると思う」、「ときどきは楽しみにしていると思う」の合計値、「楽しみにしてはいない」は、「あまり楽しみにしてはいないと思う」、「楽しみにしてはいないと思う」の合計値

問 28 ふだん、お子様と食事の話をしますか。(1つ選択)

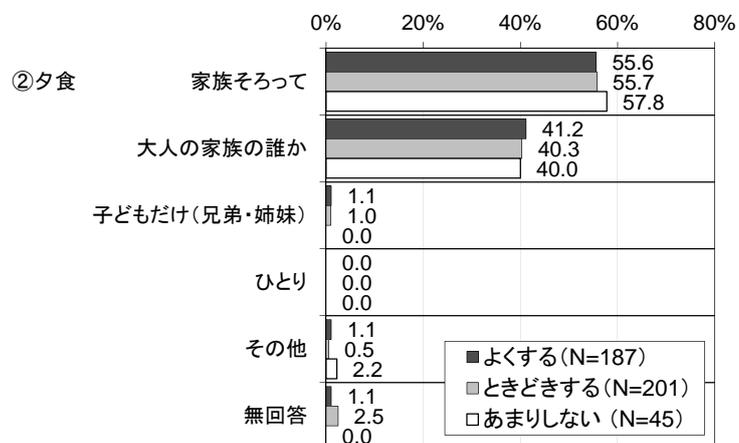
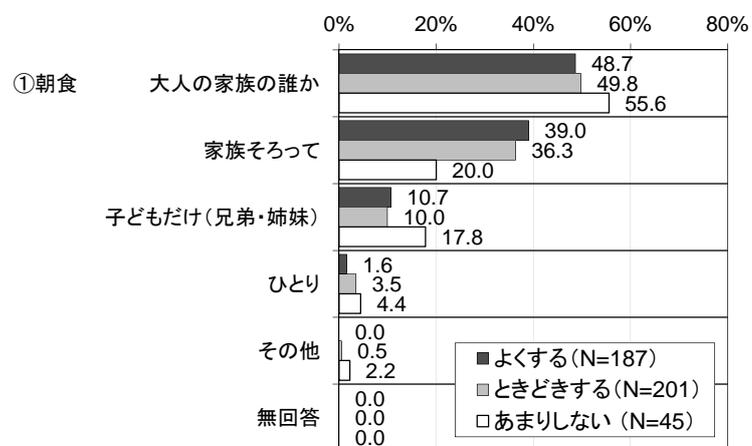
子どもと食事の話をする(「よくする」42.6%、「ときどきする」45.8%の合計値)は約9割(88.4%)となっている。



朝食、夕食それぞれで、ふだん子どもが誰と食事をする人が多いか(問 26)と合わせて見てみると、食事の話を「よくする」は、朝食では「大人の家族の誰か」(48.7%)、夕食では「家族そろって」(55.6%)で最も高くなっている。

一方、「あまりしない」は、朝食の「大人の家族の誰か」(55.6%)、夕食の「家族そろって」(57.8%)で半数以上と高くなっている。

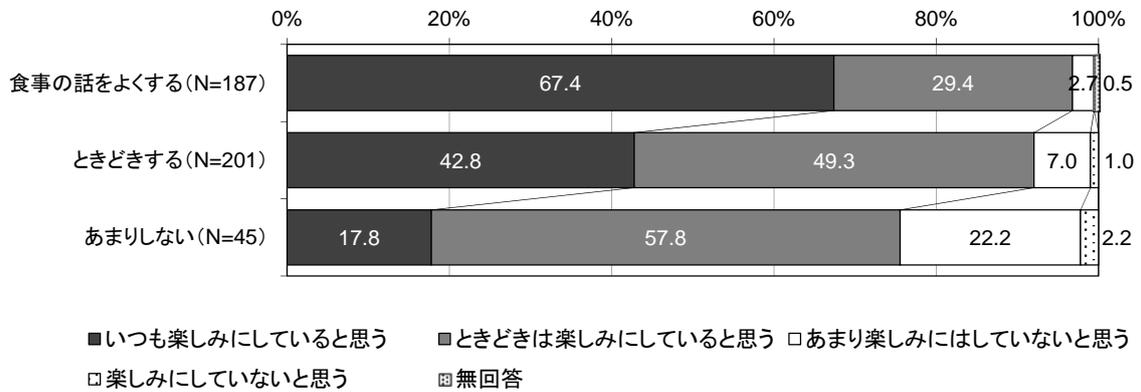
問 28 ふだん、子どもと食事の話をしますか・ふだん子どもは誰と食事をする人が多いか(問 26)



子どもは食事を楽しみにしていると思うか（問 27）と合わせて見てみると、食事の話を「よくする」では、「いつも楽しみにしていると思う」（67.4%）が最も高くなっている。

「あまりしない」では「いつも楽しみにしていると思う」が 2 割未満（17.8%）と低くなっており、子どもとの食事の話の頻度が高いほど食事への期待感が高いことがうかがえる。

問 28 ふだん、子どもと食事の話をするか・子どもは食事を楽しみにしていると思うか(問 27)

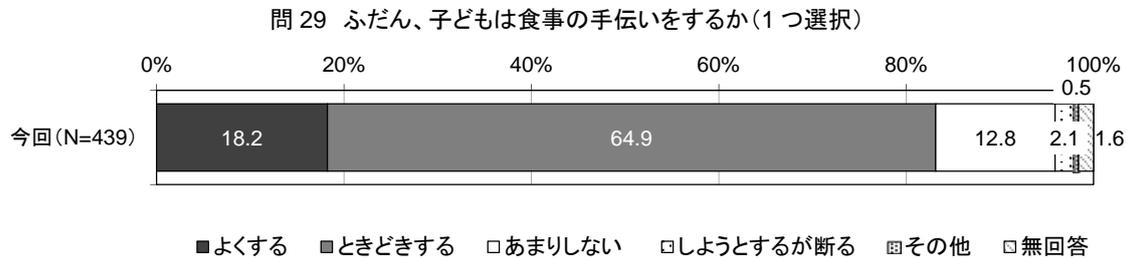


（その他の主な内訳）

- ・親は食事について話しかけるが、子どもは興味のない返事をする

問 29 ふだん、お子様は食事の手伝いをしますか。(1つ選択)

