

令和5年度食事に関するアンケート調査結果

塩竈市学校給食栄養士会

- 1 調査期間 令和5年7月3日(月)～7月14日(金)
- 2 調査対象 塩竈市立小中学校 11校 小学校第6学年、中学校第3学年
- 3 調査方法 Google Forms を用いたインターネット接続によるアンケート
- 4 回答状況 回答数 581票 (小学生:305票、中学生:276票)
- 5 調査結果

(1) 好き嫌いについて

問1 すききらいはありますか。(図1)

好き嫌いが「ある」と回答した小学生は82.6%、中学生は77.5%であった。

《令和2年度との比較》

- ・好き嫌いがあると答えた割合
小学生 72.4% (+10.2%)
中学生 76.0% (+1.5%)

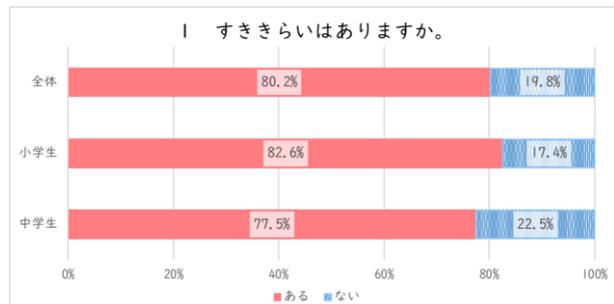


図1 好き嫌いについて

問2 にがてな食べ物が家で出た場合、どうしていますか。(図2)

苦手な食べ物を家で「食べる」と回答した小学生は32.8%、中学生は31.2%であった。

《令和2年度との比較》

- ・苦手な食べ物を家で食べると回答した割合
小学生 38.0% (▲5.2%)
中学生 27.9% (▲8.5%)

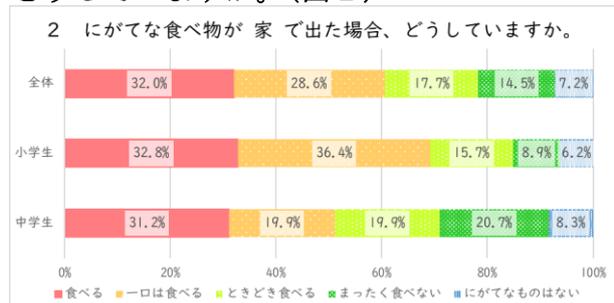


図2 苦手な食べもの(家)

問3 にがてな食べ物が給食で出た場合、どうしていますか。(図3)

苦手な食べ物を給食で「食べる」と回答した小学生は33.8%、中学生は46.4%であった。

《令和2年度との比較》

- ・苦手な食べ物を給食で食べると回答した割合
小学生 48.4% (▲14.6%)
中学生 33.1% (+13.3%)

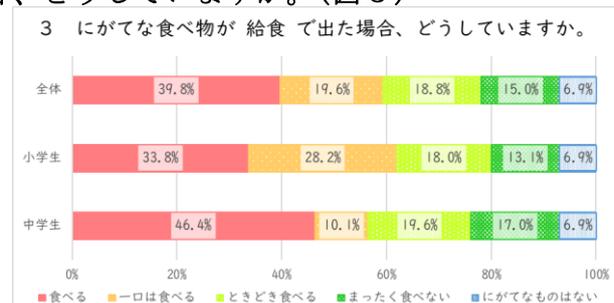


図3 苦手な食べもの(給食)

<考察>

好き嫌いがあると回答した割合は、中学生より小学生の方が高かった。

令和2年度の調査より、好き嫌いがある小学生が10.2%増えた。苦手な食べ物について、小学生は家と給食で大きな差が見られなかったが、中学生は給食の方が食べる割合が高いことから、給食は苦手を克服し、様々な食経験を積む場になっていると考えられる。今後も苦手な食べ物があっても自らの健康を考え、一口でも食べようとする態度や食への感謝の心を養うために、給食指導や各教科等において、小中で連携した指導を継続して行っていきたい。

(2) 食事について

問4 食事は大切だと思いますか。(図4)

食事について「大切だと思う」と回答した小学生は95.4%、中学生は93.8%であった。一方で、「それほど大切ではない」「わからない」と回答した小学生が4.6%、中学生が6.1%であった。

《令和2年度との比較》

- ・食事は大切だと思うと回答した割合
小学生 95.3% (+0.1%)
中学生 94.2% (▲0.4%)

