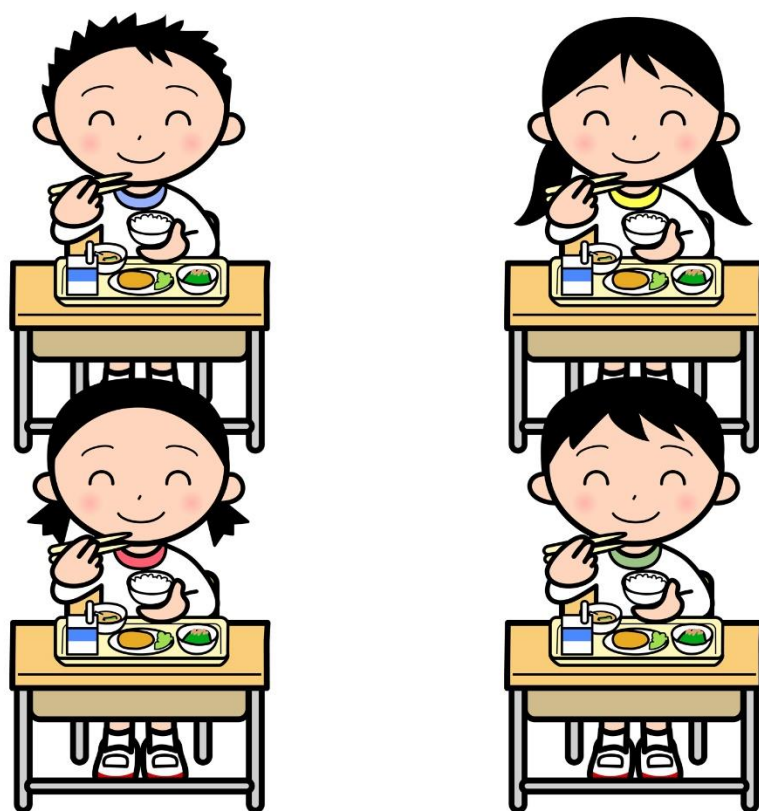


令和6年度

食生活・給食アンケートの結果



知立市教育委員会

知立市学校給食センター

目 次

1. 調査の概要	1
2. 結果	4
3. 考察	1 3
4. まとめ	1 4

1. 調査の概要

(1) 調査目的

児童生徒の朝ごはんや学校給食等の実態を把握し、今後の食に関する指導や献立作成、給食調理に活かす

(2) 実施日

令和6年6、7月

(3) 調査対象者

全小学校5年生、全中学校2年生 2学級

学校名	人数
知立小学校	81
猿渡小学校	51
来迎寺小学校	62
知立東小学校	34
知立西小学校	62
八ツ田小学校	47
知立南小学校	52
小学校計	389

学校名	人数
知立中学校	67
竜北中学校	70
知立南中学校	64
中学校計	201
小中合計	590

(4) 調査内容

別紙アンケート用紙

(5) 調査方法

各学校において担任の指示のもとに、タブレットでアンケートを回答

食生活・給食アンケート

※次の質問について、あてはまる番号を選んでください。

1. 学校を選んでください。

- ①^{ちりゅう}知立小学校 ②^{さわたり}猿渡小学校 ③^{らいこうじ}来迎寺小学校 ④^{ちりゅうひがし}知立東小学校
- ⑤^{ちりゅうにし}知立西小学校 ⑥^{やつだ}八ツ田小学校 ⑦^{ちりゅうみなみ}知立南小学校
- ⑧^{ちりゅう}知立中学校 ⑨^{りゅうほく}竜北中学校 ⑩^{ちりゅうみなみ}知立南中学校

2. 毎日朝ごはんを食べていますか。

- ①毎日食べる ②週に5～6日食べる ③週に3～4日食べる
④週に1～2日食べる ⑤毎日食べない

3. ②、③、④、⑤と答えた人は、その理由を1つ選んでください。

- ①時間がないから ②食欲がなかったから
③朝ごはんが用意されていないから ④太りたくないから
⑤その他

4. 今日の朝ごはんに食べたものをすべて選んでください。

(今日の朝ごはんを食べなかった人は、どれも選ばないでください。)

- ①おもにエネルギーのもとになる食品(ごはん、パン、めん、いもなど)
②おもに体を作るもとになる食品(肉、魚、たまご、大豆、とうふ、牛乳、乳製品など)
③おもに体の調子を整えるもとになる食品(野菜、果物など)

5. 朝ごはんに野菜を食べていますか。

- ①毎日食べる ②週に5～6日食べる ③週に3～4日食べる
④週に1～2日食べる ⑤毎日食べない

6. 食事をすることは楽しいですか。

- ①とても楽しい ②楽しい ③あまり楽しくない ④楽しくない

7. よくかんで食べることを意識していますか。

- ①意識している ②意識していない

8. 大便是出ますか。

- ①毎日出る ②2～3日に1度出る ③4～5日に1度出る
④6～7日に1度出る ⑤1週間以上出ない ⑥決まっていない

9. 朝なかなか起きられず、午前中に体の調子が悪いことがありますか。

- ①毎日ある ②週に5～6回ある ③週に3～4回ある
④週に1～2回ある ⑤毎日ない

10. いつも何時頃寝ますか。

- ① 9 時より前 ② 9 ～ 1 0 時 ③ 1 0 ～ 1 1 時
④ 1 1 ～ 1 2 時 ⑤ 1 2 時すぎ

1 1. 給食は好きですか。

- ①はい ②いいえ

12. ①と答えた人は、その理由を3つまで選んでください。

- ①おいしいから ②友達と食べることができるから
③栄養が考えてあるから ④家で食べられない料理が出るから
⑤おなかがすいているから ⑥その他

13. 給食は毎日残さず（へらさず）食べますか。

- ①残さず (へらさず) 食べる
②ときどき残す (へらす)
③いつも残す (へらす)

