

平成29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. 調査結果	4
3. 考察およびまとめ	1 1

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、今後の献立作成や食に関する指導に活かす

(2) 実施日

平成29年6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	68
猿渡小学校	48
来迎寺小学校	55
知立東小学校	33
知立西小学校	65
八ツ田小学校	46
知立南小学校	65
小学校計	380

学校名	人数
知立中学校	72
竜北中学校	73
知立南中学校	72
中学校計	217
小中合計	597

(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、アンケート用紙に答えを記入

食生活・給食アンケート

学校 年 組

【A 食生活】

A 1～7について、当てはまる番号を右の□の中に記入してください。

A 1 いつも朝ごはんを食べていますか。

A 1 ☐

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

A 2 A 1で②、③、④と答えた人は、その理由を1つ選んでください。

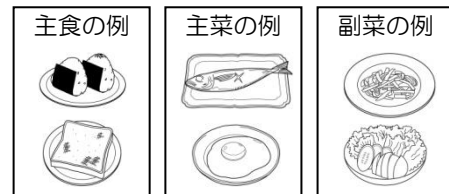
A 2 ☐

- ①時間がないから ②おなかがすいていないから
③食べない習慣しゅうかんになっているから ④朝ごはんが用意されていないから
⑤太りたくないから ⑥その他（ ）

A 3 今日の朝ごはんの組み合わせを1つ選んでください。

A 3 ☐

- ①主食（ごはん、パン、めんなど）だけ
②主食＋主菜（肉、魚、たまご、大豆を使った料理）
③主食＋副菜（野菜、海そうなどを使った料理）
④主食＋主菜＋副菜



A 4 朝ごはんには野菜を食べていますか。

A 4 ☐

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

A 5 食事をすることは楽しいですか。

A 5 ☐

- 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

A 6 よくかんで食べることを意識いしきしていますか。

A 6 ☐

- ①意識いしきしている ②意識いしきしていない

A 7 大便是出ますか。

A 7 ☐

- ①毎日出る ②1～2日おきに出る
③3～4日おきに出る ④決まっていない

※ うらにも【B 給食】のアンケートがあります。

【B 給食】

B 1～6について、当てはまる番号を右の□の中に記入してください。

B 1 給食は好きですか。

①はい

②いいえ

B 1

☐

B 2 B 1で「はい」と答えた人は、その理由を1つ選んでください。

①おいしいから

②友達と食べることができるから

B 2

☐

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 ()

B 3 B 1で「いいえ」と答えた人は、その理由を1つ選んで ください。

B 3

☐

①きれ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 ()

B 4 給食は毎日残さず（減らさず）食べますか。

B 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）

B 5 B 4で②、③と答えた人は、その理由を1つ選んでください。

B 5

☐

①きれ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 ()

B 6 きらいなものが出たらどうしますか。

B 6

☐

①全部食べる

②少し残す

③全部残す

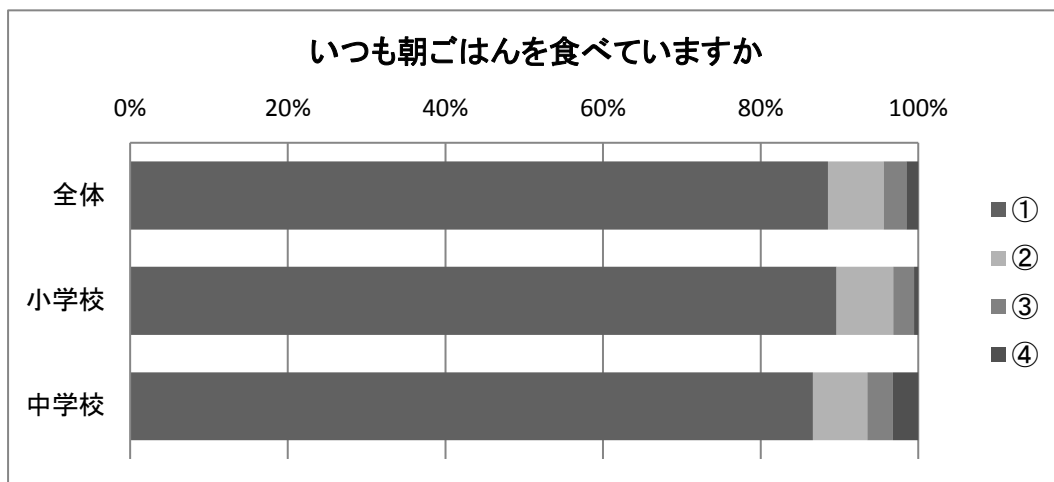
2. 結果

【A食生活】

A 1 いつも朝ごはんを食べていますか。

	①	②	③	④
全体	88.6%	7.1%	2.9%	1.5%
小学校	89.7%	7.2%	2.7%	0.5%
中学校	86.6%	6.9%	3.2%	3.2%

