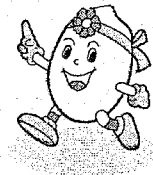


SSS事業 平成27年度 食生活アンケート(前)保護者結果



■アンケート対象者

- ・稲美中学校・稲美北中学校1～3年保護者 909名
- ・アンケート回収率:93.4%(849名)

アンケート回答者

父親	母親	その他	無回答
1.8	95.9	1.6	0.7

年齢(歳)	身長(cm)	体重(kg)	起床時刻	就寝時刻	睡眠時間(分)
43.0±5.1	158.3±5.5	52.9±8.0	5:47±0:57	23:16±2:32	6時間17分±1時間16分

\*年齢はアンケート回答者が父親母親の場合30歳以下は計算から除いた792名とした。

就業状況(%)

常勤	パート	専業主婦	その他	無回答
22.4	50.1	18.4	3.5	5.6

健康状況(複数回答)(%)

朝起きにくい	便秘	下痢	昼間に眠い	よく眠れない	頭痛
20.1	14.4	2.5	19.4	6.1	14.8
疲れやすい	貧血	食欲がない	特にない	その他	
37.5	13.2	0.6	22.4	2.8	

<食事全般について>

① 1週間の朝食回数(%)

毎日	週4～5回	週2～3回	ほとんど食べない	無回答
84.5	5.4	4.1	4.9	1.1

② 主な朝食内容(複数回答)(%)

主食(ごはん・パン・めん)	主菜(肉・魚・卵・大豆を使った料理)	副菜(野菜・芋を使った料理)	牛乳・乳製品
91.5	39.2	21.8	43.5
果物	菓子類(菓子パンを含む)	嗜好飲料(コーヒー・紅茶・ジュースなど)	その他
18.3	12.6	61.7	1.9

朝食の組合せ(%)

主食+主菜+副菜+その他	主食+主菜+その他	主食+副菜+その他	主食のみ	主食と牛乳・飲料のみ	菓子(菓子パンのみ)	その他および無回答
17.8	20.3	3.2	11.0	12.8	1.0	33.9

★主食主菜副菜を揃えている人は20%弱。

③ 1週間の子どもの共食回数(%)

	毎日	週4～5回	週2～3回	週1回	食べない	無回答
朝食	35.2	11.1	18.5	10.8	21.9	2.5
夕食	71.1	11.5	8.1	1.2	1.9	6.2

④ 朝ごはんの働きで実感したことがあるもの(複数回答)(%)

1日の栄養補給になる	目が覚める	元気が出る	仕事や家事に集中できる	スポーツに集中できる	排便がスムーズになる
48.1	32.4	55.0	32.4	7.9	35.7
体力がつき疲れにくくなる	朝少し長くねているより元気になる	肥満防止になる	病気にかかりにくくなる	家族の会話が增える	1日が充実する
9.9	6.5	4.1	10.7	10.1	13.1
いろんなことに頑張れる気になる	仕事が楽しくなる	整理整頓ができるようになる	忘れ物が減る	落ち着きがでてくる	その他
15.4	2.9	1.5	0.9	8.2	1.2

⑤ 家での食事で気をつけていること全てに○をつけてください。(複数回答)(%)

朝食を食べる	バランスよく食べる	野菜を食べる	偏食しない	間食をとり過ぎない
59.7	64.2	72.9	28.0	27.9
炭酸飲料やジュースを飲み過ぎない	なるべく家族で食卓を囲む	楽しく会話しながら食べる	よく噛んで食べる	その他
31.3	48.5	31.3	22.4	1.5

⑥ 調理の際に気をつけていること全て(複数回答)(%)

新鮮な食材を使う	地産地消	野菜を多く使う(毎食1皿以上の野菜料理)	品数を増やす	栄養バランス	盛り付けの工夫(色合い、大きさなど)	薄味にする
52.7	23.6	67.4	23.1	56.2	27.6	27.6
油料理を控える	子どもの嫌いな食べ物も食卓に並べる	手作り	食品添加物(食品表示)	子どもと一緒に料理をする	その他	
15.2	29.0	48.5	12.4	10.4	0.6	

(その他:一汁一菜、旬、とりたて等)

⑦ 主食・主菜・副菜を確認して食べていますか。(%)

いつも確認する	時々確認する	確認しない	主食・主菜・副菜が分からない	無回答
31.7	49.0	18.0	0.4	0.9

⑧ 自分の食事の内容を改善しようと思いませんか。(%)

思う	少し思う	思わない	改善する必要がない	分らない	出来ている	無回答
13.7	68.2	10.5	2.5	3.8	0.2	1.0

★80%は改善しようと思っている。



<食事内容・知識について>

⑨ 自分の野菜摂取量が足りていると思いますか。(%)

十分足りている	足りている	やや不足	不足	無回答
3.1	28.4	55.7	11.8	1.1

⑩ 1日に野菜料理をどれくらい食べますか。(%)

	食べない	1皿	2皿	3皿	4皿以上	無回答	野菜量(g)
朝食	62.0	31.0	3.3	0.5	0.1	3.1	29±42
昼食	22.6	57.8	12.8	2.2	0.6	4.0	67±50
夕食	1.6	34.5	41.3	17.4	3.2	2.0	130±59
						1日量	220±107

★1日量は、1皿70gとして求めた値。

朝食の野菜摂取する人の割合は半数以下である。

⑪ あなたの食事量や食事内容についてお聞きします。(%)