14. ②、③と答えた人は、その理由を3つまで選んでください。

- ①きらいなものが出るから ②量が多いから ③時間がないから
④おいしくないから ⑤おなかがすいていないから ⑥太りたくないから
⑦その他

15. きらいなものが出たらどうしますか。

- ①全部食べる ②少し食べる ③全部残す

16. ①、②と答えた人は、その理由を3つまで選んでください。

- ①健康のため ②作ってくれた人に悪いから
③しかられるから ④クラスの残食を少なくしたいから
⑤エコのため ⑥世界には食べられない人がいるから
⑦その他

17. 給食のおかずで好きな料理を1つ書いてください。

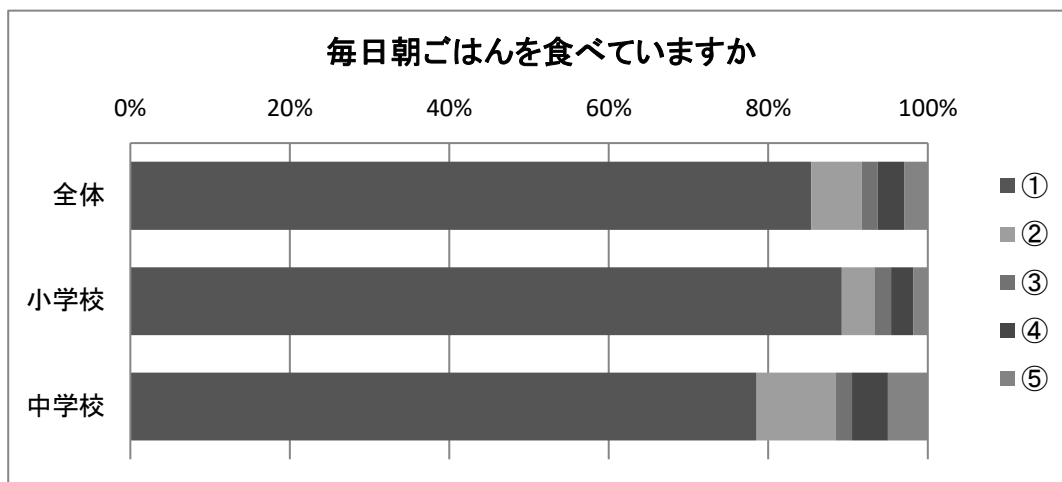
2. 結果

【食生活】

●毎日朝ごはんを食べていますか。

	①	②	③	④	⑤
全体	85.4%	6.3%	2.0%	3.4%	2.9%
小学校	89.2%	4.1%	2.1%	2.8%	1.8%
中学校	78.6%	10.0%	2.0%	4.5%	5.0%

①毎日食べる ②週に5～6日食べる ③週に3～4日食べる
④週に1～2日食べる ⑤毎日食べない

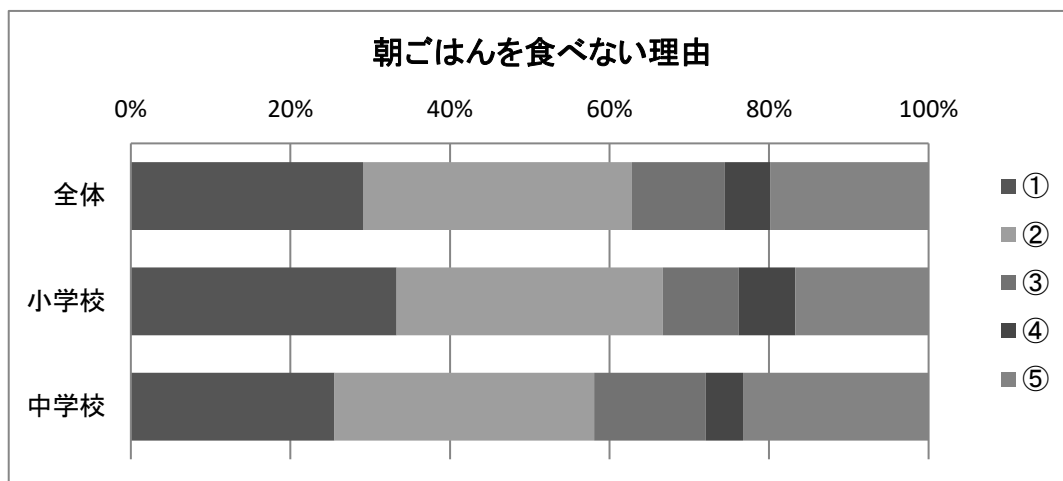


朝ごはんを「毎日食べる」児童生徒は85.4 %であった。小学校の方が、「毎日食べる」と答えた生徒が多い。

●②、③、④、⑤と答えた人は、その理由を1つ選んで下さい。

	①	②	③	④	⑤
全体	29.1%	33.7%	11.6%	5.8%	19.8%
小学校	33.3%	33.3%	9.5%	7.1%	16.7%
中学校	25.6%	32.6%	14.0%	4.7%	23.3%