①毎日食べる ②週に4～6日食べる ③週に1～3日食べる ④毎日食べない

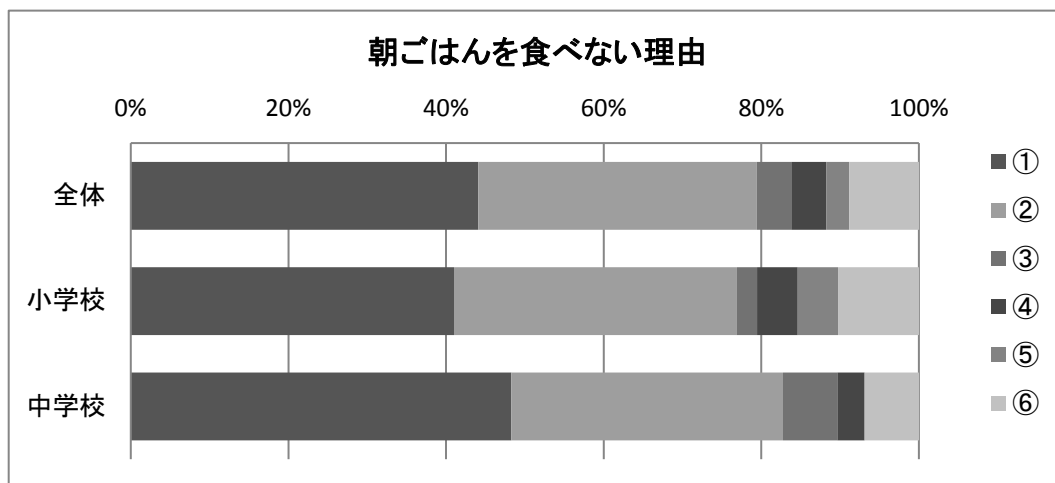


朝ごはんを「毎日食べる」児童生徒は88.6%であった。小学校よりも中学校の方が、欠食率が高い。

A 2 A 1で②、③、④と答えた人は、その理由を1つ選んで下さい。

	①	②	③	④	⑤	⑥
全体	44.1%	35.3%	4.4%	4.4%	2.9%	8.8%
小学校	41.0%	35.9%	2.6%	5.1%	5.1%	10.3%
中学校	48.3%	34.5%	6.9%	3.4%	0.0%	6.9%

①時間がないから ②おなかがすいていないから ③食べる習慣になっていないから
④朝ごはんが用意されていないから ⑤太りたくないから ⑥その他

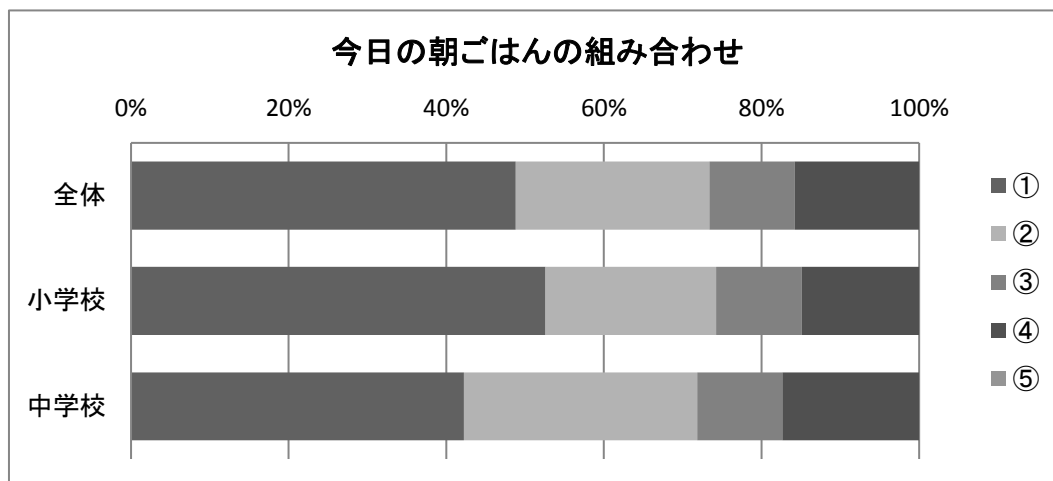


朝ごはんを食べない理由の第1位は、小中学校ともに「時間がないから」であった。

A 3 今日の朝ごはんの組み合わせを1つ選んでください。

	①	②	③	④	⑤
全体	48.8%	24.6%	10.8%	15.8%	0.0%
小学校	52.6%	21.7%	10.8%	14.9%	0.0%
中学校	42.3%	29.6%	10.8%	17.4%	0.0%

