

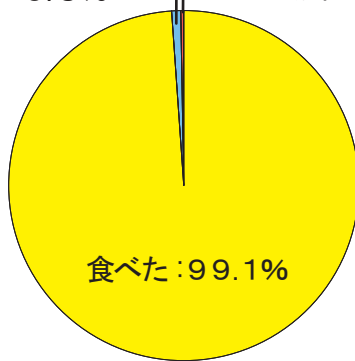
令和2年7月1日～7月7日「食事に関するアンケート調査結果」  
 (対象：満1歳～6歳児 / あきば：146名・あきば第2：18名 計164名)

☆回収率 7日間の平均：65%

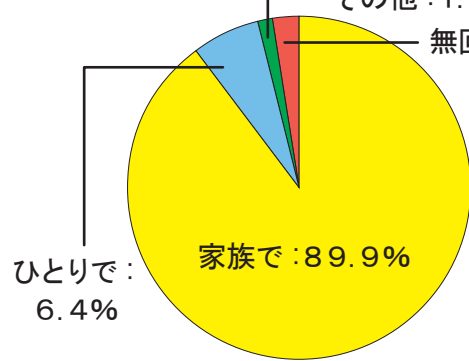
| 7月1日(水) | 7月2日(木) | 7月3日(金) | 7月4日(土) | 7月5日(日) | 7月6日(月) | 7月7日(火) |
|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 66%     | 73%     | 60%     | 53%     | 63%     | 70%     | 73%     |