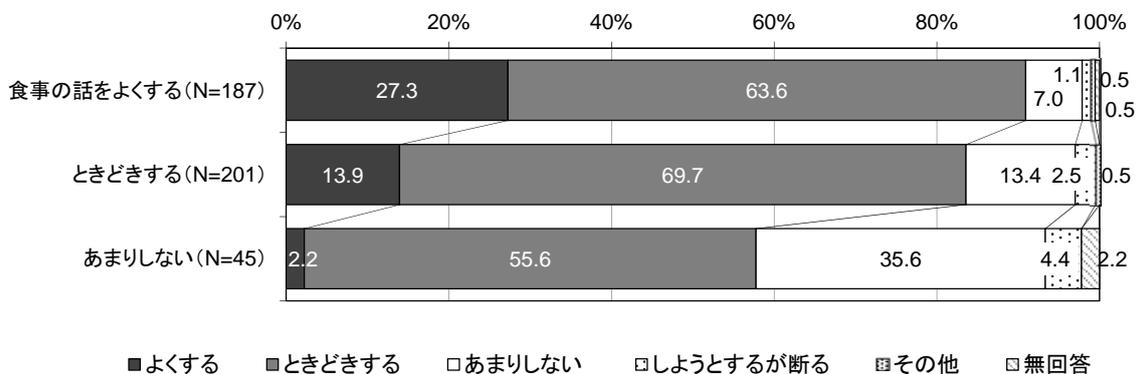
「ときどきする」が6割以上(64.9%)で最も高く、「よくする」(18.2%)との合計値(83.1%)は8割以上となっている。



子どもと食事の話をするか(問 28)と合わせて見てみると、食事の話を「よくする」では、手伝いを「よくする」(27.3%)が高くなっている。

食事の話を「あまりしない」では、食事の手伝いを「あまりしない」(35.6%)が高くなっており、子どもとの食事の話の頻度が高いほど食事の手伝いの頻度が高いことがうかがえる。

問 29 ふだん、子どもは食事の手伝いをするか・ふだん、子どもと食事の話をするか(問 28)

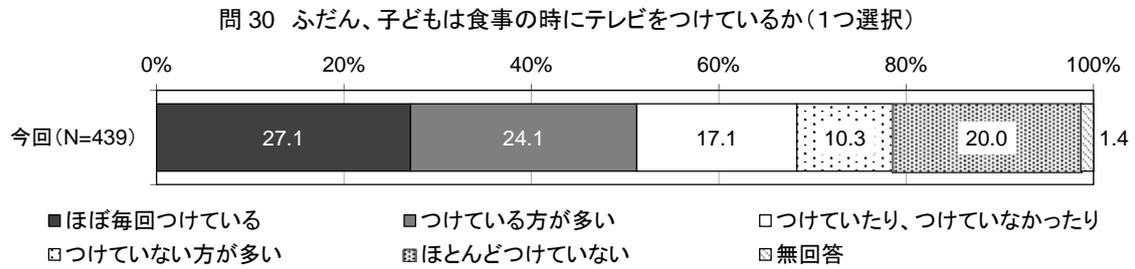


(その他の主な内訳)

手伝いたい気持ちはあるが、下の子がついてきて危険なのでさせていない

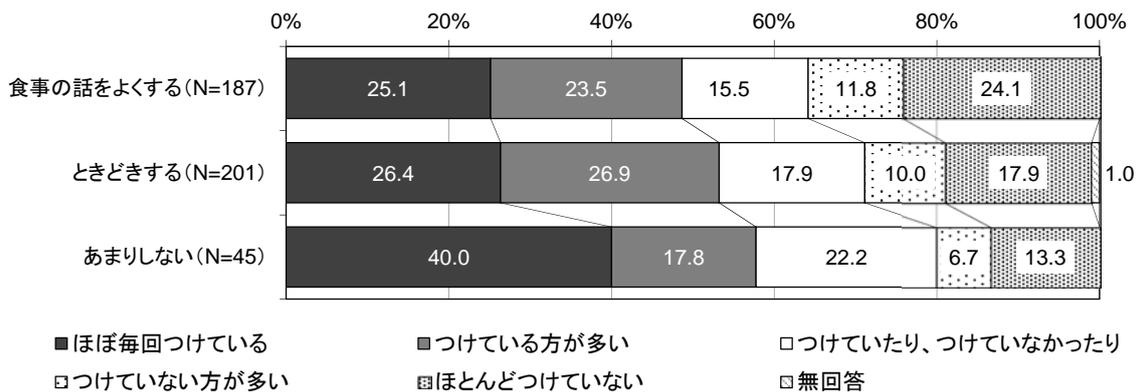
問 30 ふだん、お子様は食事の時にテレビをつけていますか。(1つ選択)

「ほぼ毎日つけている」(27.1%)が約3割で最も高く、次いで高い「つけている方が多い」(24.1%)との合計値(51.2%)は半数以上となっている。



子どもと食事の話をするか(問 28)と合わせて見てみると、食事の話を「あまりしない」では「ほぼ毎日つけている」(40.0%)が高くなっている。

問 30 ふだん、子どもは食事の時にテレビをつけているか・ふだん、子どもと食事の話をするか(問 28)