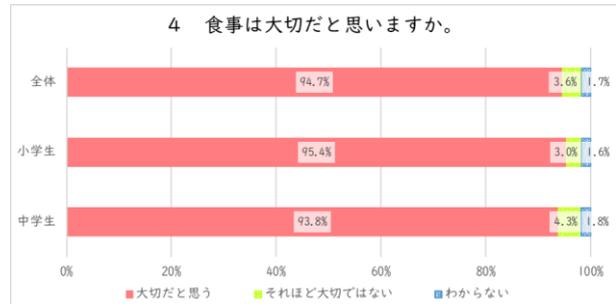


図4 食事について

＜考察＞

自己の健康に配慮した食生活を営めるように、食事への意欲・関心を高める支援をしていく必要がある。健康は日々の積み重ねが重要であることを認識させるため、食育の観点もふまえ、学年への指導を行っていききたい。

(3) 朝食について

問5 朝ごはんを毎日食べていますか。(図5)

朝食を毎日食べると回答した小学生は81.6%、中学生は81.2%であった。次いで多い回答が「1週間に1～2回食べないことがある」で、小学生で12.5%、中学生で10.5%であった。また、「ほとんど食べない」が小学生で3.6%、中学生で5.8%と、中学生の方が高い割合であった。

《令和2年度との比較》

- ・朝ごはんを毎日食べていると回答した割合
小学生 87.8% (▲6.2%)
中学生 75.8% (+5.4%)

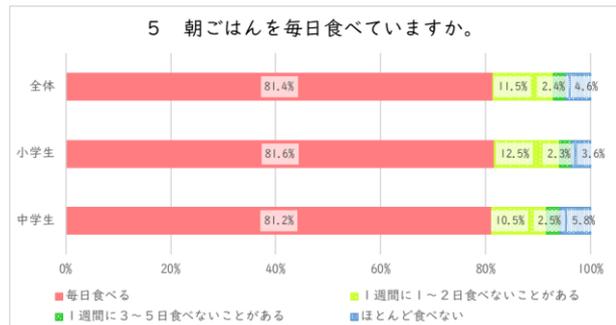


図5 朝ごはんについて

問6 朝ごはんを食べない理由は何ですか。(図6)

朝食を欠食する理由として小学生で一番多かった回答は「おなかが空いていないから」の48.2%、中学生は「時間がないから」の53.8%であった。また「いつも食べないから」という回答は、小学生3.6%、中学生が11.5%であった。

「太りたくないから」「食事の用意ができていないから」という回答は、中学生は0%だったが、小学生はそれぞれ3～5%の回答が見られた。

《令和2年度との比較》

- ・時間がないから
小学生 35.6% (▲ 3.7%)
中学生 31.0% (+22.8%)
- ・おなかが空いていないから
小学生 37.9% (+10.3%)
中学生 34.1% (+ 0.5%)

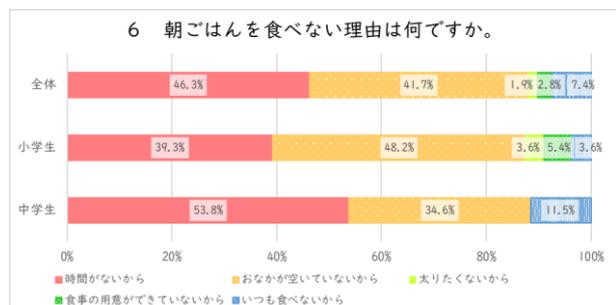


図6 朝ごはんを食べない理由

問7 朝ごはんは誰と食べることが多いですか。(図7)

朝ごはんを「家族で食べる」と回答した小学生は66.9%、中学生は54.3%であった。「一人で食べる」と回答した小学生は29.8%、中学生は40.9%であった。

《令和2年度との比較》

- ・家族で食べると回答した割合
小学生 58.9% (+ 8.0%)
中学生 43.7% (+10.6%)
- ・一人で食べると回答した割合
小学生 35.7% (▲ 5.9%)
中学生 40.9% (▲ 7.6%)