①時間がないから ②食欲がなかったから ③朝ごはんが用意されていないから
④太りたくないから ⑤その他



朝ごはんを食べない理由の第1位は、小学校が「時間がないから」「食欲がなかったから」、中学校が「食欲がなかったから」であった。

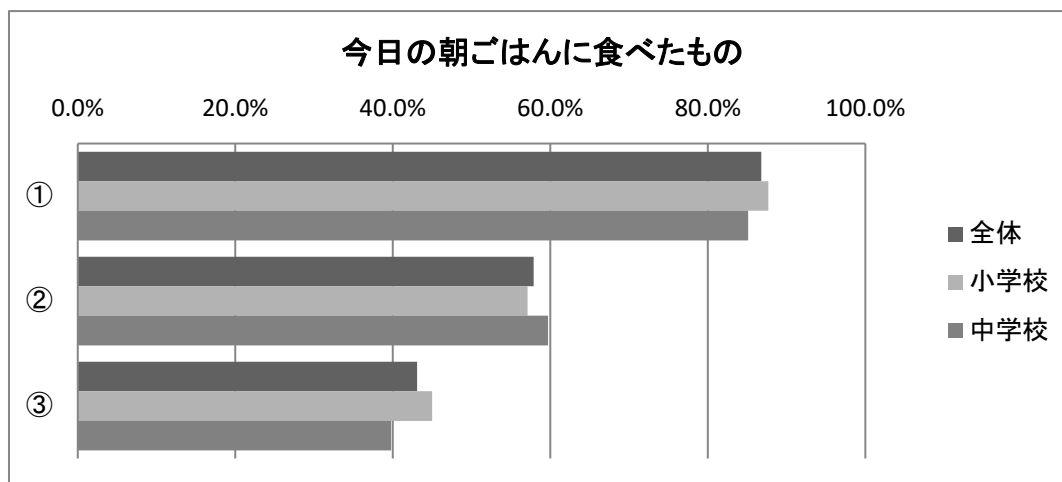
●今日の朝ごはんには食べたものを全て選んでください。

	①	②	③
全体	86.8%	57.9%	43.1%
小学校	87.7%	57.1%	45.0%
中学校	85.1%	59.7%	39.8%

①黄：主にエネルギーのもとになる食品（ごはん、パン、めん、いもを使った料理）

②赤：主に体を作るもとになる食品（肉、魚、たまご、大豆を使った料理）

③緑：主に体の調子を整えるもとになる食品（野菜、果物を使った料理）



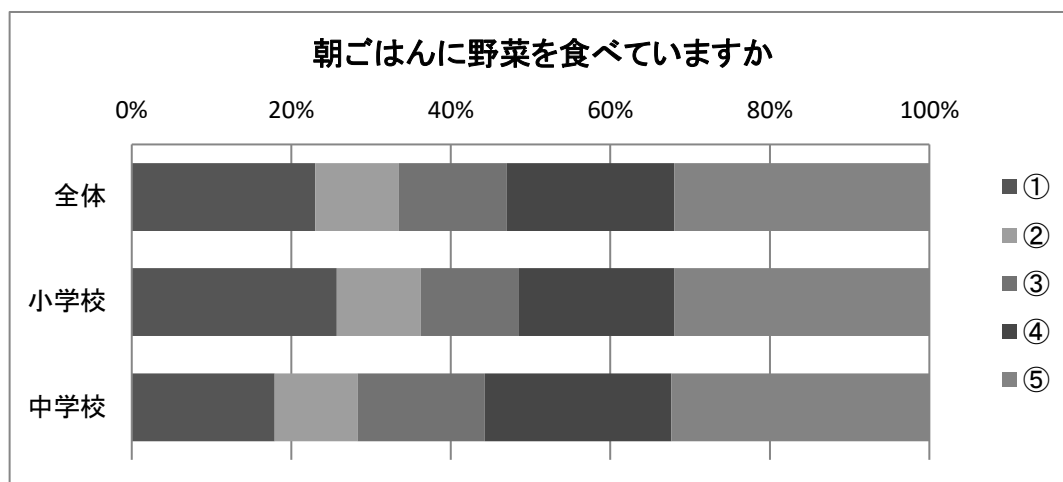
アンケート実施日の朝ごはんの3つの食品のグループの摂取状況は、「主にエネルギーのもとになる食品」が86.8%と多く、次いで「主に体を作るもとになる食品」、「主に体の調子を整えるもとになる食品」となっている。

●朝ごはんには野菜を食べていますか。

	①	②	③	④	⑤
全体	23.0%	10.5%	13.5%	21.0%	32.0%
小学校	25.7%	10.5%	12.3%	19.5%	31.9%
中学校	17.9%	10.4%	15.9%	23.4%	32.3%

①毎日食べる ②週に5～6日食べる ③週に3～4日食べる

④週に1～2日食べる ⑤毎日食べない

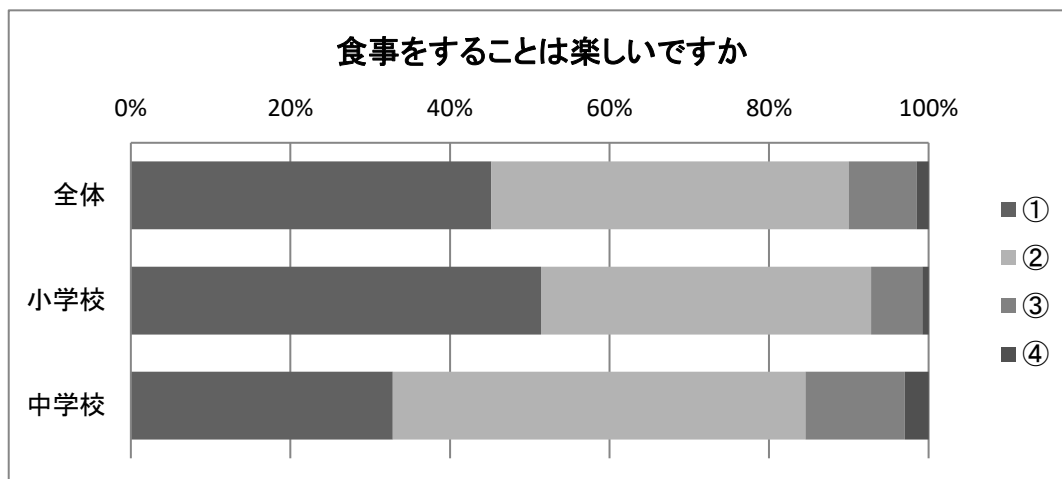


朝ごはんには野菜を「毎日食べる」児童生徒は23.0%と少なく、「毎日食べない」は32.0%と多かった。

●食事をすることは楽しいですか。

	①	②	③	④
全体	45.2%	44.8%	8.5%	1.5%
小学校	51.4%	41.4%	6.4%	0.8%
中学校	32.8%	51.7%	12.4%	3.0%