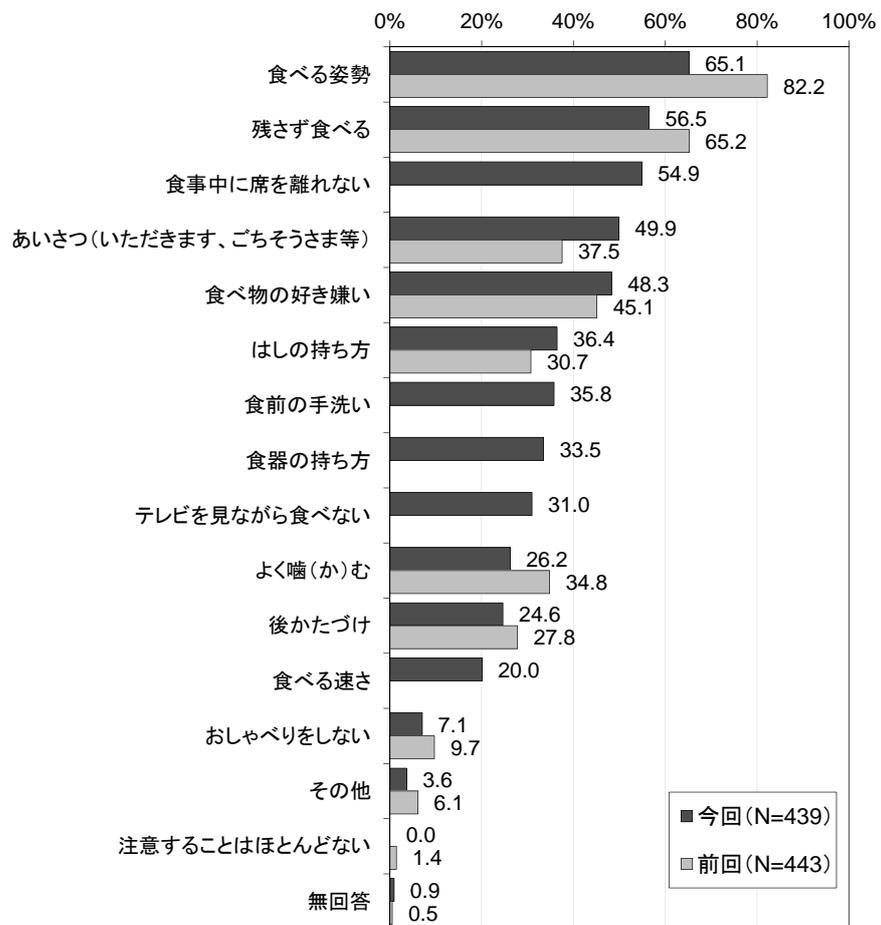
## 2-7 保護者としての食育について

問 31 あなた（保護者）が、食事の時によくお子様に注意することは何ですか。（すべて選択）

「食べる姿勢」（65.1%）が6割以上で最も高く、次いで「残さず食べる」（56.5%）、「食事中に席を離れない」（54.9%）が5割以上となっている。

前回と比較すると、「食べる姿勢」、「残さず食べる」、「よく噛む」は低くなっているが、「あいさつ（いただきます、ごちそうさま等）」、「はしの持ち方」は、前回より高くなっている。

問 31 食事の時によく子どもに注意すること(すべて選択)



### (その他の主な内訳)

・こぼさない (4件)

・クチャクチャと音を立てて食べない (2件)

・ダラダラ食べない (2件)

・三角食べをする (2件)

・注意しても改善されない

・嫌なものでも必ず一口は食べる

・口を開けずに閉じて食べる

・音を立てて食べない、お皿をきれいに、食べ残さない

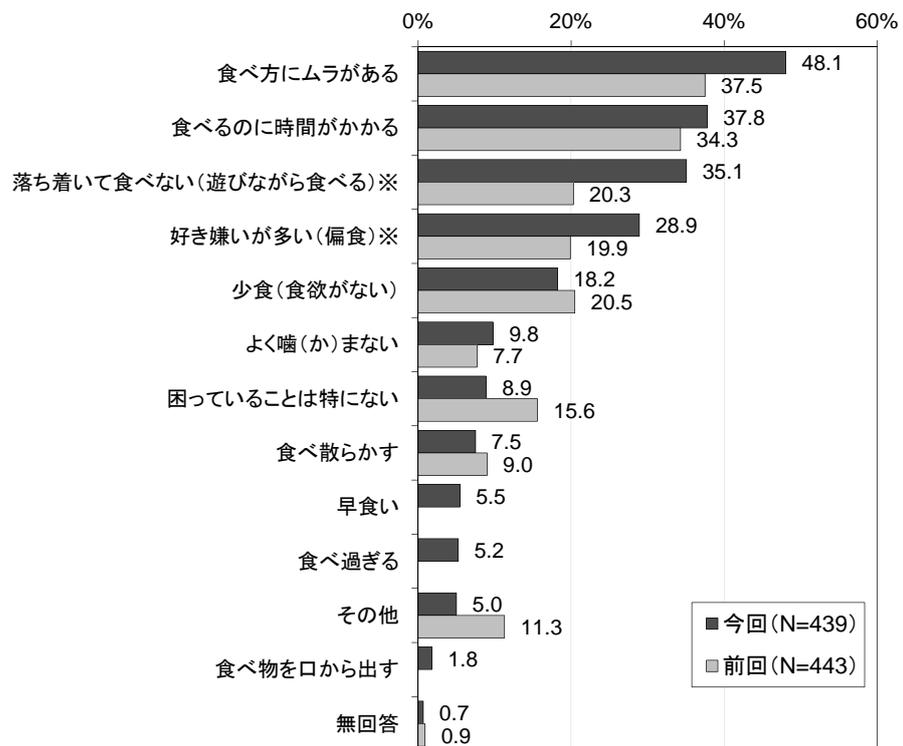
・「まずい」、「きれい」、「くさい」など、他の人の気持ちよい食事を阻害するような発言

問 32 あなた（保護者）が、お子様の食事について困っていることは何ですか。（すべて選択）

「食べ方にムラがある」（48.1%）が 5 割で最も高く、次いで「食べるのに時間がかかる」（37.8%）、「落ち着いて食べない（遊びながら食べる）」（35.1%）、「好き嫌いが多い（偏食）」（28.9%）となっている。

前回と比較すると、上位項目の「食べ方にムラがある」、「落ち着いて食べない（遊びながら食べる）」、「好き嫌いが多い（偏食）」が高くなっている。一方、「困っていることは特にない」が前回より低くなっている。

