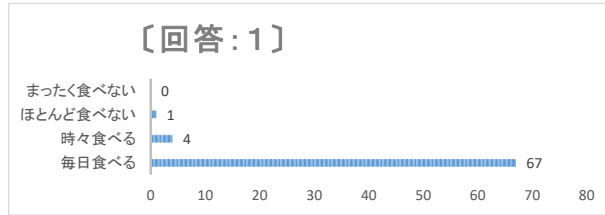


『食生活アンケートの結果』 令和2年11月 芳賀保育所

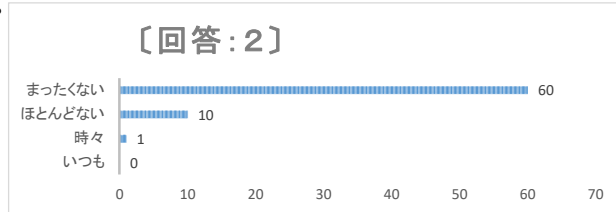
Q1:毎日朝食を食べますか？

毎日食べる	67
時々食べる	4
ほとんど食べない	1
まったく食べない	0



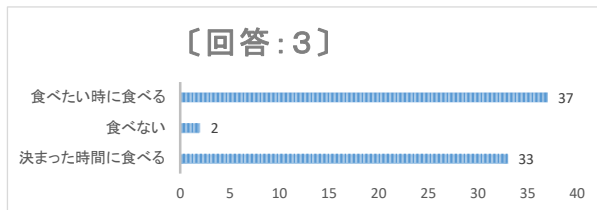
Q2:朝食がお菓子だけになることがありますか？

いつも	0
時々	1
ほとんどない	10
まったくない	60



Q3:おやつをいつ食べますか？

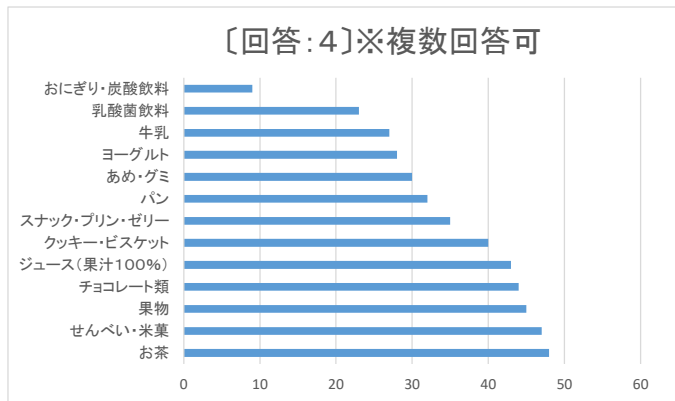
決まった時間に食べる	33
食べない	2
食べたい時に食べる	37



Q4:おやつに何を食べさせていますか？

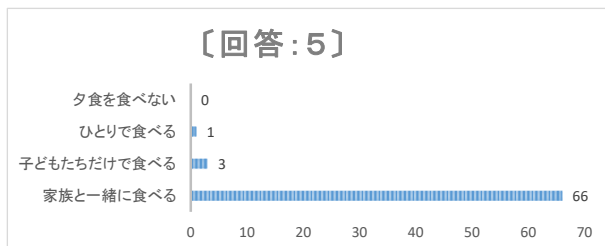
お茶	48
せんべい・米菓	47
果物	45
チョコレート類	44
ジュース(果汁100%)	43
クッキー・ビスケット	40
スナック・プリン・ゼリー	35
パン	32
あめ・グミ	30
ヨーグルト	28
牛乳	27
乳酸菌飲料	23
おにぎり・炭酸飲料	9

(その他・少数回答)
チーズ・野菜ティック・ガム・アイス



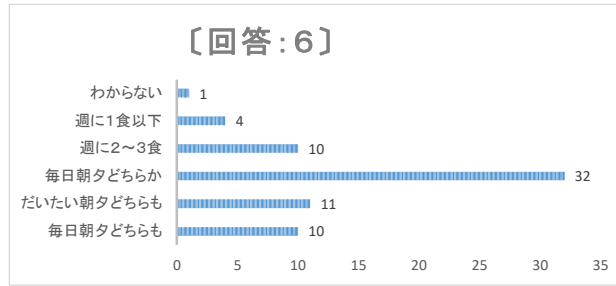
Q5:夕食を誰と食べますか？

家族と一緒に食べる	66
子どもたちだけで食べる	3
ひとりで食べる	1
夕食を食べない	0



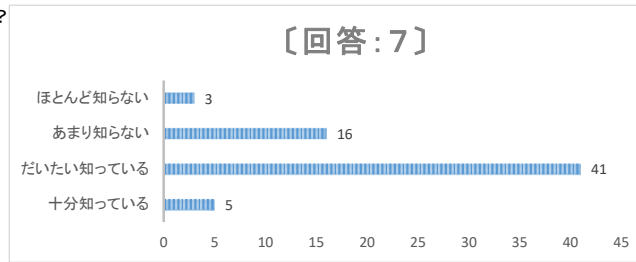
Q6:朝食・夕食で野菜をどれくらい食べますか？

毎日朝夕どちらも	10
だいたい朝夕どちらも	11
毎日朝夕どちらか	32
週に2~3食	10
週に1食以下	4
わからない	1



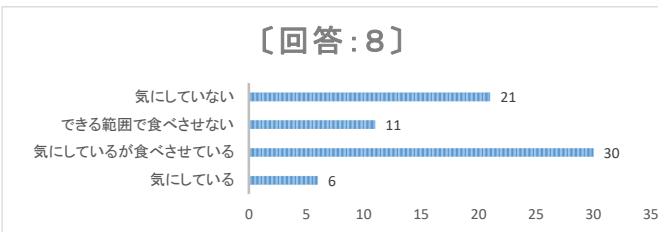
Q7:お子さんの適切な食事の量を知っていますか？

十分知っている	5
だいたい知っている	41
あまり知らない	16
ほとんど知らない	3



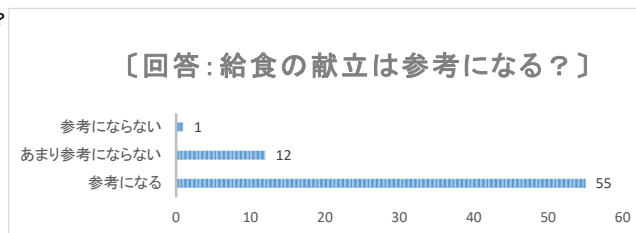
Q8:食品添加物の食品は気になりますか？

気にしている	6
気にしているが食べさせている	30
できる範囲で食べさせない	11
気にしていない	21



Q:給食の献立は家庭の調理の参考になりますか？

参考になる	55
あまり参考にならない	12
参考にならない	1



※以上がアンケートの結果になります。
 おやつは、食事とれない栄養を補うためのものです。お菓子ばかりのおやつが習慣にならないように、果物や乳製品などを組み合わせたり、おじや・おにぎり等もおすすめです。また、朝食をしっかり食べることで排便の習慣が付き、規則正しい生活習慣・生活リズムも、自然と身についていくと思います。何よりも、家族そろって楽しい雰囲気の中の食事を心がけてほしいと思います。
 ※お忙しい中、アンケートのご協力、本当にありがとうございました。