①主食だけ ②主食＋主菜 ③主食＋副菜 ④主食＋主菜＋副菜 ⑤無回答

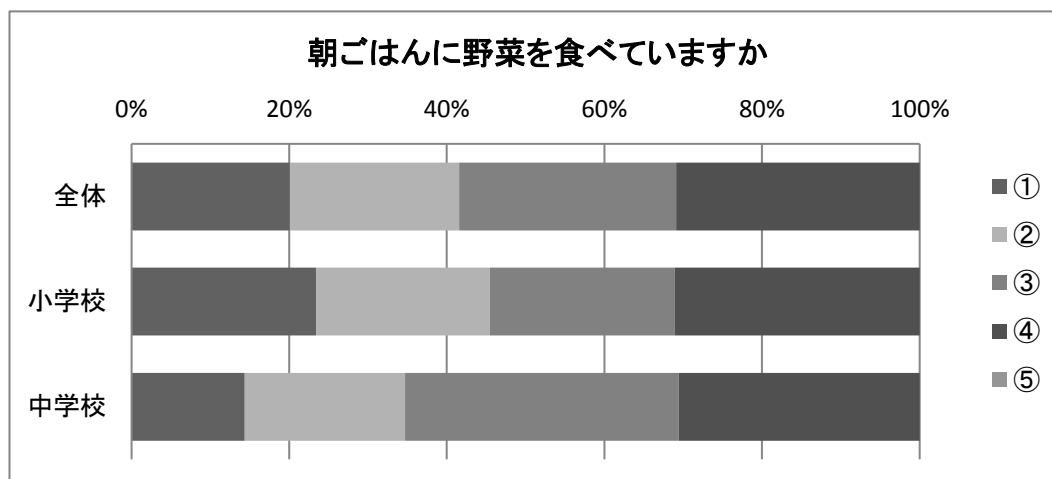


アンケート実施日の朝ごはんの組み合わせは、「主食だけ」が約半数を占めた。バランスのよい食事の基本となる「主食＋主菜＋副菜」を食べている児童生徒は、約16%であった。

A 4 朝ごはんに野菜を食べていますか。

	①	②	③	④	⑤
全体	20.1%	21.5%	27.5%	30.9%	0.0%
小学校	23.4%	22.1%	23.4%	31.1%	0.0%
中学校	14.4%	20.4%	34.7%	30.6%	0.0%

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

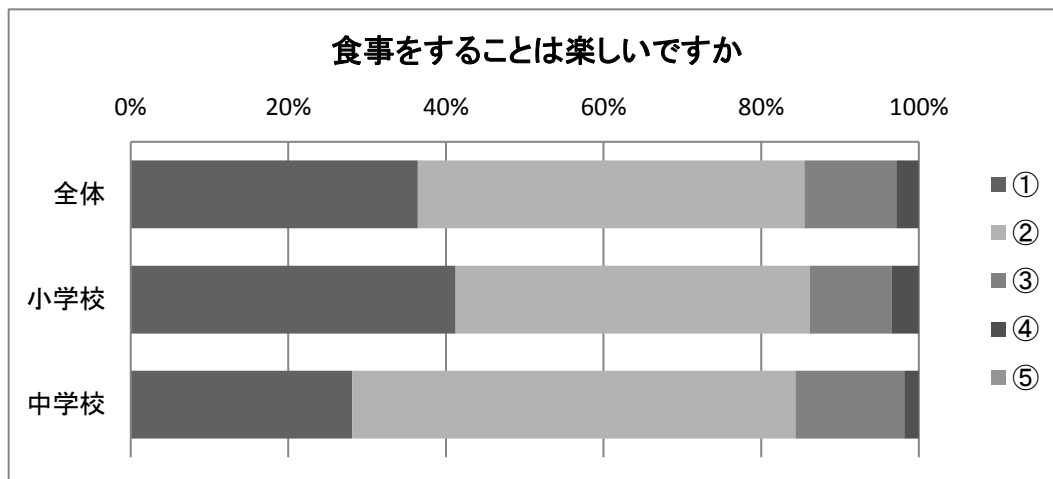


A 3で副菜を食べてきた児童生徒が少ないのと同様、朝ごはんに野菜を食べる児童生徒の割合は少ない。

A 5 食事をすることは楽しいですか。

	①	②	③	④	⑤
全体	36.4%	49.1%	11.6%	2.9%	0.0%
小学校	41.2%	44.9%	10.4%	3.5%	0.0%
中学校	28.1%	56.2%	13.8%	1.8%	0.0%