### 朝食

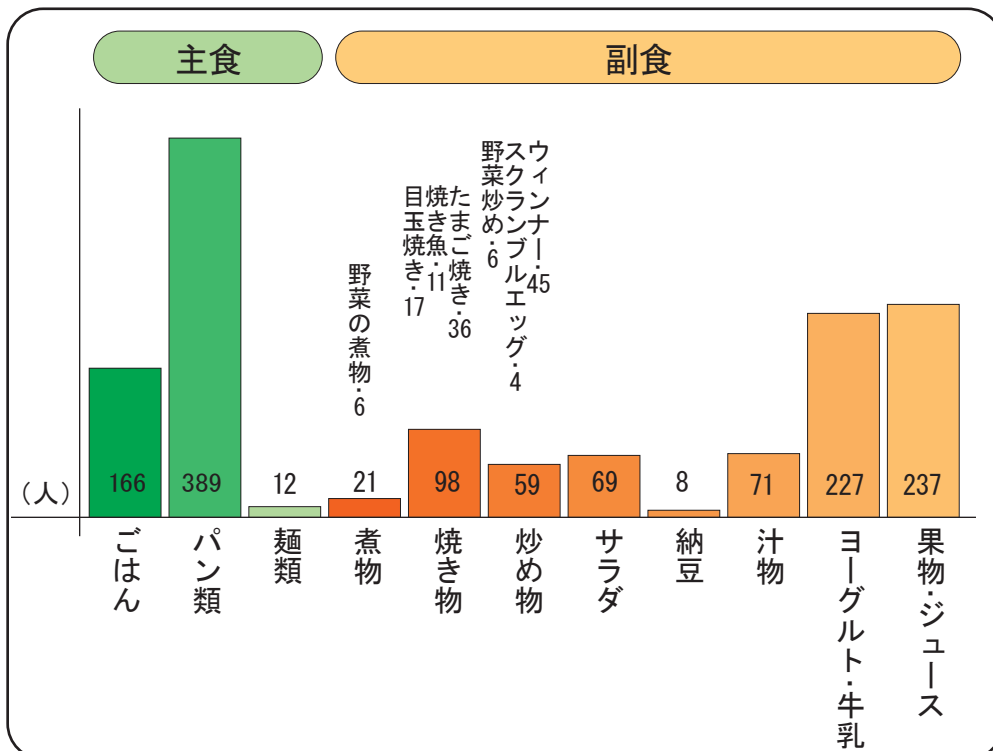
☆朝食は食べましたか  
 食べない：0.3% 無回答：0.7%



☆朝食は誰と食べましたか  
 その他：1.3% 無回答：2.4%

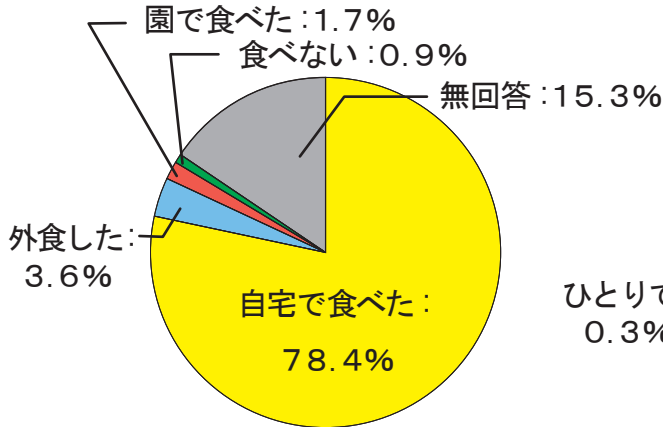


朝食のメニューは下記のようにになっています

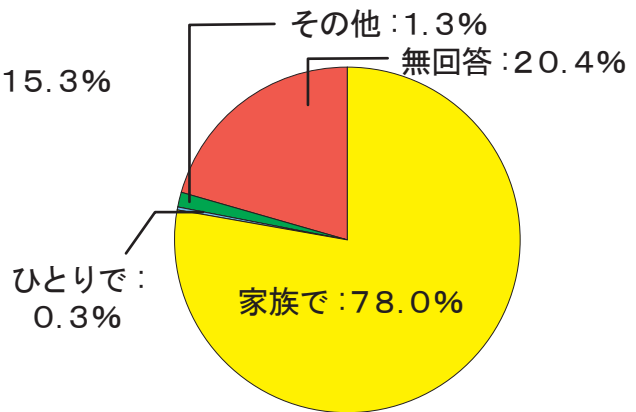


# 夕食

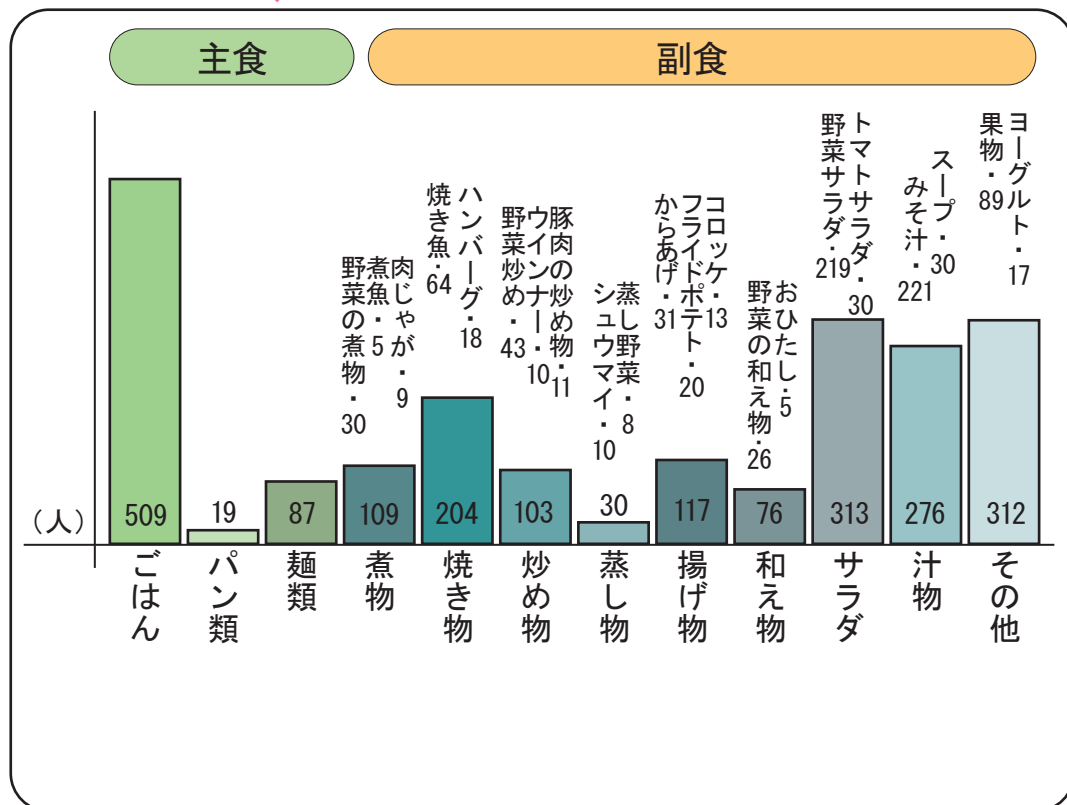
☆夕食は食べましたか



☆夕食は誰と食べましたか