①とても楽しい ②楽しい ③あまり楽しくない ④楽しくない

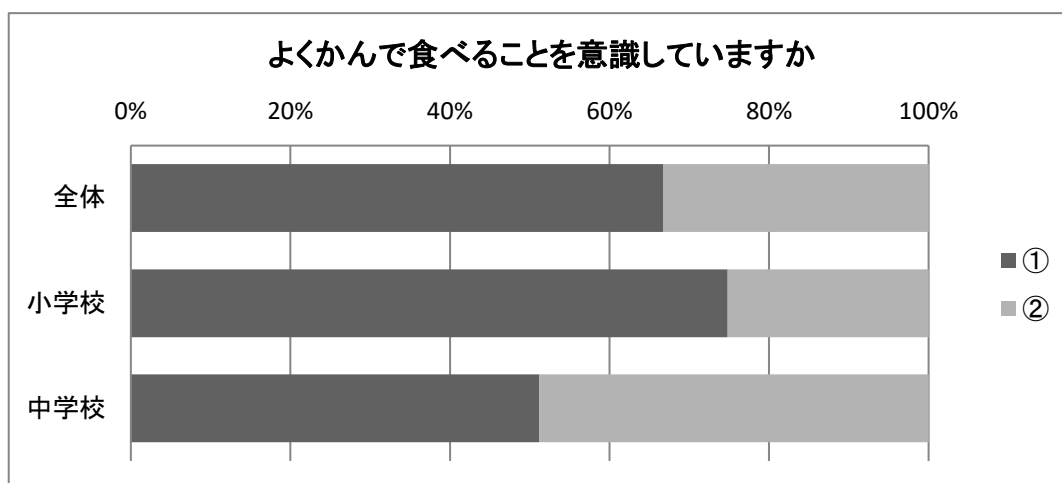


小学校は9割以上、中学校は8割以上が、食事をすることが「とても楽しい」「楽しい」と答えている。

●よくかんで食べることを意識していますか。

	①	②
全体	66.7%	33.3%
小学校	74.8%	25.2%
中学校	51.2%	48.8%

①意識している ②意識していない

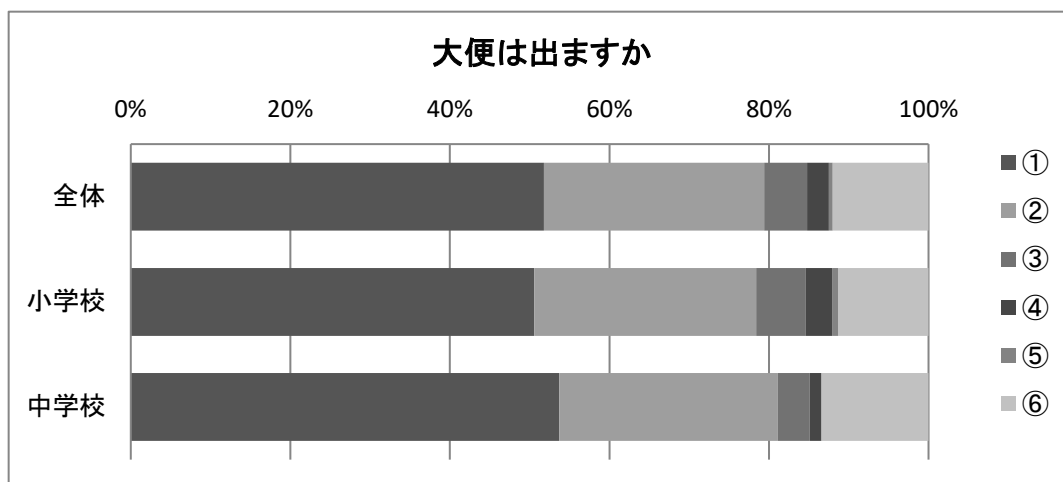


よくかんで食べることを意識している割合は、全体の66.7%であった。中学校より小学校の方が、割合が高い。

●大便是出ますか。

	①	②	③	④	⑤	⑥
全体	51.8%	27.6%	5.4%	2.7%	0.5%	12.0%
小学校	50.6%	27.8%	6.2%	3.3%	0.8%	11.3%
中学校	53.7%	27.4%	4.0%	1.5%	0.0%	13.4%

①毎日出る ② 2～3日に1度出る ③4～5日に1度出る
④6～7日に1度出る ⑤1週間以上出ない ⑥決まっていない

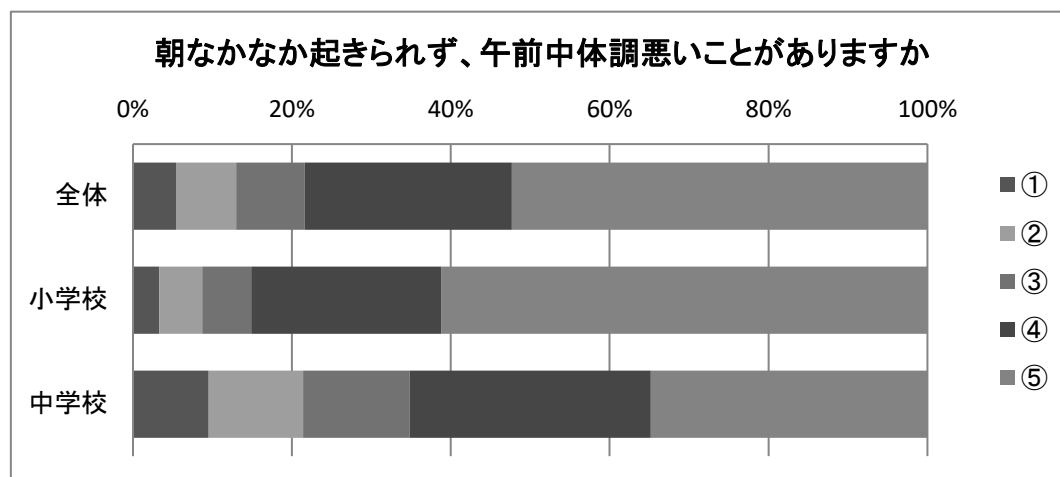


大便是「毎日出る」児童生徒は、51.8%であった。4日以上出ていない児童生徒は、小学校が10.3%、中学校が5.5%であった。

●朝なかなか起きられず、午前中に体調が悪いことがありますか。

	①	②	③	④	⑤
全体	5.4%	7.6%	8.6%	26.1%	52.3%
小学校	3.3%	5.4%	6.2%	23.9%	61.2%
中学校	9.5%	11.9%	13.4%	30.3%	34.8%