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
⑤無回答

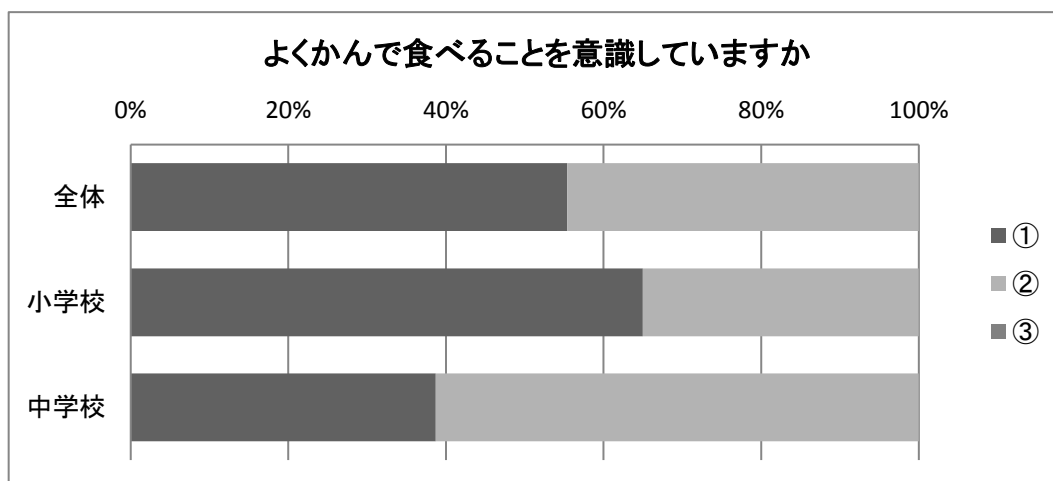


全体の約8割が食事をするのが「とても楽しい」「楽しい」と答えている。

A 6 よくかんで食べることを意識していますか。

	①	②	③
全体	55.4%	44.6%	0.0%
小学校	65.0%	35.0%	0.0%
中学校	38.7%	61.3%	0.0%

①意識している ②意識していない ③無回答

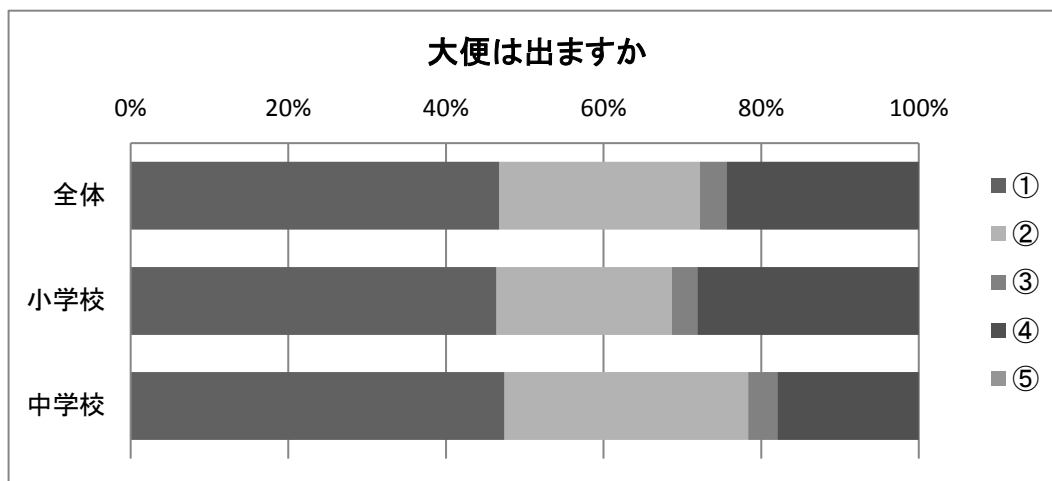


よくかんで食べることを意識している割合は、全体の約半数であった。中学校より小学校の方が、割合が高い。

A 7 大便是出ますか。

	①	②	③	④	⑤
全体	46.8%	25.4%	3.4%	24.4%	0.0%
小学校	46.4%	22.3%	3.2%	28.1%	0.0%
中学校	47.5%	30.9%	3.7%	18.0%	0.0%