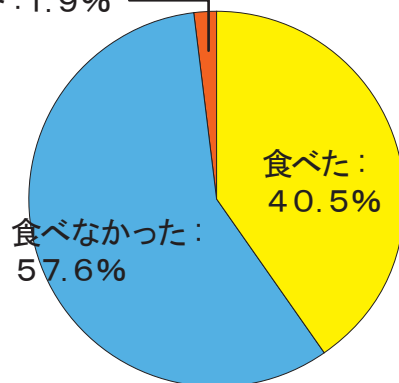
夕食のメニューは下記のようにになっています



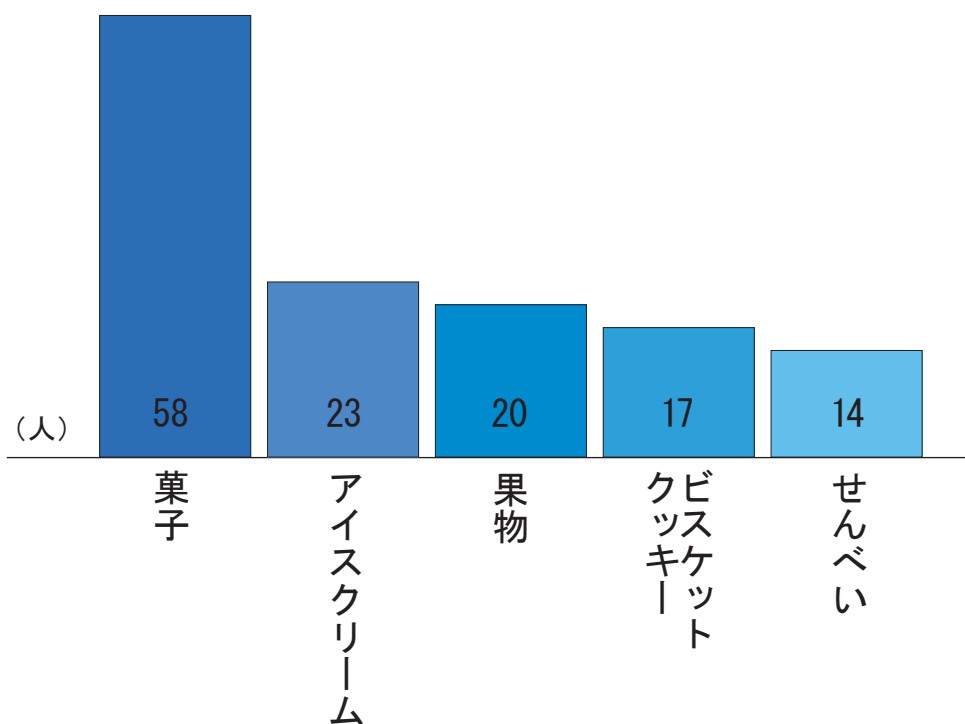
## 夕食前のおやつ

☆おやつを食べましたか

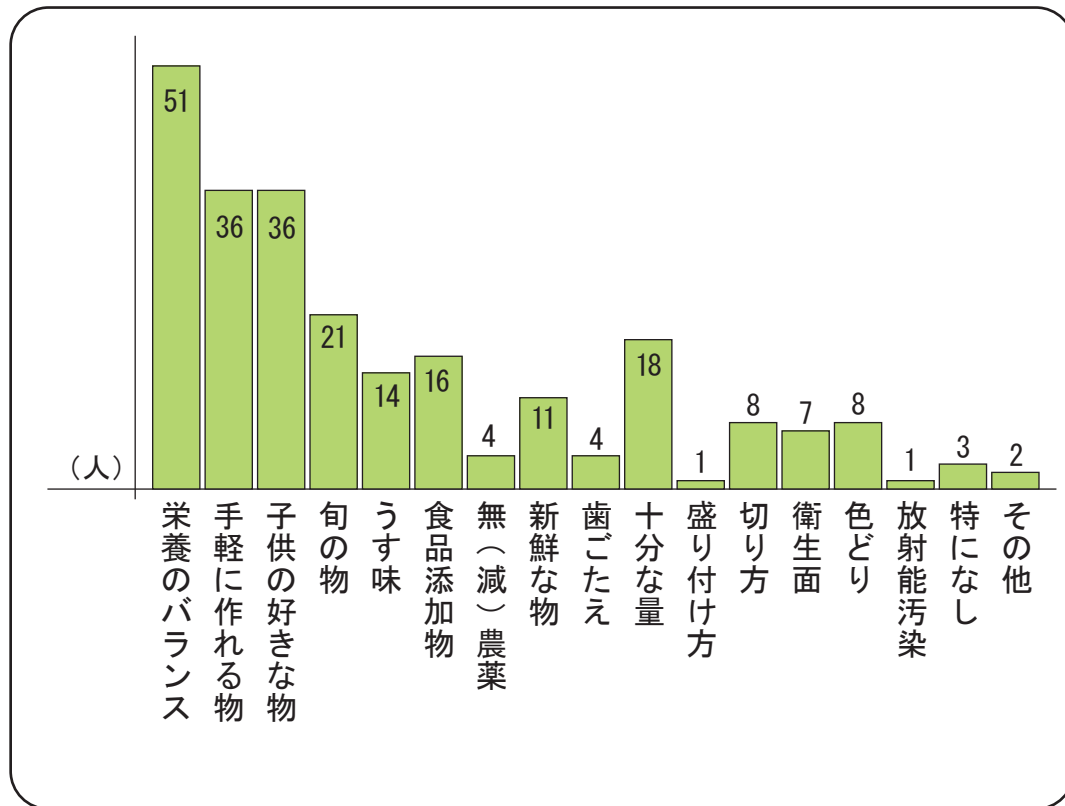
無回答：1.9%



おやつのメニューは下記のようにになっています



## ☆お子様の食事ではどんなことに気をつけていますか



アンケート調査期間を月曜日から日曜日の1週間とし、家庭での日常の食事の様子を回答いただきました。栄養のバランス、手軽に作れる物、子供の好きな物、旬の物等の関心が高いようです。皆様のご意見をいただいた結果、当園では、今後も煮物・和え物の和食を中心とした献立で食育を進めていきます。

- 季節の野菜や果物類、海藻、小魚類などの食材を使い、ビタミンや鉄、カルシウムを十分に摂取できるようにしています。
- 毎日のおやつはスキムミルクで作った、カルシウムたっぷりの特製手作りヨーグルトを提供しています。
- 食品添加物を使わず、昆布やかつお、とりがらでだしを取り、うす味で素材の旨みを生かした献立です。
- 咀嚼の発達を促す為に、噛み応えのあるイリコやヒジキ、昆布を提供しています。
- 横浜市等からの指導に即時に対応し、安全な食材を提供しています。また、手作りの給食で徹底した衛生管理を行っておりますので安心して食べていただけます。