①毎日ある ②週に5～6回ある ③週に3～4回ある
④週に1～2回ある ⑤毎日ない

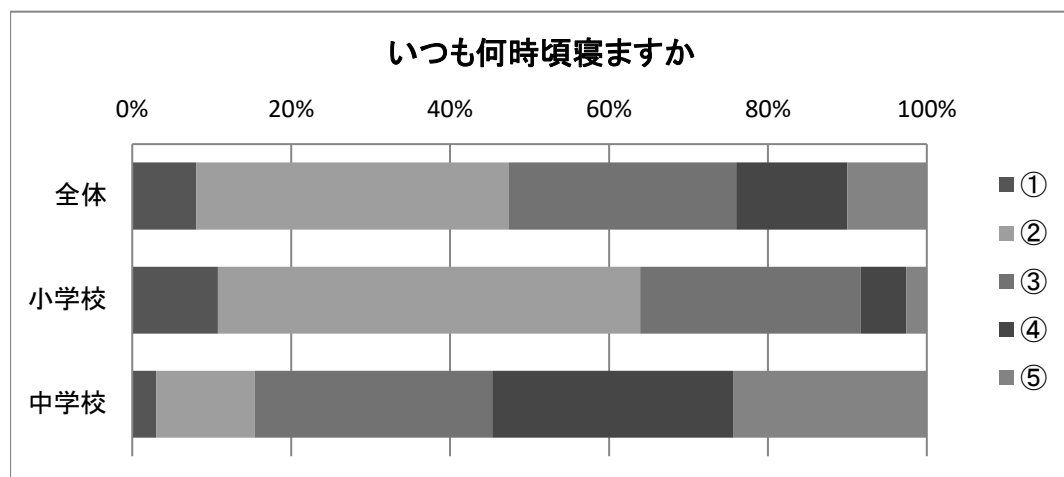


朝なかなか起きられず、「毎日」「週に5～6回」「週に3～4回」体調が悪いことがある児童生徒は、小学校が14.9%、中学校が34.8%と、中学校の方が約2倍多かった。

●いつも何時頃寝ますか。

	①	②	③	④	⑤
全体	8.1%	39.3%	28.6%	14.0%	10.0%
小学校	10.8%	53.2%	27.8%	5.7%	2.6%
中学校	3.0%	12.4%	29.9%	30.3%	24.4%

① 9時より前 ② 9～10時 ③ 10～11時
④ 11～12時 ⑤ 12時すぎ



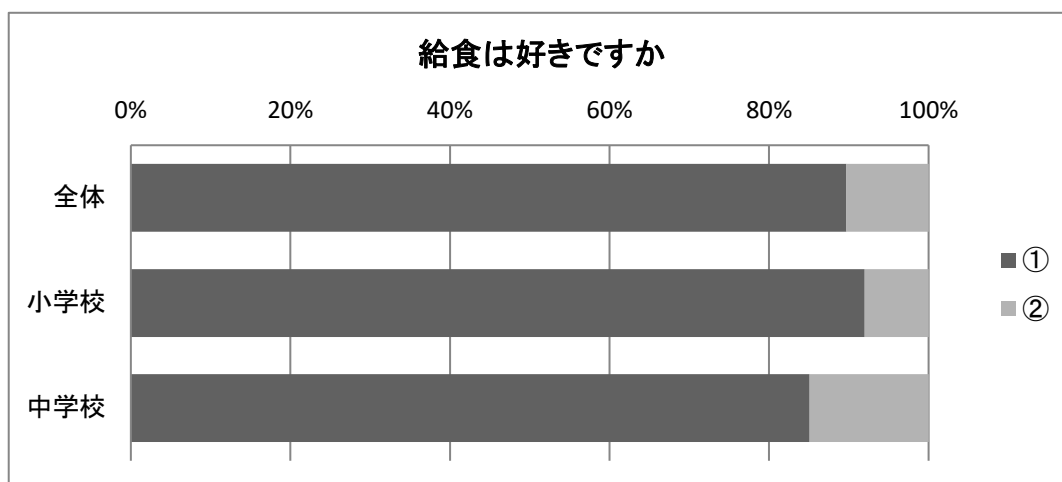
小学校は「9～10時」、中学校は「11～12時」に就寝する児童生徒が多かった。中学校は、「12時すぎ」に就寝している生徒が24.4%であった。

【給食】

●給食は好きですか。

	①	②
全体	89.7%	10.3%
小学校	92.0%	8.0%
中学校	85.1%	14.9%

①はい ②いいえ

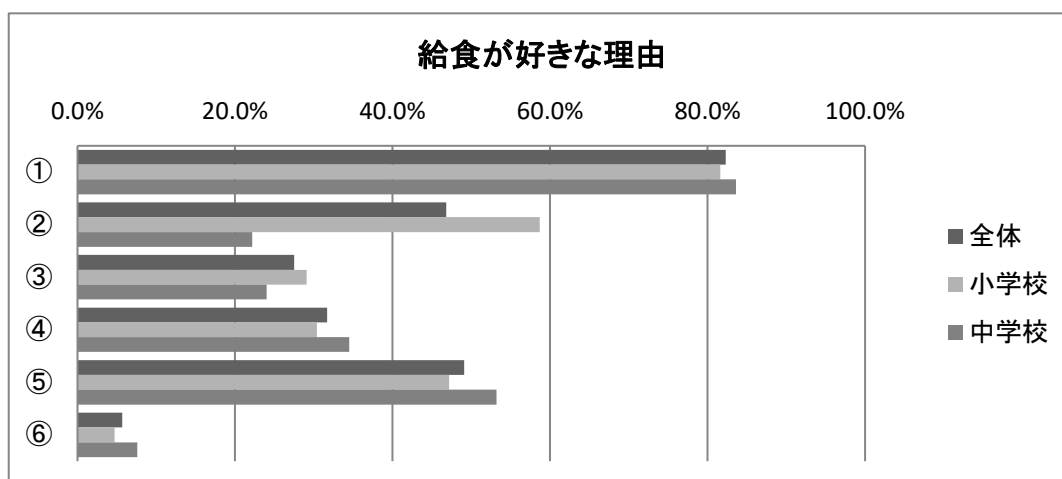


給食が「好き」と答えた児童生徒は89.7%である。

●「はい」と答えた人は、その理由を3つまで選んでください。

	①	②	③	④	⑤	⑥
全体	82.3%	46.8%	27.5%	31.7%	49.1%	5.7%
小学校	81.6%	58.7%	29.1%	30.4%	47.2%	4.7%
中学校	83.6%	22.2%	24.0%	34.5%	53.2%	7.6%