問 32 子どもの食事について困っていること(すべて選択)



※「落ちついて食べない(遊びながら食べる)」は前回「食卓で座ってられない」、「好き嫌いが多い(偏食)」は前回「一つの食品のみを食べる」

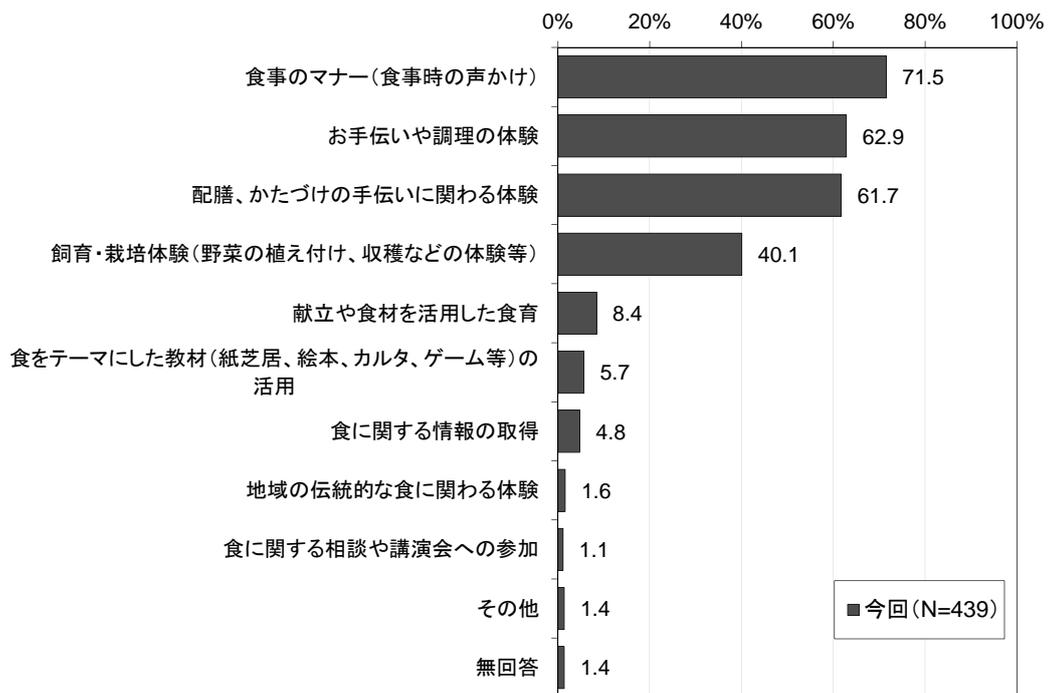
(その他の主な内訳)

- |                           |   |
|---------------------------|---|
| ・テレビを見ながら食べる (2件)         | ・マナーが悪い(食べる時に音を立てる、箸の使い方)   |
| ・口を開けてクチャクチャ食べること (2件)    | ・こぼした物を片付ける   |
| ・おかわりしたものをほとんど食べずに残す      | ・食べている途中で、「休憩」といって遊び出す  |
| ・姿勢。口の中に食べ物を入れたままのおしゃべり   | ・姿勢が悪い  |
| ・食べこぼし                    | ・他のことをソワソワ気にして食事に集中しない  |
| ・口を開けて食べるが多い              | ・食事マナー  |
| ・祖母が必要以上に口出しする            | ・給食ではいろいろな野菜、食材を食べるのに、家ではあまりチャレンジしない。好きなものだけを食べようとする。園では食べているし、楽しさも大切。年齢を考えると今はあまり家では無理強いはしませんが |
| ・何でも食べるが、好きなものは特に多く食べてしまう |   |
| ・食べるまでに時間がかかる             |   |
| ・好き嫌いが多くはないが増えてきた         |   |
| ・上の子と下の子でペースが違う           |   |

問 33 お子様への食に関する取組として実施しているものは何ですか。(すべて選択)

「食事のマナー（食事時の声かけ）」（71.5%）が7割以上で最も高く、次いで「お手伝いや調理の体験」（62.9%）、「配膳、かたづけの手伝いに関わる体験」（61.7%）、「飼育・栽培体験（野菜の植え付け、収穫などの体験等）」（40.1%）となっている。

問 33 子どもへの食に関する取組として実施しているもの(すべて選択)



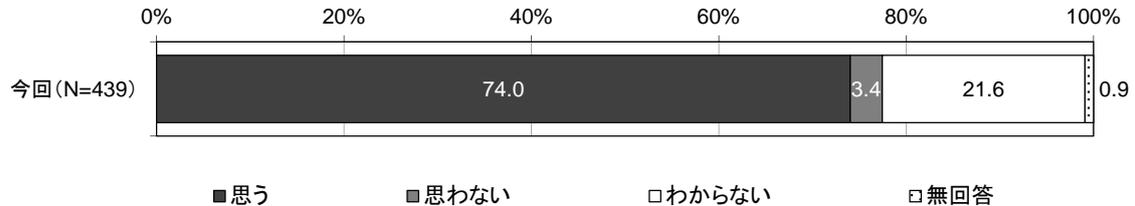
(その他の主な内訳)

- ・アジア諸国等の食べたくても食べられない子どものテレビ番組や本や話を聞かせて、食べられることへの感謝、食べ残しをしないことを促している
- ・私(母)が気をつけていることや、その理由を説明するようにしている
- ・食育アドバイザー(食改推)での活動
- ・年齢を考えて楽しく食べる。食事を楽しい時間にする

問 34 家族での食事や生活を通して、お子様が健康的な食生活を身につけていくことができると思いますか。(1つ選択)