## 保護者の皆様からのご意見・ご感想をご紹介します



### 《好き嫌いについて》

- 1ヶ月の間に同じメニューが繰り返してでくるので、苦手な物も少しずつ食べられるようになってきているように思います。毎日のおやつもとても楽しみにしているみたいです。
- 毎日給食やおやつに何を食べたか、何がおいしかったか、苦手だったけど何が食べられたかなど、子供が話してくれてコミュニケーションにもなっています。家庭では挑戦しにくい食材や調理などをとても豊かに提供してくださっていてとても感謝しています。いつもありがとうございます。
- いつも栄養満点の美味しい給食をありがとうございます。好き嫌いが多く心配していた我が子が、色々な食材を食べられるようになってきていて驚いています。まだ食べられないものも多いようですが、少しずつチャレンジできているようです。長年の心配事が解消されつつあり感謝しています。これからもよろしくお願いします。
- いつも全て食べていると聞いています。まだ家では気分によって食べたり食べなかったりする為ありがたいです。
- いつもおいしい給食ありがとうございます。『今日は半分食べることができたよ』など苦手なものを食べることができたときは嬉しそうに教えてくれます。
- 家では手をつけないようなメニューも食べられているようなので、味付けが子供好みなのかなあと感心しています。いつも丁寧につけてくださりありがとうございます。

### 《メニュー・レシピについて》

- 家で作るには手間がかかるメニューなど出して頂きいつも感謝しています。
- 家ではあまり提供しないメニューもたくさんあるので、色々食べることができるので子供にとっても親にとってもありがたいです。家では肉のおかずが多いので、園では魚を食べる機会も多いので良いと思います。
- いつも美味しく作っていただきありがとうございます。園だよりを見ながら真似して作ってみたいと思うものばかりです。
- いつも美味しいご飯ありがとうございます。子供も大好きです。園のメニューをお聞きしてお家で作ったものの…やっぱりあまり食べてくれず。保育園とは同じようには作れなかったのかもです。でも、これからも教えてもらったレシピいろいろ作ってみたいです。
- いつもおいしい給食をありがとうございます。学校に行く準備として牛乳を出してほしいです。
- いつも和食中心のおいしい食事の提供ありがとうございます。家ではなかなか手の込んだものは作れずとても感謝しています。
- 砂糖が三温糖ではなく、てんさい糖やきび糖ならなお良いなと思いますが、今のままでも十分な献立です。なにより家では食べない食材も美味しかったと言って子供達が給食を毎日楽しみにしています。
- 家庭では手の込んだものを毎日作るのは難しく「簡単な物を早く作って食べる」が日々のテーマです。やはりレパートリーも限られてしまい、同じようなものを週替わりで作っているような感じなので園での食事はメニューもたくさん上に栄養バランスもバッチリだと思うので大変助かっています。美味しいごはんを毎日食べてくる子供が羨ましいです。

## ご意見にお答えして：牛乳について

当法人の給食では、牛乳ではなく「スキムミルクを原料としたヨーグルト」を日常的におやつで提供することを続けてきています。

### 「当園の手作りヨーグルト」の特徴

- ・スキムミルクで作りますので低脂肪です。
- ・カルシウムが牛乳の約2倍である上に、乳酸カルシウムとして摂取するため吸収率が高く乳幼児には最適です。
- ・ビタミン類及びたんぱく質が豊富です。
- ・乳酸菌が市販のヨーグルトの5～10倍と多く、消化吸收の促進・整腸作用の効用があります。
- ・園で作るので無添加です。

ご存じの通り「牛乳」は、脂肪分が多い等いろいろなテーマで議論されている食品の一つです。最近では「学校給食での牛乳廃止」を実施している市もあるようです。

小学校へ向けての牛乳の経験について、当園では幼保小連携の取り組みのなかで「小学校給食を体験する」ことをねらいに、小学生から牛乳パックの片付け方を教えてもらうなどの活動を行ったりもしてきています。『入学して牛乳が飲めないのではないかな』とご心配な場合は、入学前にご家庭でも牛乳を経験されてみるのも良いと考えています。