①おいしいから ②友達と食べることができるから ③栄養が考えてあるから
④家で食べられない料理が出るから ⑤おなかがすいているから ⑥その他

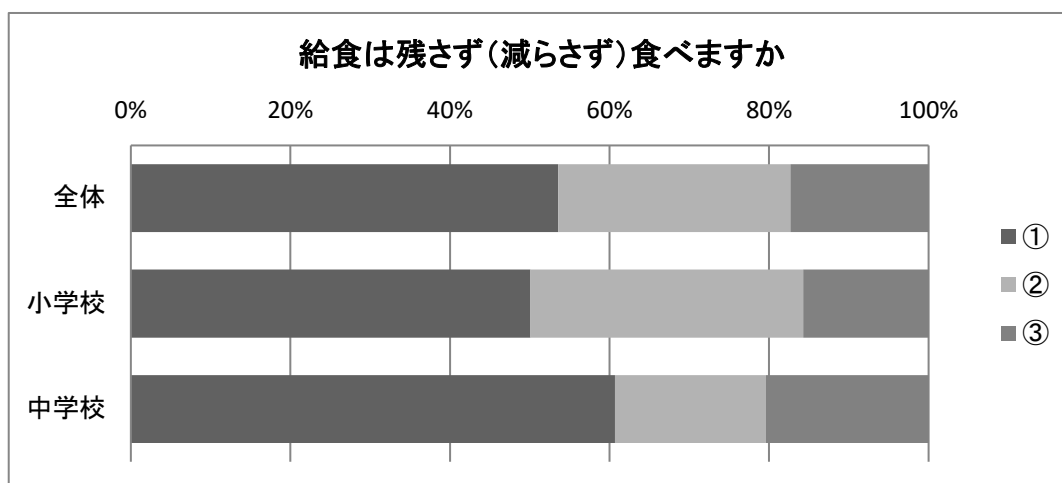


給食が好きな理由の第1位は、小中学校ともに「おいしいから」であった。第2位は、小学校が「友達と食べることができるから」、中学校が「おなかがすいているから」であった。

●給食は毎日残さず（減らさず）食べますか。

	①	②	③
全体	53.6%	29.1%	17.3%
小学校	50.1%	34.2%	15.7%
中学校	60.7%	18.9%	20.4%

①残さず（減らさず）食べる ②ときどき残す（減らす） ③いつも残す（減らす）

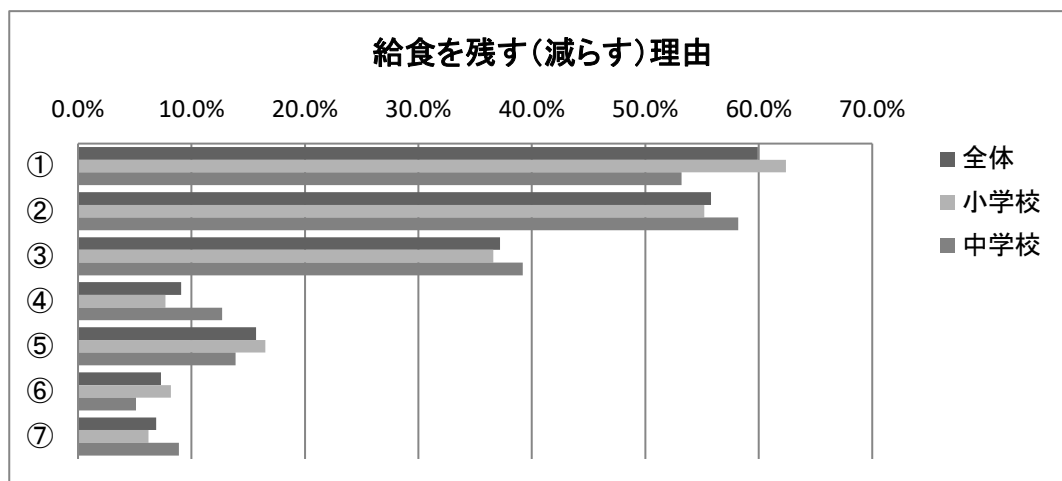


給食を毎日残さず食べる児童生徒は53.6%であった。小学校より中学校の方が、割合が高い。

●②、③と答えた人は、その理由を3つまで選んでください。

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
全体	59.9%	55.8%	37.2%	9.1%	15.7%	7.3%	6.9%
小学校	62.4%	55.2%	36.6%	7.7%	16.5%	8.2%	6.2%
中学校	53.2%	58.2%	39.2%	12.7%	13.9%	5.1%	8.9%