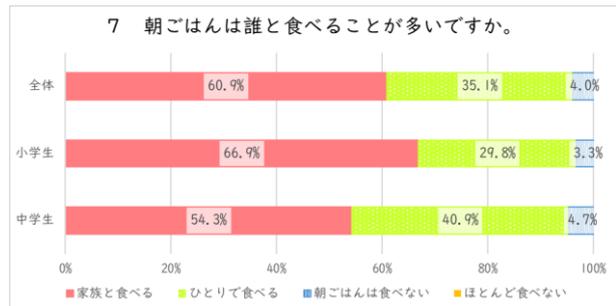


図7 朝ごはんは誰と食べているか

＜考察＞

朝食を食べている小中学生は約8割であったが、「塩竈市食育推進計画」の目標値には到達していない。特に小学生は令和2年度の調査結果よりも、低い回答となった。朝食を欠食する理由として、小学生は「おなか为空いていない」、中学生は「時間がない」ということから、前日の過ごし方が関わっていると予想される。規則正しい生活習慣を身につけさせる支援が必要であると考えられる。

「食事の用意ができていない」という理由で朝食を欠食している児童に関しては、自分で朝食を用意するなど、自立に向けた支援をしていく必要がある。また、「太りたくない」など食に対する誤った知識を持っている児童もいるため、成長期と食事の必要性を小学生のうちに身につけさせることも必要である。

朝ごはんを「家族で食べている」小中学生は約60%だったのに対し、「一人で食べている」小中学生は約35%だった。令和2年度と比較すると、「家族と食べる」と回答した割合が約1割増加しており、家族間のコミュニケーションの構築に結びつくと考えられる。

「朝ごはんを食べない」小中学生は全体の約4%であった。考えられる要因として、生活リズムや睡眠時間などの基本的な生活習慣が不規則になり、食欲が落ちて朝ごはんを食べないなどが考えられる。規則正しい食生活と生活リズムを整えることが、自分の身体と心の健康につながることを、保護者及び児童生徒に発信していきたい。

6 調査のまとめ

今回のアンケート調査から、以下のようなことが課題であることがわかった。

- ・好き嫌いについて、小学生は82.6%が「好き嫌いがある」と回答し、令和2年度と比較して10.2%も増えていることから、好き嫌いのある小学生が増えていた。また、小学生の方が中学生より、好き嫌いがあると回答した割合が高くなった。
- ・苦手な食べ物を家や給食でどうしているかを比較すると、中学生は給食では食べると回答した割合が15.2%も増加していることから、給食では積極的に食べている傾向にあることがわかった。
- ・「朝ごはんを毎日食べる」と回答した割合が、令和2年度の調査結果と比較して、0.6%低下し、依然として朝ごはんを毎日食べる割合が増えていない結果となった。
- ・令和2年度の調査結果と比較して「家族と食べる」割合が9.4%増加し、「一人で食べる」割合は6.8%低下し、孤食が減少している。特に中学生は一人で食べる割合が7.6%減少した。
- ・朝ごはんを食べない理由は令和2年度と比較して、時間がないからが46.3%で13.4%も大幅に増加した。また小学生は「おなかが空いていないから」が10.3%増加し、中学生は「時間がない」の回答が22.8%増加した。

7 課題の解決に向けて

以下のような取り組みを行うことで、上記の課題の解決につながるものとする。

- ・小学生の好き嫌いが増加しているため、給食では家庭であまり食べないようなものを経験する場として、給食指導や各教科等において一口でも食べようとする態度や食への感謝の心を養う指導を継続して行っていきたい。
- ・朝食について「食事の用意ができていない」という理由で欠食している児童に対して、朝食の重要性を周知したい。また、これまでも小学生でも作れるレシピを給食だよりのコラムで紹介しており、今後も、自立に向けた支援をしていく必要がある。
- ・自己の健康に配慮した食生活を営めるように、食事への意欲・関心を高める支援をしていくとともに、規則正しい生活習慣を身につけさせる支援が必要であると考えられる。

参考資料

「第3期塩竈市食育推進計画」より抜粋

項目		現状値（※1）	目標値
朝食を毎日食べる人の割合	幼児（3歳児）	98.5%	98%
	小学生（6年生）	94.4%	98%
	中学生（3年生）	92.5%	96%
	20～30代	69.2%	70%
	後期高齢者健診受診者	97.8%	98%

※1 幼児：3歳児健診、小中学生：教育委員会点検・評価報告書（H29年版）より、20～30代：市民食育アンケート（H30）より、特定健診受診者 男女・後期高齢者健診受診者 男女：各健診結果データ（H29）より

※第3期塩竈市食育推進計画の期間は、2019年度（平成31年度）から2023年度（令和5年度）までの5年間であり、目標値は第2期塩竈市食育推進計画を受け、かつ達成度を客観的に評価するために掲げられた。