## 《食物アレルギーへの対応について》

○アレルギー対応してくださり『おいしい』とよく言っております。フルーツも楽しみにしているようでメロンが出たときは姉に『高級メロンがでたよ』と自慢していました。嫌いなものがなくなってきたように思います。いつも美味しい給食を提供していただきありがとうございます。

## 《栄養バランス・旬の食材について》

○品数が多く栄養たっぷりだととてもありがたいです。色どりもよくおいしそうです。いつもありがとうございます。

○いつもバランスの良い食事をありがとうございます。家ではなかなか作らないメニューも食べさせて頂いて、野菜もいっぱい嬉しい限りです。毎日帰りに「今日これ食べたよ、おいしかった」と言わんばかりに教えてくれる子供達の姿も見れて笑顔になれます。

○家庭ではなかなか出せない程の品目を用いて、栄養たっぷりの給食を提供して頂いて本当に感謝しています。4、5月の登園自粛中に改めてそれを感じました。

○栄養バランスの考えられたメニューだと思います。彩りも良くて参考になります。

○家ではすぐ食べられるもの子供の好きなものを中心に提供するので、手が込んだものを作る事ができていません。園では季節のものや時間がかかるものを出して下さるので感謝しています。おやつも手作りで大変感謝しています。(家では手作りのおやつは出していません)

○以前食べたことがあります、とても美味しく栄養バランスなどとても気にかけてくださっているのが分かります。量もしっかりあって大食いの息子には嬉しいです。

○家でなかなか調理しにくい食材や食材の量を提供して頂きありがとうございます。

○いつも栄養たっぷりの給食をありがとうございます。「今日は～食べたんだよ」と教えてくれることもあります。これからもよろしくお願い致します。

## 《栄養バランス・旬の食材について》

- 栄養バランスがきちんと取れている食事をいつもありがとうございます。
- 色々な食材を調理して食べさせていただいているので助かります。
- いつも栄養バランスのいい美味しそうな食事を提供してもらいありがとうございます。毎日のご飯作りが大変なこともあるけど園でいい物を食べているので、時々家で手抜きしてもいいかなと肩の力を抜けます、感謝してます。
- 家庭では食べない用意できない食材を多く使っていただき助かります。メロンなどはめったに買わないので。砂糖不使用ヨーグルトや薄味に仕上げていただきありがとうございます。
- いつも豊富な品数で栄養バランスのとれた給食をありがとうございます。
- 切り方や食材の組み合わせなど、参考にさせていただいています。帰りの玄関で子供から『今日はこれ食べたんだ、いいでしょ』と自慢されています。
- いつも美味しそうなご飯で、品目やバランスなど参考にさせていただきます。

## 《おいしい給食》

- いつもおいしくて色鮮やかな楽しくなる給食をありがとうございます。
- いつも手間をかけて調理していただきありがとうございます。
- 園でしっかりした食事を出してくれるので家では手抜きがちです。でも野菜はとろうとがんばってはいます。
- 帰りに『今日は〇〇食べたよ』とショーケースを見ながら嬉しそうに話してくれます。
- 卒園した子供が美味しかったと言い、良い思い出となっていることを嬉しく思います。食べることは楽しい事で大切なことが幸せな時間だとこれからも伝えていきたいです。
- いつもおいしい給食ありがとうございます。今日の給食は〇〇だったよ！（大体フルーツの報告が多い）とお風呂の時など教えてくれます。家では作らないものや食べないものを出していただいていつも感謝しています。
- いつも『今日は〇〇がおいしかった。おうちでも作って』と言われます。
- いつも子供達の為にメニューを考えて下さりおいしいものを食べさせて頂き感謝しかないです。ありがとうございます。先生方も細かく食事の様子を教えて下さり、家での参考になっています。食べられる物、食べられなかった物、食べられるようになった物、少しずつ変化していくと思います。今後も気が付いたことなどたくさん教えて頂きたいです。大変だとは思いますが、これからもよろしくお願いします。
- 保育園の給食が大好きで毎日楽しみにしているようです。家の食事でも『〇〇食べたい』『保育園でこれ食べたよ』と食べ物に興味が出てきて、いろいろなものを食べられるようになりました。
- いつもバランスの良い食事をありがとうございます。家ではなかなか作らないメニューも食べさせて頂いて、野菜もいっぱい嬉しい限りです。毎日帰りに「今日これ食べたよ、おいしかった」と言わんばかりに教えてくれる子供達の姿も見れて笑顔になれます。
- いつも大満足です。すばらしいシステム、すばらしい保育で感謝しかありません。