①毎日出る ② 1～2日おきに出る ③3～4日おきに出る ④決まっていない
⑤無回答



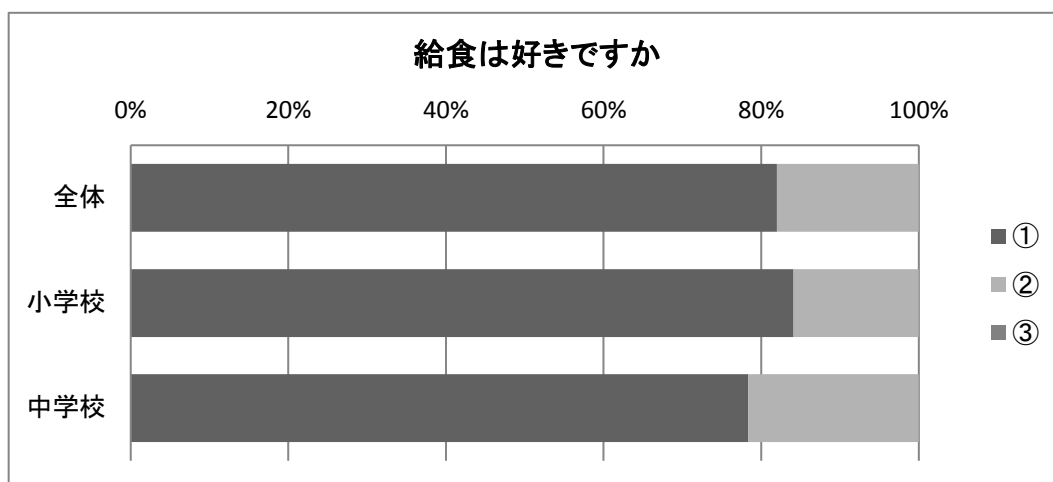
大便是「毎日出る」児童生徒は、46.8%である。

【B 給食】

B 1 給食は好きですか。

	①	②	③
全体	82.0%	18.0%	0.0%
小学校	84.1%	15.9%	0.0%
中学校	78.3%	21.7%	0.0%

①はい ②いいえ ③無回答

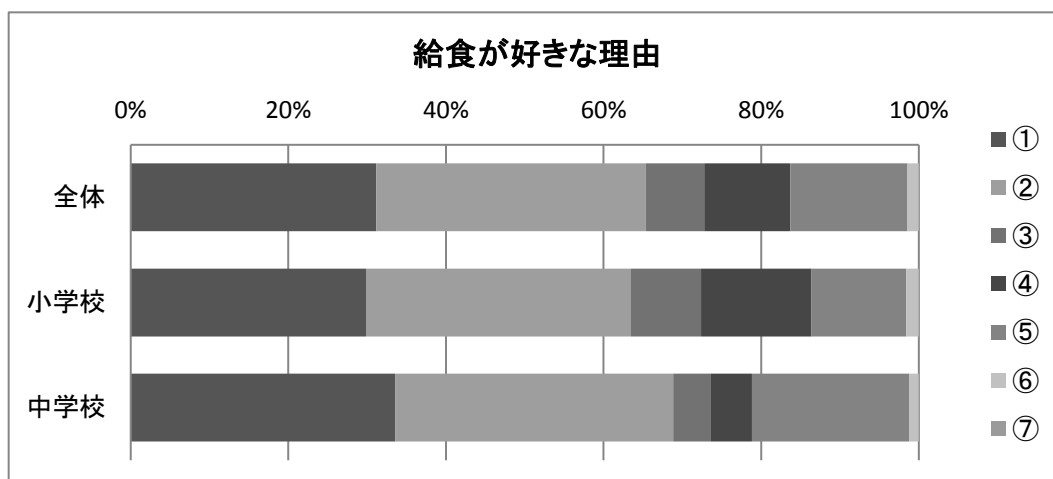


給食が「好き」と答えた児童生徒は82.0%である。

B 2 問1で「はい」と答えた人は、その理由を1つ選んでください。

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
全体	31.1%	34.2%	7.4%	10.9%	14.8%	1.4%	0.0%
小学校	29.8%	33.7%	8.9%	14.0%	12.1%	1.6%	0.0%
中学校	33.5%	35.3%	4.7%	5.3%	20.0%	1.2%	0.0%