「思う」(74.0%)が7割以上となっているが、「わからない」(21.6%)も2割以上となっている。

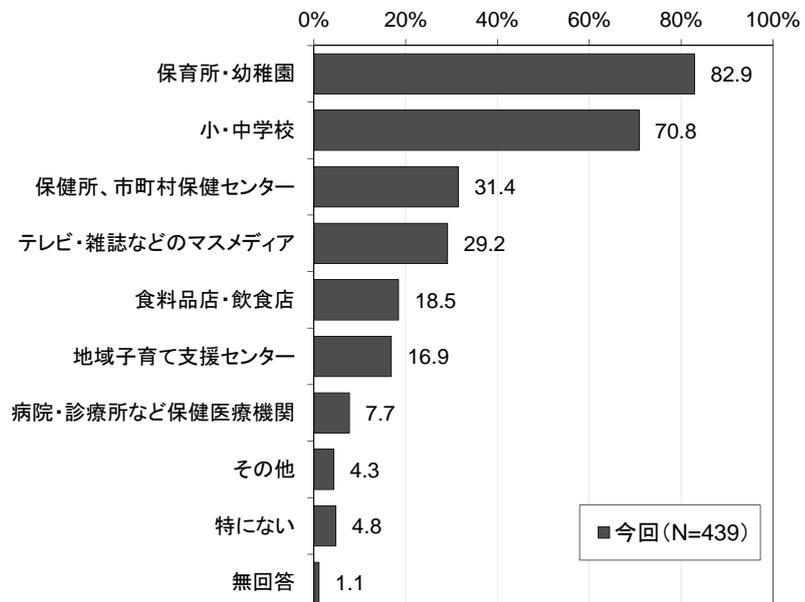
問 34 家族での食事や生活を通して、子どもが健康的な食生活を身につけていくことができると思うか(1つ選択)



問 35 お子様が健康的な食習慣を身につけるために、どのような機関が取組を進めるべきだと思いますか。(すべて選択)

「保育所・幼稚園」(82.9%)が8割以上で最も高く、次いで「小・中学校」(70.8%)となっている。「保健所、市町村保健センター」(31.4%)は3割以上で、「テレビ・雑誌などのマスメディア」(29.2%)と同程度となっている。

問 35 子どもが健康的な食習慣を身につけるために、どのような機関が取組を進めるべきだと思うか(すべて選択)



(その他の主な内訳)

・家庭 (12件)

・家庭、地域

・親がしっかりするよりない

・企業全体

・一緒に食べることや話すことなど、両親が取り組む

・食品を作られる方々

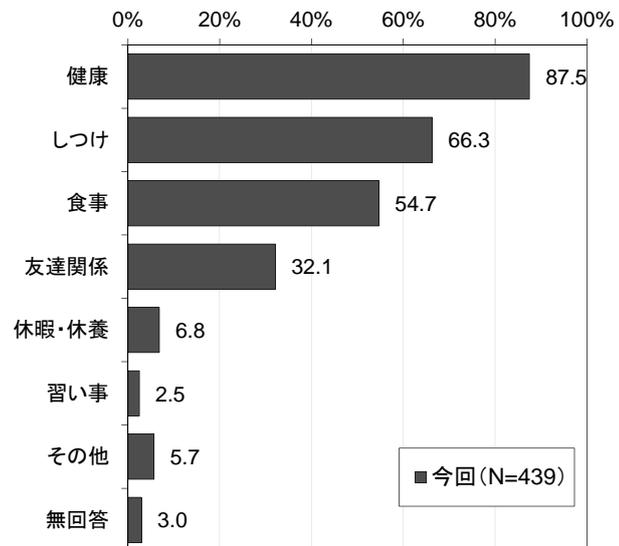
・イベント

・家庭が一番だと思うので、テレビなどが有効

問 36 子育てをする上で特に重視しているものは、お子様のどのようなことですか。(3つまで選択)

「健康」(87.5%) が最も高く、次いで「しつけ」(66.3%)、「食事」(54.7%)、「友達関係」(32.1%) となっている。

問 36 子育てをする上で特に重視しているもの(3つまで選択)



(その他の内訳)

- |          |         |             |                         |
|----------|---------|-------------|-------------------------|
| ・情操教育    | ・睡眠     | ・自尊心など心の成長  | ・子どもらしくのびのびと育てていくこと     |
| ・子どもの個性  | ・色々な体験  | ・あいさつ       | ・性格や興味にあった行動、遊び、学習      |
| ・家族との関わり | ・自由     | ・のびのび育てる    | ・子ども扱いせず一人の人間として接する     |
| ・規則正しい生活 | ・明るく素直に | ・好奇心を育てる    | ・規則正しい生活、あいさつ           |
| ・家庭での居場所 | ・外で遊ばせる | ・おもしろいこと、笑い | ・自発的な興味を伸ばすこと、自分で体験すること |
| ・笑いのある生活 | ・甘えさせる  | ・遊び         |                         |