## 《栄養士交流・食育》

- いつも色々な食材を食べさせていただきありがとうございます。また子供達が興味をもつように、食育を取り入れていただけて感謝しています。
- 給食室の折り紙が可愛くて毎回楽しみにしています。季節もわかっていいと思います。

## 保護者の皆様から教えて頂いた家庭で作る食事のレシピ紹介

- 千草和え：キャベツ、キュウリ、ニンジン千切りにしてさっと茹で、冷めたら砂糖、醤油、油、いりごまと和える
- パスタドライカレー：にんにく、玉ねぎ、ベーコンを炒めホールトマト、揚げナスを加えほどよく煮詰める。ナンプラー、ゆで汁で味付けオリーブオイルを加えパスタとあえる
- 豆腐ハンバーグ：豆腐、鶏むね肉をミンチ状、えのき、ミックスベジタブル、ひじき、片栗粉、おからパウダー
- もやしのナムル：豆もやしをレンジで加熱し塩もみしてからしぼる。ごま油ともやしを混ぜる。すりごま、鶏がら粉末、オクラ粉末を混ぜる
- ポテトサラダ：じゃがいもを茹でる時にコンソメを入れて茹でる。下味がつくだと塩コショウなど少なめで済む。ハムの代わりにベーコンをこんがり焼く
- 手羽元煮：手羽元、しょうゆ、みりん、酢、水 圧力鍋で煮る
- 親子丼：かさ増しに高野豆腐を入れている
- ガパオライス：豚ひき肉、玉ねぎ、パプリカ、セロリ（野菜は全てみじん切り）食材を炒めてしょうが、にんにく、塩コショウ、ナンプラー、オイスターソース、砂糖で味付け。上に目玉焼きをのせる
- ビビンバ丼：合挽肉、にんにく、しょうが少し、ニンジン、えのき、ニラ、小松菜をナムルだれ（砂糖、ごま油、塩、中華だし、みりん）で味付けて温泉半熟たまごをのける
- 厚揚げチーズ：厚揚げにスライスチーズ、めんつゆ大さじ1をのせてレンジで1分チンする
- 切り干し大根の酢の物：切り干し大根とニンジンを湯でもどす。キュウリと合わせて砂糖、酢、めんつゆで味付け
- キャベツのサラダ：キャベツ、ニンジンを千切りにし塩でもんで水気をきり、ハム、マカロニをくわえマヨネーズ、こしょう、酢で調味する
- サーモンのホイル焼き：①鮭の切り身に塩を適量ふる②アルミホイルにスライスした玉ねぎ、ミニトマト、きのこ、①の切り身をのせてとろけるチーズをのせる③②のホイルを包んでフライパンにのせて火を入れる④魚に火が通りチーズがとけたら完成
- かぼちゃスープ：①ベーコンを炒める②ベーコンの油で玉ねぎを炒める③②にしめじを入れ炒める④かぼちゃをレンジで蒸してやわらかくする⑤蒸したかぼちゃの皮をむいてミキサーにいれる⑥ミキサーに豆乳を入れて混ぜ合わせる⑦⑥を③と合わせて煮る⑧コンソメ、塩、こしょうで味付け

## 「食事に関するアンケート」を振り返って

年一回の食事に関するアンケートにご協力くださり、大変ありがとうございました。今回も「保護者の皆様からのご意見・ご要望」にいただいたコメントは全て掲載しております。たくさんの良い評価をいただき、今後も安全でおいしい給食を子供さん達に提供し続けてまいります。いつもご理解・ご協力ありがとうございます。

園長 日高 伸一