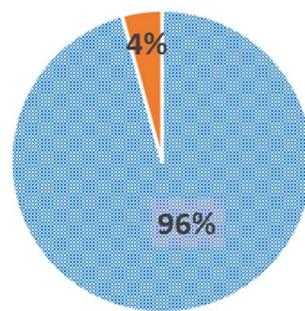




# しょくいく 食育だより

6月に全校児童を対象に、「給食と食に関するアンケート」を実施しました。ご協力ありがとうございました。曾谷小学校の「給食と食の実態」をみんなで知り、より良い給食・食生活について考えてみましょう！

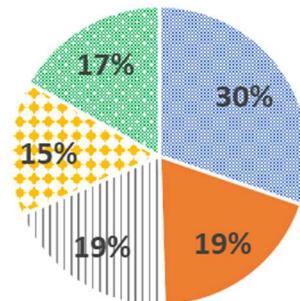
## Q1. 給食は好きですか、嫌いですか？



- 好き
- 嫌い

9割以上が給食を好きと答えてくれました。好きな理由は、「おいしいから」が最も多かったです。これからもおいしい給食が届けられるよう、給食室一同、精一杯頑張ります！嫌いな理由は、「嫌いなものが出てるから」が最も多かったです。

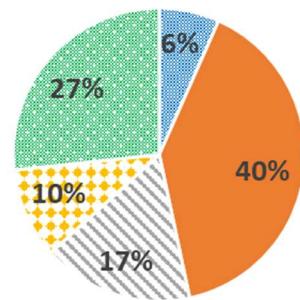
## Q1-A. 給食が好きと答えた人は、好きな理由全てに○をつけてください。【複数回答】



- おいしいから
- 好きなものが出てるから
- 友達と一緒に食べられるから
- 家で出ないものが出てるから
- 栄養のバランスがとれるから

昨年度から定期的に班給食が再開しました。給食が好きな理由に「友達と一緒に食べられるから」と答えた人が約2割いました。

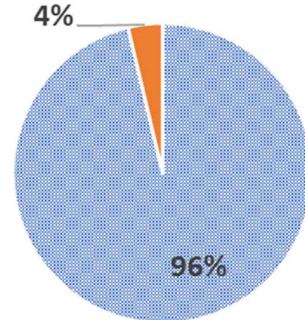
## Q1-B. 給食が嫌いと答えた人は、嫌いな理由全てに○をつけてください。【複数回答】



- おいしくないから
- 嫌いなものが出てるから
- 家で出ないものが出てるから
- 食べる時間が少ないから
- 量が多いから

「嫌いな食べ物が出てるから」の次に「量が多いから」の回答が多かったです。給食は皆さんの身長と体重をもとに学年別で1人当たりの栄養を計算しています。自分のお腹と相談しながら、元気に過ごせるよう、給食を食べましょう。

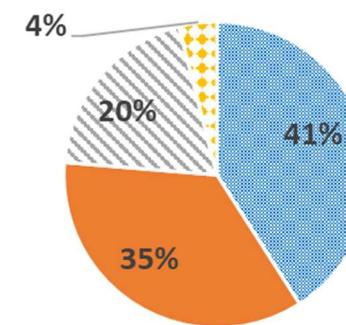
## Q2. 給食を残さず食べようと思いますか？



- 思う
- 思わない

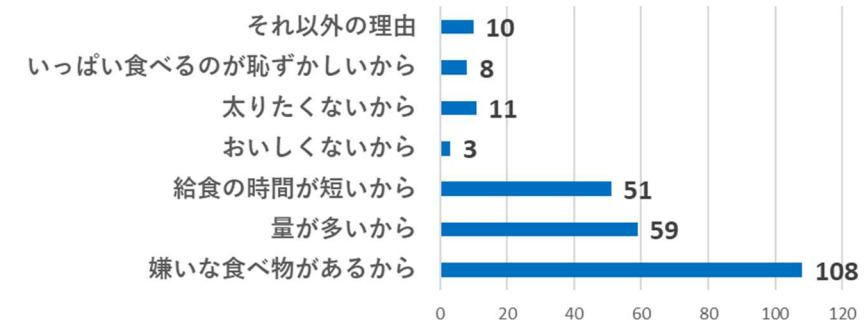
9割以上が給食を残さずに食べようと思っている一方、約6割の人が主に「嫌いな食べ物があるから」という理由で給食を残してしまっています。嫌いな食べ物をおいしく食べる方法、嫌いな食べ物の栄養についてみんなで考えてみましょう！