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 ⑦無回答

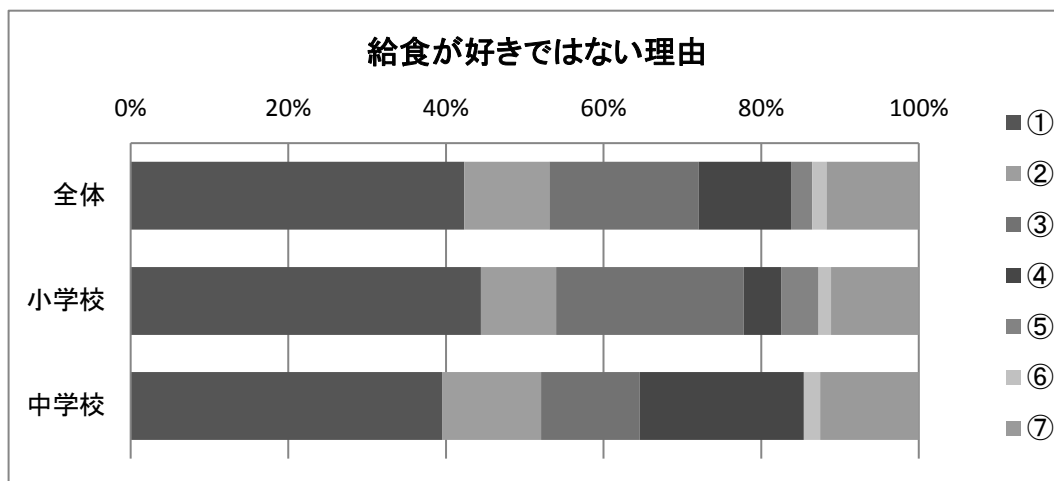


給食が好きな理由の第1位は、小中学校ともに「友達と食べることができるから」である。

B3 B1で「いいえ」と答えた人は、その理由を1つ選んでください。

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
全体	42.3%	10.8%	18.9%	11.7%	2.7%	1.8%	11.7%
小学校	44.4%	9.5%	23.8%	4.8%	4.8%	1.6%	11.1%
中学校	39.6%	12.5%	12.5%	20.8%	0.0%	2.1%	12.5%

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

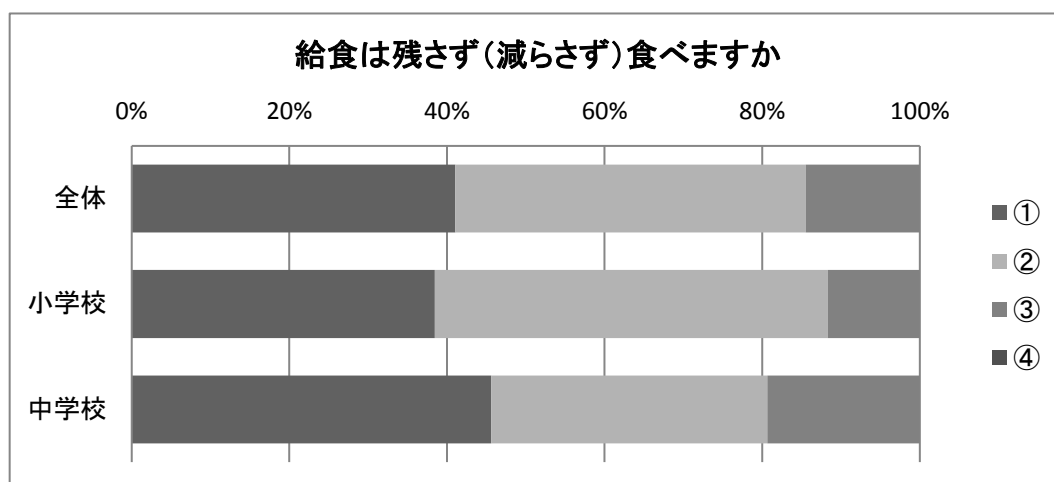


給食が好きではない理由の第1位は、小中学校ともに「嫌いなものが出るから」である。

B4 給食は毎日残さず（減らさず）食べますか。

	①	②	③	④
全体	41.1%	44.4%	14.5%	0.0%
小学校	38.5%	49.9%	11.7%	0.0%
中学校	45.6%	35.0%	19.4%	0.0%