## 自由記入

### (食品の安全性確保や食育施策についてのご意見がありましたら、ご記入願います。)

- ・保育園などで積極的に食育に取り組んでいただいているので感謝しています。ですが、もっと地域や児童館などで伝統料理を学ぶことができたら楽しいです。お年寄りとの交流もでき、よいと思います。いろいろやっているのだと思いますが、「いつやっているのか」を知るのに、地域ごとに通知がくると参加しやすいと思います。
- ・保育園で食育をしても、小学生になった時においしくない給食センター方式の味に慣らされてしまい、食に対する興味から離れてしまう。食べることを家庭以外で身近に感じようには、小さい地域のように学校に給食の調理室を作り、生徒の声が届きやすくするのはどうかと思う。
- ・我が子が通っている保育園では、食育を特別に意識する以前から、食について取り組んでいて、勉強になりました。まず、化学調味料を使わない手作り給食。乳幼児に味覚が分化、発達するように果物を控える。行事としての保護者を巻き込んだもちつきなど、数え切れないほど、生活の中に食と健康と発達が存在している。本来、食とはそういう生活の中に根付いているものであるべきであり、普段、親が忙しい生活の中で足りない部分を保育園が補い、それに気付かせてくれるのは、大変ありがたい。
- ・「食は命なり」、家庭環境、考え方が大きく影響すると思います。幼少期の食習慣が大人になっても続くので、家庭の差を少なくするために給食制度の維持・改善を希望します。税金のムダ使い(過度の広告)をせずに、未来を担う子ども達に最善の策をお願いします。
- ・年齢に応じた栄養素の必要量がよくわかりません。お肉はこのくらい、ご飯はお碗にこのくらい、野菜はこのくらいのような、1回の食事にどのくらいの量を食べるとよいのか、モデルになる献立があると食事が作りやすいです。調べればあると思うのですが、いろいろなパターンが絵などであるとありがたいです。
- ・農業体験など、体験を通して伝えられる催しなどを多く、市町村や行政が取り組んで、参加していけたらよいと思います。
- ・幼い子どもがいる家庭では、特に食育の必要性が高いと思います。ですが実際、子どもを遊ばせていたら、買い物や調理をする時間を作るのは難しいことです。お母さんが働いていればなおさらです。わかっているけどできない現実もあるように思います。公民館等で近所のおじいちゃん、おばあちゃん達が、子どもに手遊びなど昔ながらのあそびを教え、お母さんには「すいとん」などの郷土料理を教え、お昼をみんなで食べる。みたいなことが日常的にできれば理想的ですね。食べたことがなければ作れませんし、普段食べないものでもみんなで食べればおいしいものです。
- ・子どもが調理したがるので、子ども料理教室をたくさん、いろんな場所で、何回も開催してほしいです。家だとなかなかゆっくり教えてあげられないので。
- ・食育の大切さはわかりますが、親の負担になってしまったりは、楽しい食事にならないと思います。仕事を持つ母親も多いので、気軽に食育と向き合える雰囲気づくりをお願いします。
- ・日本人は食べ残しを平気で行い、また親も子ども達の食べ残しを平気で許していると思う。世界には、食べたくても食べられず、毎日たくさんの子どもの命を落としている現状も、食育の一環として教えるべきだと思う。
- ・幼稚園で、親子で「食5教室」(「食に関する5つの約束」に基づくもの)を受けました。とても参考、勉強になりましたし、子どもも箸の持ち方に気をつけるようになりました。家庭で行うことが基本ですが、園や学校で学ぶことが一番子どもには効きます。今後とも親子ともに園や学校での食育指導を期待します。
- ・余りあるほど食品がある中で育っている子ども達は、簡単に「これいらぬ、嫌い」と言います。好きなものだけ食べていると栄養バランスが崩れ、健康に害が出ることや、食べ物に対して「命を分けていただいている」というありがたさをもっと理解してほしいものです。
- ・食育に関することをメールで定期的にいただけたら、紙も減らせるし、よいと思います。おすすめの献立などもあったら買い物も楽になりますね。
- ・他県出身のため、郷土料理や伝統料理がよくわからず、家庭で作ることができない。実際に調理したり試食できるような機会があれば参加したいです。
- ・広報について、大人の施策より、子どもの給食等が重要だと思う。放射能に関する情報をもっと出してほしい。
- ・先日ニュースで、東北の食品が九州で加工され、九州産として販売されていることを知り驚きました。(東日本大震災被災地産の食品を)「食べて応援」は幼い子を持つ母としてはとても心配です。産地を選択して購入していたので、食品表示のあり方に疑問を感じました。学校給食等に東北のものを採用すると政府から援助を受ける制度ができると聞きましたが、群馬県での採用はやめていただきたいです。東北の応援は食以外のところでもできると思います。
- ・もっと子ども達に食育につながるようなことをさせたいと思う。時間に追われ、自分自身に余裕がないために、実行できていない。もっと自分自身の基本を見つめ直し、食育を通して子育てに取り組みたいものです。
- ・小さい子には、とにかく「自分で」というのが一番よいと思うので、子どもと一緒に参加、体験できる調理実習や農業体験などの機会、機関が増えるといいなと思います。
- ・好きな食べ物でも残すこともあり、子どもが食べやすいように普段は食べない野菜などは、みじん切りにしてハンバーグに入れたりしますが、あまり食べません。給食だと食べるのに、というお母様方からの声が多いので、給食のようによく食べる方法があれば教えてください。
- ・毎月19日「家族でいただきますの日」や「食育の日」のどちらも知りませんでした。見かけることもないので、もう少しPRを頑張った方がよいと思います。そういう日を作っただけで満足しないで、世間に広げる努力をしてみてください。
- ・女性が社会で活躍することが求められている世の中で、家族での食育は大変だと思います。企業、公共機関など、社会全体で子ども達の健康を守るために、食育をしていけたらいいと思います。少子化も食生活の乱れからくると思うので、大切なことだと思います。
- ・これらの5つの食育施策をもし対象者を明細にして実施していっただろうなと思います。例えば幼児期→3色分類(現在、健大幼稚園では栄養科大学生と交流をもち、教育が行われています)。児童期→6つの基礎食品群。思春期→日本人の食事摂取基準。思春期→食生活指針。思春期→食事バランスガイド(自分自身の必要エネルギー量を知ること、何をどれくらい取ったらよいのかを知り、また望ましい食生活の仕方を学べたらよいと思う)。一人一人の国民がこの教育を受けて世の中に出るようになれば、外食産業もさらに健康志向へと方針転換し、形を変えていくのではないかと。これにより将来、生活習慣病も減り、結果として国家予算の使い途も変わっていったらよいのではないかと思います。
- ・精神の安定、学力向上、体力向上、毎日元気に過ごすためにも食事がとても重要だと思います。特に3歳からの食事が、後々本人が成人してからの健康にもつながっていくと思います。食育をぜひ進めていきたいです。
- ・食事を通して学ぶことは沢山あると思います。大人になって自分でも感じる事が多いです。幼稚園や学校で食べる事、作る事に興味を抱くチャンスを増やしていただけることで親も時間を作るきっかけになっています。これからもよろしくお願い致します。「あとでネ」とならないように子どもの気持ちにこたえられる母でいたいです。
- ・幼いころから食育の場があると興味関心がわくし、親自身も食の大切さを学べると思います。食べる＝よりよく生きることに繋がるととても重要で根本的なものなので、若いお母さんに学べる場が沢山できるとよいと思います。
- ・親の意識改善が子どもに一番影響があると思います。保健所や支援センターで講習があっても一番聞いてほしい人にはなかなか届かない。難しいところかと思えます。大人が健康診断から栄養面等の健康面を学ぶ機会はあるはずですが、関心のある人のみ利用している現実でしょうか。私自身、管理栄養士として常々悩んでおります。マスメディアの力が強力なので、まずそこから頑張ってもらいたいと思っています。