## Q3. 給食は残さず食べていますか？

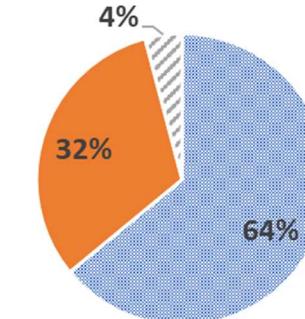


- 毎日残さず食べている
- ほとんど毎日残さず食べている
- 残してしまう日が多くある
- 毎日残してしまう

## Q3-A. 給食を残してしまう理由、全てに○をつけてください。【複数回答】(人)



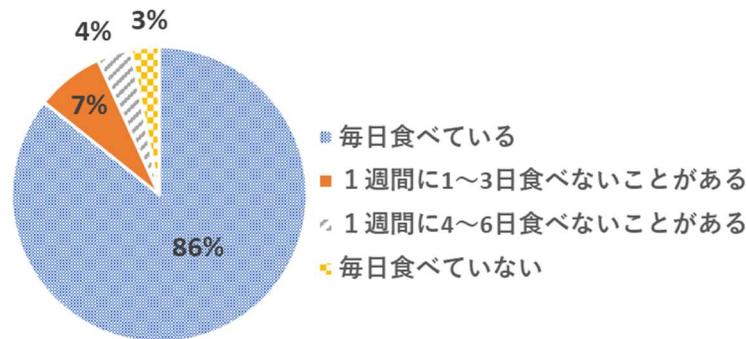
## Q4. 苦手な食べ物が出た時はどうしていますか？



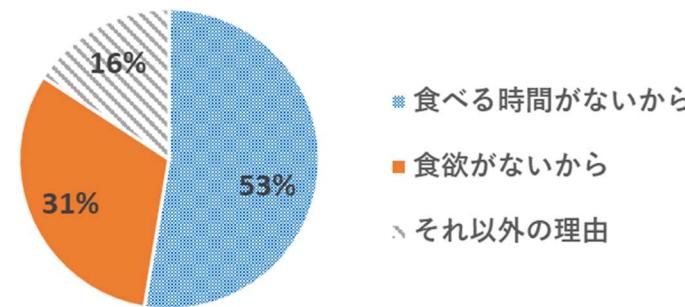
- 頑張って全部食べる
- 一口だけ食べる
- 残す

苦手な食べ物は、1口以上頑張って食べていると答えた人が多かったです。近くの席の人が頑張って食べていたら、そっと応援してあげましょう！

Q5. 朝ごはんは食べていますか？



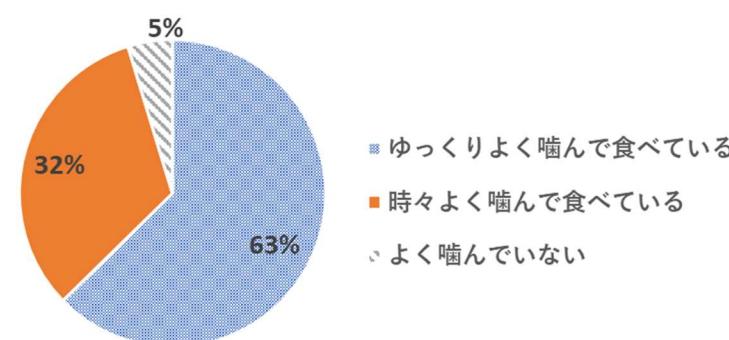
Q5-A. 朝ごはんを食べないことがある理由、全てに○をつけてください。【複数回答】