項目	よく知っている	知っている	あまり知らない	全く知らない	無回答
1. 主食は何を示すかを知っていますか	40.3	54.3	4.0	0.2	1.2
2. 主菜は何を示すかを知っていますか	29.4	58.9	10.1	0.5	1.1
3. 副菜は何を示すかを知っていますか	28.6	56.7	13.4	0.4	0.9
4. 主食の体での働きを知っていますか	24.1	51.9	22.1	0.8	1.1
5. 主菜の体での働きを知っていますか	17.3	46.9	33.8	1.1	0.9
6. 副菜の体での働きを知っていますか	15.4	41.5	40.3	1.6	1.2
7. 1日に必要な主食の量を知っていますか	6.5	22.5	60.8	9.1	1.1
8. 1日に必要な主菜の量を知っていますか	4.7	18.3	66.1	9.8	1.1
9. 1日に必要な副菜の量を知っていますか	4.5	16.6	68.0	9.7	1.2
10. 1日に必要な油脂の量を知っていますか	4.9	15.4	67.7	10.8	1.2

★主食主菜副菜油脂の1日に必要な量を知っている人は20~30%である。

⑫ あなたは次の食品をどのくらいの割合で食べていますか。(%)

項目	毎食	1日2回	1日1回	週4~5回	週2~3回	食べない	無回答
1. ごはん	20.4	58.1	15.8	2.8	1.6	0.5	0.8
2. パン	4.9	4.9	55	6.8	22	3.7	2.7
3. 麺類	0.2	1.1	6	5.5	70.2	11.9	5.1
4. 芋類(じゃがいも・さつまいもなど)	0.6	1.8	9.4	19.4	59.6	3.8	5.4
5. 牛乳・乳製品 (ヨーグルト・チーズなど)	13.1	13.3	35	15.2	17.7	4	1.7
6. 肉類(ハムも含む)	6.7	19.7	30.6	24.5	16	0.5	2
7. 魚類(ちくわなどの練り製品も含む)	1.6	4.5	24	21	45.1	1.1	2.7
8. 卵類	4.9	9	36.2	26.9	20.4	0.8	1.8
9. 大豆製品(豆腐・納豆・油揚げなど)	3.5	9	28.4	28.4	27.8	1.2	1.7
10. 緑黄色野菜 (ピーマンなど色の濃い野菜)	3.4	13.7	29.8	27.4	23.2	0.7	1.8
11. その他の野菜 (レタスなど色の薄い野菜)	5.1	17.7	31.2	27.3	16.8	0.6	1.3
12. 海藻類(わかめ、昆布、ひじきなど)	1.4	3.2	18.7	24.3	46.8	3.9	1.7
13. 果物類	1.8	3.1	19.8	17	43.3	12.5	2.5

14. 油脂を使った料理 (マーガリン、ドレッシング、バター、マヨネーズ ゴマやペーコンを使った料理)	9.2	16.1	32.4	21.9	17.1	1.2	2.1
15. ジュース・炭酸飲料	1.6	1.9	12.1	8.2	37.8	35.3	3.1
16. 菓子	2.5	4	33.8	19.3	30.4	7.9	2.1

★ご飯、パン、牛乳・乳製品、緑黄色野菜、その他の野菜、油脂を使った料理は、半数の人が1日1回以上摂取していた。芋類、魚、海藻、果物の摂取は1日1回以下の人が多い。

⑬ 「給食だより」を読みますか。(%)

毎月読む	時々読む	読まない	無回答
49.4	44.8	4.9	0.9

★94%の保護者は給食だより読んでいる。しかし、毎月読む人は50%以下である。もっと欲しいですね!

⑭ 「給食だより」の内容を子どもと話すことはありますか。(%)

よく話す	時々話す	話さない	無回答
2.9	58.8	35.1	3.2

⑮ あなたは、「給食だより」や「給食を通じての食生活のアドバイス」が、自分や子どもの食生活の意識や行動を変えようと思ったことがありますか。(%)

よくある	少しある	あまりない	全くない	無回答
8.6	60.5	24.7	3.2	3.0

⑯ 食事の時間に子どもとどのような話をする事が多いですか。(複数回答)(%)

給食だより	給食	一般的な食べ物	学校	食事マナー	その他
1.5	21.1	15.2	84.7	29.1	14.6

(その他: ニュース、部活、その日の出来事 など)

⑰ あなたが子どもの生活習慣で気になる事は何ですか。(複数回答)(%)

起床時刻が遅い	就寝時刻が遅い	勉強時間が少ない	睡眠時間が少ない	集中力がない	ゲームをよくする
19.0	43.0	49.8	22.9	29.3	37.0
携帯電話をよく使う	親と会話しない	箸の持ち方が悪い	姿勢が悪い	食事マナーが悪い	よく熱を出す
17.3	2.9	16.6	36.7	12.6	0.5
やせ気味	太り気味	手伝いをしない	体温(体温が36度以下)	その他	
8.8	8.1	15.5	5.7	1.5	

(その他: 鉛筆の持ち方、偏食、だらだらする など)

★勉強時間が少ない、就寝時刻が遅い、ゲームをよくする、姿勢が悪い、集中力がない ことを約30%以上の保護者は気にしている。

⑱ 稲美町の特産物(米・野菜・果物・加工品)を知っていますか。1、2を選択した方は品名も記入してください。

よく知っている	知っている	少し知っている	知らない	無回答
11.4	38.5	40.3	6.6	3.2

★90%以上の人が知っていた。メロン、米、野菜(トマト、キャベツなど)

⑲感想

・小学校と同じように栄養バランスのとれたものをいただけてうれしい。