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）
④無回答

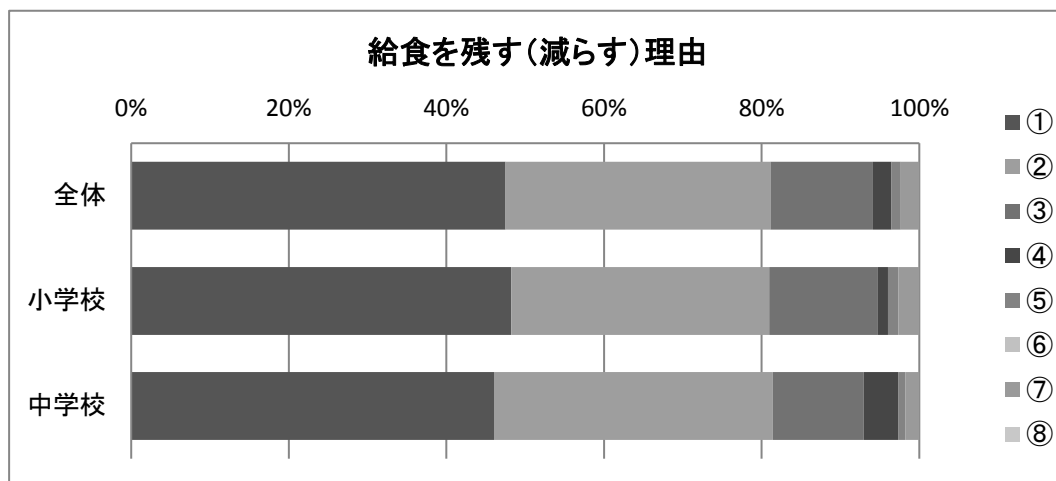


給食を毎日残さず食べる児童生徒は約40.9%であった。小学校より中学校の方が、割合が高い。

B5 B4で②、③と答えた人は、その理由を1つ選んでください。

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
全体	47.5%	33.6%	13.0%	2.4%	1.2%	0.0%	2.4%	0.0%
小学校	48.2%	32.7%	13.7%	1.3%	1.3%	0.0%	2.7%	0.0%
中学校	46.0%	35.4%	11.5%	4.4%	0.9%	0.0%	1.8%	0.0%

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 ⑧無回答

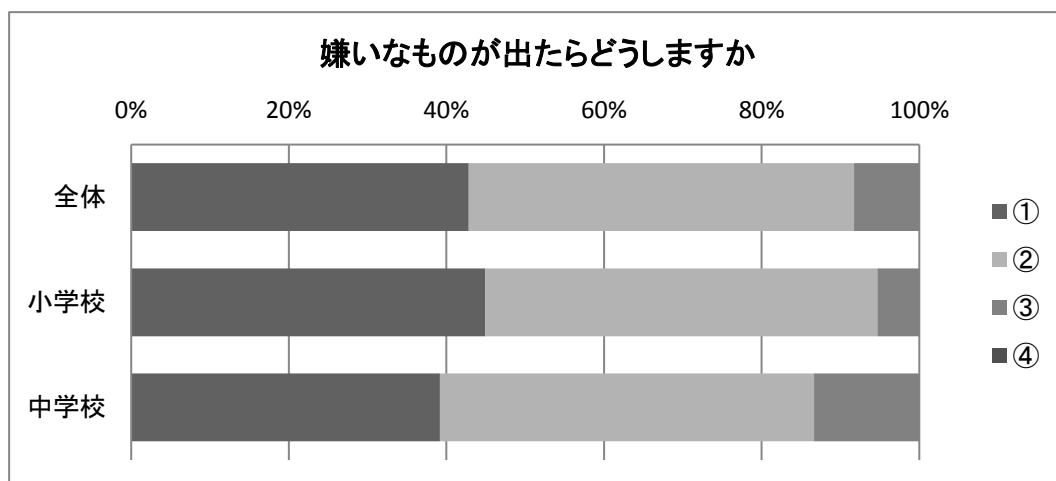


給食を残す理由の多くは、「嫌いなものが出るから」「量が多いから」である。

B6 きらいなものが出たらどうしますか。

	①	②	③	④
全体	42.8%	48.9%	8.3%	0.0%
小学校	44.9%	49.7%	5.3%	0.0%
中学校	39.2%	47.5%	13.4%	0.0%

①全部食べる ②少し残す ③全部残す ④無回答



嫌いなものが出たとき、中学生の方が残す傾向にある。

3. 考察

【A食生活】

朝ごはんは、1日を元気に過ごすために欠かせない食事である。「いつも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割合は、全体で88.6%となり、昨年度より1.6%増加していた。

朝ごはんを食べない理由については、「時間がないから」「おなかがすいていないから」という理由が小中学校ともに多く、全体の約8割を占めた。これは、家庭での早寝早起き等の生活習慣が大きく影響していると考えられる。