- ・今は安心して外食などできないようなことがあります。家だけでなく様々な食事やいろんなお店、みんなで食べることなど、楽しい食事ができるように頑張っています。もっと安心できるようによろしくお願いします。
- ・食育が子どもの成長にとってとても大切なことはよくわかっていますが、体に良い健康的な食事というのはコストがかかり、作るのにもとても時間がかかるイメージです。たくさんのお母さん達が同じ悩みを抱えていると思うので、子どもが野菜や魚などを進んで食べてくれるような簡単なレシピなどを、例えば自治体などから幼稚園、学校などへ配布されるといいのかなと思います。
- ・幼稚園では無理かと思うのですが、小中学校等で食のプロの方が講演したり、実演したりしてくださる機会があったら、親もぜひ勉強したいです。わくわくしながら親子で食について語り合えそうな気がするのですが。もしくは自治体でもこのような機会があれば参加したいです。
- ・学校給食で毎日牛乳を出す必要があるのかなと思います。ご飯の日が少ないし、ご飯には味噌汁やスープが合うと思います。毎日味噌汁を出してもらえた方がよいです。日本食、地域の食物、季節のもの、そういうものが食育になるのではと思います。
- ・70代の方が思う食と、30～40代が考える食はやはり多々違いがあり、三世代で暮らしている私は、とてもやりにくい食育や子育てをしています。例えば、「もったいない」のレベル違い、栄養素の知識の違いなど、高齢者に現代の正しい食育レッスンなども聞いてください。
- ・我が子が通う保育園では、家庭ではマネができないくらい「食育」に関心があります。毎日とても安心して小さな子どもを預けています。しかし、小学校に入学すると今までとは違った「食育」のレベルになるのでは。体のことを考えるとまだまだ小学校の給食も、もっともっとレベルアップしてほしいです。
- ・各国で使用規制のある添加物が日本では使われていることや、人工甘味料などの怖い面などをもっと教えてあげてもいいと思う。小学校でもっと食について時間を当ててほしい。食を選択する力、大切だと思います。
- ・就園までは支援センターなどで情報を得られる機会もあるが、それ以降はなかなか機会がないので、地域の公民館などで講演会を開いたりしてもらえると、親に直接周知する機会になると思う。指針などよりも、実際に食べて、感じたり、レシピの紹介してもらえそうな、親子で楽しみながら学べる機会やイベントを作してほしい。食育フェスティバルをもっと定期的に関き、ショッピングモールなどを利用してもらえると、誰でも行けて、参加しやすいのではないかなと思う。正しい情報提供をしてほしい。
- ・食育に興味・関心は強いが、何から始めればよいのか迷う。行政などが示している指標などは、理屈はわかっても実践することが難しく感じる人が多い。気にしすぎてもストレスやプレッシャーになることもあり、加減が難しい。食は命なので、大切にしていきたいと思っている。
- ・食育施策により、子ども達が農業体験、調理体験をする機会が増えるのは良いことだと思います。しかし、そこで使われている野菜に農薬がたっぷり使われていたり、添加物だらけの調味料で作られているのだとしたら、個人的にはまったく意味のないことだと感じています。本当に子ども達の健康を考えるのであれば、無農薬、無添加を徹底していただきたいです。スーパーに並ぶ食材は買えないものばかりで、国が変わるしかないと感じますが、まずは地域から、群馬からでも良いと思うのです。本当に安全な食事を考えてくれる保育園、スーパーなどは県内にもいくつかあります。いつかその考えが県内全体に広がり、地域全体の「当たり前」として、県外へもアピールできるような日が来てくれたらと願います。
- ・食育施設ではないかもしれませんがスーパーで売っている加工品の原産国が表示されていると有難いです。あとあまり勧めない保存料、着色料とかがわかる目安のようなものがあつたらいいなと思います。
- ・食事は大人にとっても子どもにとっても大切で、心身の形成に大きな関わりがあると実感していますが、幼児にはまだ理解が難しいようです。絵本やリーフレットを利用して幼稚園だけでなく家庭でも繰り返し言い聞かせることが必要かなと感じています。
- ・家庭はもちろん保育園や学校で統一して健康的な食習慣が身につくように取り組むことが大切だと思います。
- ・子どもが食育について話を聞いた後、子どもの口から親に伝え実践できる事が大切だと考えます。親子で体験する機会があれば出かけて行きたい。
- ・家庭での普段の食事が食育であり、子を育てていくものだと考えますが、他の家庭ではどのようにしているのかは気になる場所です。
- ・保育所、幼稚園、小中学校に通っている（子供を持つ）保護者に食育の冊子配布。子どもにもわかりやすいもの。
- ・地域での食育の料理教室や学校での食育の教室に参加したことがあります。もっと気軽にそういうイベントがあればと思います。
- ・近くのスーパーに行っても群馬県産のものは少なくどこに売っているかわからない。また、売っていたとしても高い。スーパーの野菜は鮮度も悪く買う気にならない。群馬県産の新鮮な野菜はどこなら安く買えますか。この野菜を子どもに食べさせたい、と思うような野菜を売ってほしい。
- ・私の家では、家族が揃って食事をするというのは当たり前ですが、他の家を見てみると、子どもだけだったり、とさびしいなあと思うことがあります。それが増加しないよう、食卓を囲めるようになるといいですね。
- ・家庭が基本だとは思っているのですが、何かと理由をつけて忙しいからと手を抜いてしまいます。保育園や学校で取り組んでもらえるたびに「ありがたい」と思っています。
- ・食育について理解をし、子ども達に言葉で教えることはできても、実践することは難しいと思います。
- ・関東の作物、放射性セシウムの問題が本当に大丈夫なのか、とても心配です。風評被害はよくないけれど、子ども達の身体に入っているものが、将来影響が出ては困るという意識から、生産地をとてにも気にするようになりました。
- ・幼稚園での給食が我が家ではとても役立っています。家以外の味や料理が食べられ、苦手だったものも食べられるようになっていきます。幼稚園での食育がとてもありがたいと思っています。
- ・何でも食べる子になってほしいので、私達親も好き嫌いをく食べています。やはり、自分のあまり好きじゃない物は食卓に上らない場合が多いので、そこは反省すべき点です。健康で元気に過ごすには、食事はとても大事なことだと思います。
- ・食材を買う時は、なるべく添加物、農薬が入っていない物、放射性物質の検査が済んでいる物等を選ぶようにしているが、そういった食材や食品は、たいいてい高い。子ども用の商品（パッケージにキャラクターがある）にたくさん添加物が入っているものもよく見かける。食品会社、生産者、国が協力して、安全に食べられる、かつ買い求めやすい価格の食材や食品を増やしていただきたい。
- ・共働きの世帯が増えている中で、家庭での食育は不足していると感じています。保育園の給食等でさまざまな工夫をしていただいていることに感謝しています。忙しいことを言い訳にせず、食育という事にも目を向けるようにしていきたいです。
- ・今は核家族で郷土料理といってもなかなか作れない人が多いと思います。今はスマホなどでいろいろ調べて調理できるものの、それが家庭の味、母の味になるのかと思うと不安です。保育園でもいろいろしてくれています。もっと育てて収穫する喜び、旬の食材など、私もいろいろ自分で勉強しながら子どもにも教えていきたいと思っています。
- ・埼玉県入間市は血液検査を無料でを行い、葉酸の摂取を推進し、再度半年後ぐらいに血液検査を行って血管年齢の若返りに取り組んでいるそうです。ぜひ群馬県でもお願いしたいです。
- ・食事は生きていくうえで一番大切だと思うので家族で食卓を囲んだり、楽しく一緒に料理したり、小さなことから子どもと一緒に食育ができればと思います。
- ・問35（子どもが健康的な食習慣を身につけるために取組みを進めるべき機関）について、一番大切なのは、やはり家族で取組を進めるべきだと思います。近頃のわが子を見ていたり口癖やしぐさなど親の私たちは気づいていないのですが、子どもは真似をしています。それを家の中で試すのではなく、友達とかかわりの中でしているのです。そう考えると親が子どもに与える影響はものすごく大きいものです。食育も同じことだと思います。まずは家族で取組まなければどのような機関が取組んだとしても、と思ってしまう。子どもが楽しく食事をするためには「おいしい」と言ってもらいたいから、その笑顔が見たいから、料理の苦手な私が作ったものをそう言うてくれるので毎日頑張ります。そういう小さな家族の中の出来事が結局は食育に大きな影響力をもっているのではないのでしょうか。家族の関わり方が一番大切だと思います。