①嫌いなものが出るから ②量が多いから ③時間がないから ④おいしくないから
⑤おなかがすいていないから ⑥太りたくないから ⑦その他

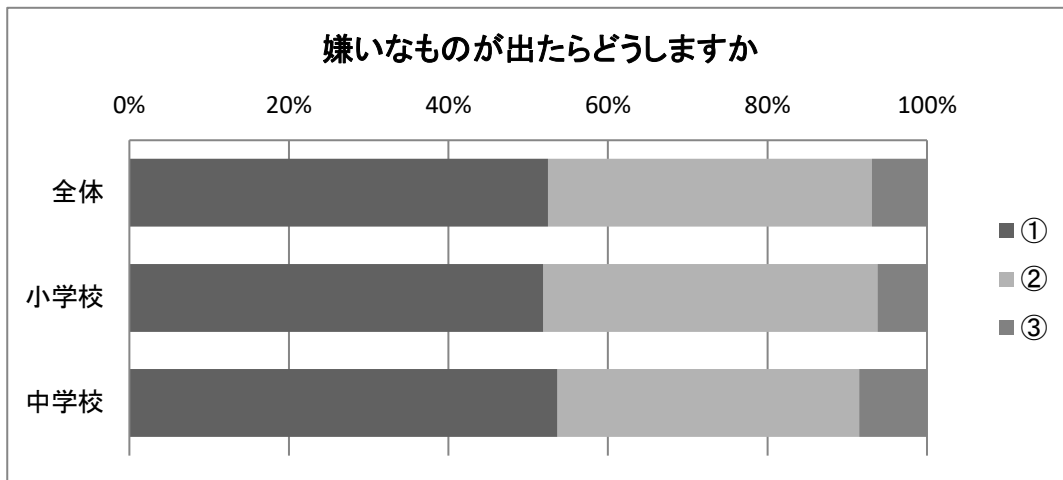


給食を残す理由の多くは、「嫌いなものが出るから」「量が多いから」であった。

●嫌いなものが出たらどうしますか。

	①	②	③
全体	52.5%	40.6%	6.9%
小学校	51.9%	41.9%	6.2%
中学校	53.7%	37.8%	8.5%

①全部食べる ②少し残す ③全部残す

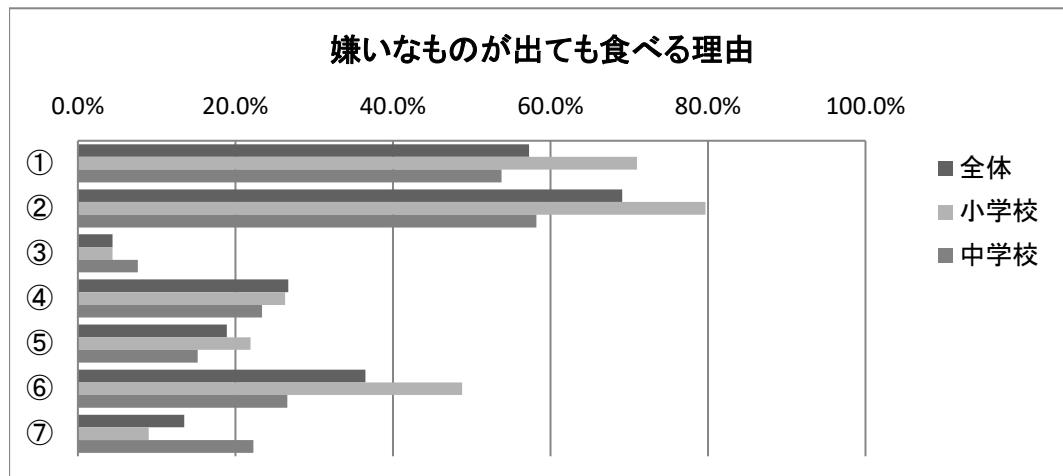


嫌いなものが出ても約半数の児童生徒は、「全部食べる」と答えた。

●①、②と答えた人は、その理由を3つまで選んでください。

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
全体	57.3%	69.1%	4.4%	26.7%	18.9%	36.5%	13.5%
小学校	71.0%	79.7%	4.4%	26.3%	21.9%	48.8%	9.0%
中学校	53.8%	58.2%	7.6%	23.4%	15.2%	26.6%	22.3%

①健康のため ②作ってくれた人に悪いから ③しかられるから
 ④クラスの残食を少なくしたいから ⑤エコのため
 ⑥世界には食べれない人がいるから ⑦その他



嫌いなものを食べる理由は、小中学校ともに「作ってくれた人に悪いから」「健康のため」が多かった。

●給食のおかずで好きな料理を1つ書いてください。

順位	全体	(%)	小学校	(%)	中学校	(%)
1	れんこんチップ	13.1	れんこんチップ	14.9	鶏肉の唐揚げ	12.6
2	鶏肉の唐揚げ	9.5	カレー	9.3	れんこんチップ	8.7
3	カレー	8.3	鶏肉の唐揚げ	8.1	ラーメン	7.7
4	ラーメン	7.8	ラーメン	6.7	カレー	6.0
5	ぎょうざ	3.9	ぎょうざ	3.7	米粉パン	3.8
6	みそ汁	2.8	わかめごはん	2.6	ささみチーズサンドフライ	2.7
7	冷凍みかん	2.3	冷凍みかん		ぎょうざ	
8	わかめごはん	2.1	みそ汁	2.3	みそ汁	2.1
9	コロッケ		肉じゃが	1.9	りっちゃんのサラダ	
10	〇〇と△△の揚げ煮 肉じゃが	1.8	〇〇と△△の揚げ煮	1.6	肉じゃが	
			春巻き	1.4	ハンバーグ	1.6

「れんこんチップ」「鶏肉の唐揚げ」「カレー」「ラーメン」「ぎょうざ」の人气が高かった。中学校は、小学1年生国語科「サラダでげんき」の中で登場する料理を再現した「りっちゃんのサラダ」もランクインした。

3. 考察

【食生活】

『毎日朝ごはんを食べていますか』という問いに対して、「毎日朝ごはんを食べる」と答えた割合は、全体で 85.4% となり、前回アンケートを実施した令和 2 年度より 2.9 ポイント増加していた。小中学校別に見ると、小学校は 89.2%、中学校は 78.6% であり、小学校は 6.7 ポイント増加していたが、中学校は 5.6 ポイント減少していた。前回アンケートを実施した時は、新型コロナウイルス感染症の影響で児童生徒の生活が大きく変化し、朝ごはんを食べる習慣が減少傾向にあったが、コロナ禍が明けてからは、生活が徐々に戻り、小学校では朝ごはんを食べる割合が増加したのではないかと予想される。