朝ごはんを食べている人は、約8割でした。また、朝ごはんを食べない理由は、「食べる時間がないから」が最も多かったです。朝ごはんは、食べることで、体温が上がり、脳や体が目覚めで活動に働くようになります。勉強の集中力UPや、登下校・休み時間の怪我の防止にもつながっていきます。

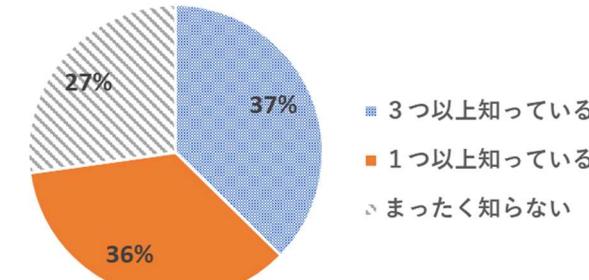
朝ごはんを食べるのが難しい人は、まずは、おにぎりやパン、カップヨーグルトなど1品から、朝ごはんを食べる習慣を身につけていきましょう！

Q6. 食事はゆっくりとよく噛んで食べていますか？



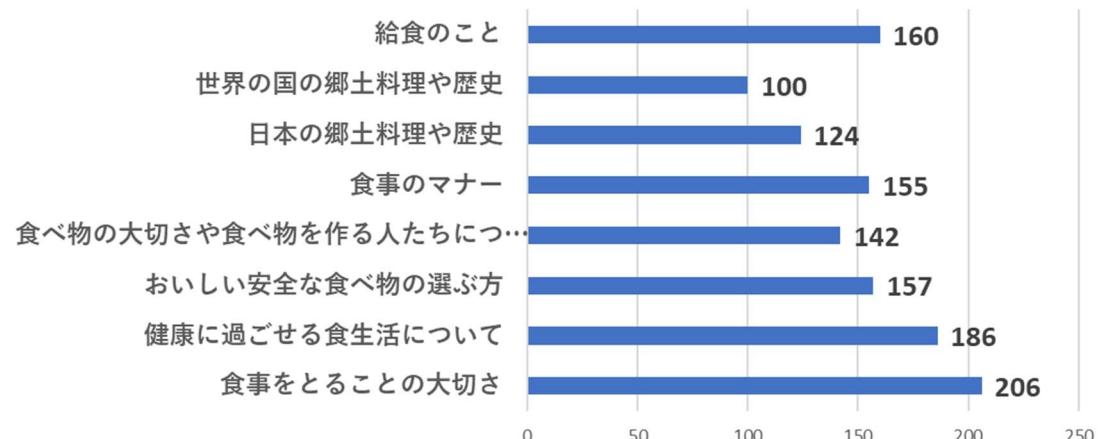
よく噛んで食べられないと回答した人が多かったです。これからも、1日30回噛むことを意識して食事をとりましょう。

Q7. 市川市で育てられている野菜や果物、市川市の海でとれる食べ物を知っていますか？



1つ以上知っている人が約7割でした。給食では市川市産の食材をたくさん使っています。給食時間の放送や給食メモでも紹介しているので、見てみてくださいね！

Q8. 食べ物や、食べることについて興味があるもの、全てに○をつけてください。【複数回答】(人)



Q9. 好きな給食、嫌いな食べ物を教えてください。

順位	好きな給食	票数
1位	ココア揚げパン	78
2位	カレー	33
3位	きなこ揚げパン	31
4位	野菜チップス	18
5位	味噌ラーメン	17
6位	焼き肉サラダ	13
7位	冷凍みかん	11
8位	フルーツポンチ	8
9位	から揚げ	5
10位	わかめご飯	4

順位	嫌いな食べ物	票数
1位	ピーマン	40
2位	なす	27
3位	魚	17
4位	ししやも	14
5位	野菜	13
6位	トマト	13
7位	そら豆	11
8位	きのこ	11
9位	ゴーヤ	10
10位	納豆	7