- ・子どもの健康な成長にはきちんとした食事が不可欠だと思います。わかりやすい情報を提供していただけると活用しやすいのではと思います。よろしくお願いします。
- ・食育という言葉は知っていても、理解し、実践することはたいへんだと思います。指針等を参考にしたいのですが、なかなかできません。何かのきっかけがあれば日々の生活に取り入れやすいと思います。
- ・子どもと一緒に参加できる調理実習とかあったら参加してみたいと思っています。
- ・食品の安全性について知りたい。添加物、放射性物質、中国で生産されたものなど、本当に安全かどうかよくわからず避けたりしている。「食育」とつくと、固いイメージがある。
- ・食は一生必要となるので、幼いうちからしっかりと食育をしていきたいものです。現代の家庭状況だと、家庭のみでの食育には限界があると考えますので、県、市町村で取り組みが益々増えることをお願いしたいです。
- ・食育と言う言葉は最近良く耳にしますが、耳に入るほど気になり、食事等にも気をつけることが多くなりました。たくさんの人に知ってほしいです。
- ・親子で調理する機会がたくさんあるとよいと思います。小さな子はおにぎりだけとか、のりをちぎるだけでも。お弁当作りの日があっても良いのではないのでしょうか。群馬県内で「お弁当の日」プロジェクトがあり、興味あります。
- ・幼稚園、学校の給食献立で、名前の知らないメニューがあると気があり、どんなものを食べているのか知りたい。
- ・家庭での取組が一番重要だとは思いますが、身近なところでの収穫体験などあったら楽しいと思います。
- ・子どもは園の給食やいろいろな体験を通して家では手を出さない食材にもチャレンジしているようです。家庭でも楽しさ、体験を通して食育することが大事と思っています。もっといろいろな情報が知りたいです。いろいろな角度からの発信がほしいです。飲食店のお子様ランチメニューは栄養に偏りがありますよね。
- ・「食」は人間にとってとても大事なことです。子ども達のこれからの身体づくりや心づくりのため、毎日教えながら生活していきたいと思います。わたしも食育についてこれから学んでいきます。
- ・わたしは食育にこだわらずに1日3食をおいしくいただければ良いのかなと思います。
- ・食育の大切さはよくわかっていますが、なかなか実践できません。献立をもらえる機会があったらやってみようという気になるのかなと思います。
- ・できることから少しずつ始めることを心がけています。
- ・このアンケートを通して、改めて食生活の大切さを振り返ることができました。家族揃って心身ともに健康になるために、「食育」を心がけ、実践したいと思いました。
- ・地元が県外ということもあり地域特有の食について知っていかないとこのアンケートを通して気づきました。
- ・このアンケートを記入していて、改めて「食育」「食事」について考えさせられたように思います。手作りを心がけ、和食、季節感のある食事を家族みんなで食べられるとよいなあと思いました。