しかし、中学校では依然減少傾向にある。「毎日朝ごはんを食べない」と答えた割合は、5.0% であり、理由については、「食欲がなかったから」と答えた割合が 32.6% で最も多く、生活習慣の乱れが影響していると考えられる。

朝ごはんの 3 つの食品のグループの摂取状況については、「主にエネルギーのもとになる食品」を喫食した割合は 86.8%、「主に体を作るもとになる食品」を喫食した割合は 57.9%、「主に体の調子を整えるもとになる食品」を喫食した割合は 43.1% であった。また、『朝ごはんに野菜を食べていますか』の問いに対して、「毎日食べる」「週に 5～6 食べる」「週に 3～4 回食べる」を合わせた、ほぼ食べている児童生徒の割合は全体で 47.0% であった。

このことから、主食は食べているが、野菜などのおかずと合わせて食べていない児童生徒が多くいることが分かった。朝ごはんを栄養バランスよく食べることが、学習やスポーツの能力を引き出すことが知られるようになってから久しい。主食だけでなく野菜などのおかずも合わせて食べられるようになるために、給食時や授業での指導の充実、家庭への啓発に努めたい。

『食事をすることは楽しいですか』という問いに対して、「とても楽しい」「楽しい」と答えた割合は、小学校で 92.8%、中学校で 84.5% であった。令和 2 年度と比較し、小中学校ともに増加したが、特に小学校で 10.4 ポイント増加していた。コロナ禍が明けてからは、家庭や学校で、家族や友達と話をしながら食事をするできるようになり、食事の楽しさにつながったと考えられる。

『よくかんで食べることを意識していますか』という問いは、小学校と中学校で大きく差が出た。「意識している」と答えた児童生徒は、小学校が 74.8%、中学校が 51.2% と約 24% の差が出たが、小中学校ともに前回より 5 ポイント以上増加していた。よくかむことには、様々な健康効果が知られている。今年度は、6 月の歯と口の健康週間や 11 月 8 日『いい歯の日』に、かみごたえのある料理を学校給食に取り入れ、よくかんで食べる効果や、かみごたえのある料理や食品について、放送や「食育だより」で啓発をした。来年度以降もよくかんで食べられる料理を意識的に取り入れていきたい。

『大便是出ますか』という問いには、「毎日出る」「2～3 日に一度出る」児童生徒は、全体で 79.4% となり、前回より 9.1 ポイント増加した。排便の習慣化は、健康状態を良くし、学校で気持ちよく過ごす一因となる。排便は、朝ごはんの摂取や食事の内容と量、水分摂取などと密接に関わっているため、今後も多方面から指導していきたい。

朝なかなか起きられず、「毎日」「週に5～6回」「週に3～4」体調が悪いことがある児童生徒は、小学校が14.9%、中学校が34.8%であった。前回よりも、小学校が2.2ポイント、中学校が12.6ポイント増加していた。『いつも何時頃寝ますか』の問いでは、小学校が「9～10時」、中学校が「11～12時」に就寝する児童生徒が多く、「12時以降に就寝している」児童生徒は、小学校で2.6%、中学校で24.4%いた。前は、中学校が「10時～11時」に就寝する割合が最も多かったため、中学生の就寝時間が遅くなっていることが明らかとなった。睡眠時間が不足すると体調不良や朝ごはん時の食欲低下、学習の効果の低下を引き起こしやすくなる。「早寝、早起き、朝ごはん」の啓発、定着に努めていきたい。

【給食】

『給食は好きですか』の問いには、小学校は92.0%、中学校は85.1%の児童生徒が「給食が好き」と答え、小中学校ともに前回より約3%増加した。給食が好きな理由は、小中学校ともに第1位は「おいしいから」であった。小学校の第2位は、「友達と食べることができるから」、中学校の第2位は「おなかがすいているから」であった。『食事をするのは楽しいですか』という問いの回答と同様で、コロナ禍が明けてからは、友達と話をしながら食事をするできるようになり、友達と一緒に食べることが楽しいと感じていることがわかった。中学校の「おなかがすいているから」の理由については、睡眠時間が短く、毎日朝ごはんを食べていない生徒もあり、「おなかがすいているから」と答えた割合が多かったと考えられる。

「給食が好きではない」と答えた児童生徒は、小学校で8.0%、中学校で14.9%であり、小中学校ともに前回より約3ポイント減少した。食べ物の好き嫌いは個人差が大きい。しかし、味覚が育つ時期に様々な味を経験させることにより、味覚が発達したり、多くの食品を食べられるようになり栄養バランスのよい食事をとりやすくなったりすると考える。子供たちの苦手な食材も、できるだけおいしく食べられるように献立を工夫し、できるだけ多くの児童生徒が食べられる学校給食を目指したい。

「給食を残さず（減らさず）食べる」児童生徒は、全体の53.6%で前回より5.5ポイント増加した。「いつも残す」児童生徒は、17.3%であった。残す理由としては、「嫌いなものが出るから」「量が多いから」であった。また、「嫌いなものが出たらどうしますか」という問いに対して「全部食べる」児童生徒が全体の52.5%で前回より6.9ポイント増加した。嫌いなものが出た時に食べる理由は、小中学校ともに「作ってくれた人に悪いから」「健康のため」が多いことから、感謝の心、食事の重要性の知識を身に付け、食生活に生かすことができる児童生徒が増えていることが分かった。

4. まとめ

朝ごはんの摂取率が、小学校は増加していたが、中学校は減少していた。朝ごはんを食べない理由で「食欲がなかったから」と答えた児童生徒や、就寝時間が遅い児童生徒がいることから、望ましい生活習慣が身につくように指導していきたい。「食事をするのが楽しい」、「給食が好き」と答えた児童生徒が増加した。家庭や学校で、家族や友達と話をしながら食事をする楽しさを再び感じるができるようになったことがわかった。これらの結果を活用し、効果的な食に関する指導を実施するとともに、学校・家庭・地域へはたらきかけ、安全安心でおいしい給食になるよう努めていきたい。