朝ごはんの組み合わせについては、「主食だけ」が多く、約半数を占めた。しかし、「主食＋主菜＋副菜」を組み合わせた栄養バランスのよい朝ごはんを食べてきた児童生徒が昨年度より1.4%増加し、15.8%となった。特に中学生は、9.6%から17.4%へ大幅に増加した。「朝ごはんに野菜を食べますか」の問いに対して、「毎日食べる」と答えた児童生徒は23.4%と少ない。第2次知立市食育推進計画では、朝ごはんに野菜を食べる人（毎日食べる・週に4～6日食べる）の割合の目標値を80%としているが、児童生徒の現状は41.6%と目標の約半数である。

朝ごはんを栄養バランスよく食べることが、学習やスポーツにおいて児童生徒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。朝ごはんを食べられるようになったり、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ったりするためには、家庭の協力が不可欠である。様々な事情を抱える家庭があるため、食育だよりでの家庭への啓発をする際には、火や包丁を使わなくても簡単に用意できる朝ごはんの例を示すなど、わが家でも実践できそうだと思うような現実的な提案をしていきたい。また、児童生徒自身の朝ごはんを食べたいという気持ちを高揚させるような給食時指導の内容の精選に努める必要もある。

「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」と回答した割合は、小学校で86.1%、中学校で84.3%と、小中学校ともに増加傾向にある。第2次知立市食育推進計画では、家での食事を楽しいと感じる人の割合を小学校で90%、中学校で80%にすることを目標に掲げており、今年度も昨年度に引き続き、中学校においてこの目標を達成することができた。楽しく食事することは、心の癒しや活力にも関係するため、大切なことである。

「よくかんで食べることを意識していますか」という問いについては、小学校と中学校とで大きく差が出た項目である。小学校は6割以上が意識している一方で、中学校は4割を割っている。よくかむことには、様々な健康効果が知られている。学校給食において、今年度は6月の学校給食目標を「よくかんで食べよう」とし、かみごたえのある食品を多く取り入れ、給食時間の放送原稿「食育メッセージ」で、連日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周知した。来年度以降も続けるとともに、全ての月において、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」「1～2日おきに出る」児童生徒は、全体で71.9%であった。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、多方面から指導していきたい。

【B給食】

学校給食については、小学校で 84.1%、中学校で 78.3%の児童生徒が「給食が好き」と回答した。その理由として、小中学校ともに「友達と食べることができるから」が第1位であった。誰かと食べることが楽しい、と思える心が育っていることはとても健全でよいことである。逆に「給食が好きではない」と答えた児童生徒は、小学校で 15.9%、中学校で 21.7%であった。その理由は、小中学校ともに「嫌いなものが出るから」が第1位であった。食べ物の好き嫌いは個人差が大きい。嫌いなものが多い児童生徒ほど、給食を好きになれないようである。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ため、嫌いなものでもできるだけおいしく食べられるように調理法や味付けを工夫し、できるだけ多くの児童生徒に食べてもらえる学校給食を粘り強く実施していきたい。

給食を残さず(減らさず)食べる児童生徒は、全体の 40.9%であったが、いつも残す児童生徒が 14.8%であった。残す理由としては、「嫌いなものができるから」「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 42.8%であった。一方で「全部残す」児童生徒も中学校では 13.4%と多いが、昨年度と比べると 7.5%減っていた。

4. まとめ

朝ごはんの摂取と内容で改善がみられた。特に中学校で「主食＋主菜＋副菜」を組み合わせた朝ごはんを食べてくる子が大幅に増加したのは、昨年度、中学校1年生全クラスで実施している給食時の食に関する指導内容を再検討し、栄養バランスのよい朝ごはんを食べた時の集中力の変化を科学的データを基に示し、主食だけの栄養価のグラフに五大栄養素を意識して料理を加えたときの栄養価の変化を提示し、学校生活と食生活の密接な関係を伝えるようにした効果だと推測される。

また、今回のアンケートを通して、偏食や咀嚼の意識など、児童生徒の課題を知ることができた。この結果をもとに、食に関する指導を行う際の、より効果的な指導法や、学校・地域・家庭へのはたらきかけの方法を検討していきたい。

さらに、学校給食は、児童生徒の健やかな成長を支えるための大切な食事であるのと同時に、旬の食材で四季を感じ、郷土料理や行事食で日本の食文化を知ることができる生きた教材である。また、共食を通して心が和み、マナーを学びとることもできる。これからも、学校給食の目標が達成されるように努めていきたい。