



# 食育たよい

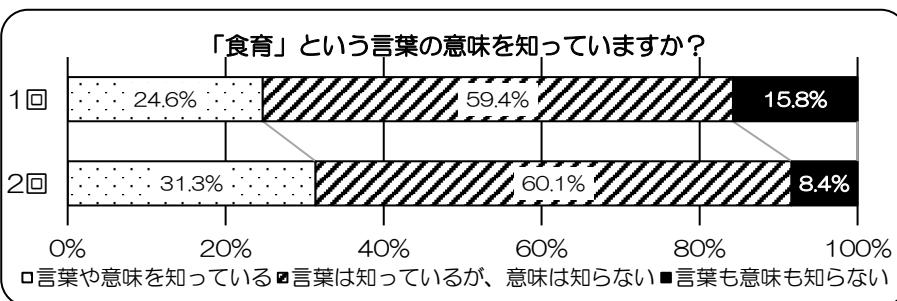
第6号

令和5年3月17日  
京都市立音羽中学校  
食育係

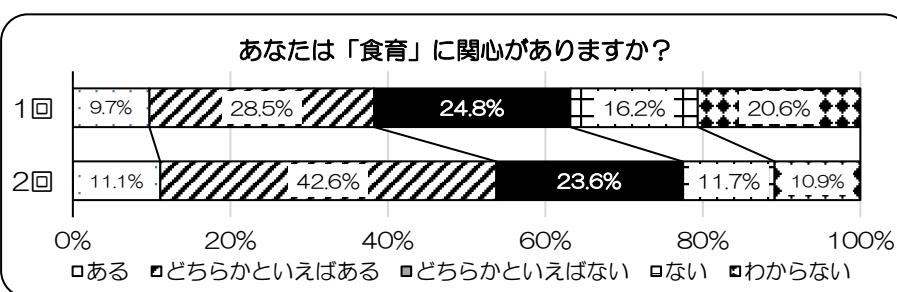
先日、「第2回 食育アンケート」を実施しました。

今回の第2回アンケートの結果と、9月に行った1回目のアンケート結果と比較しながら報告したいと思います。

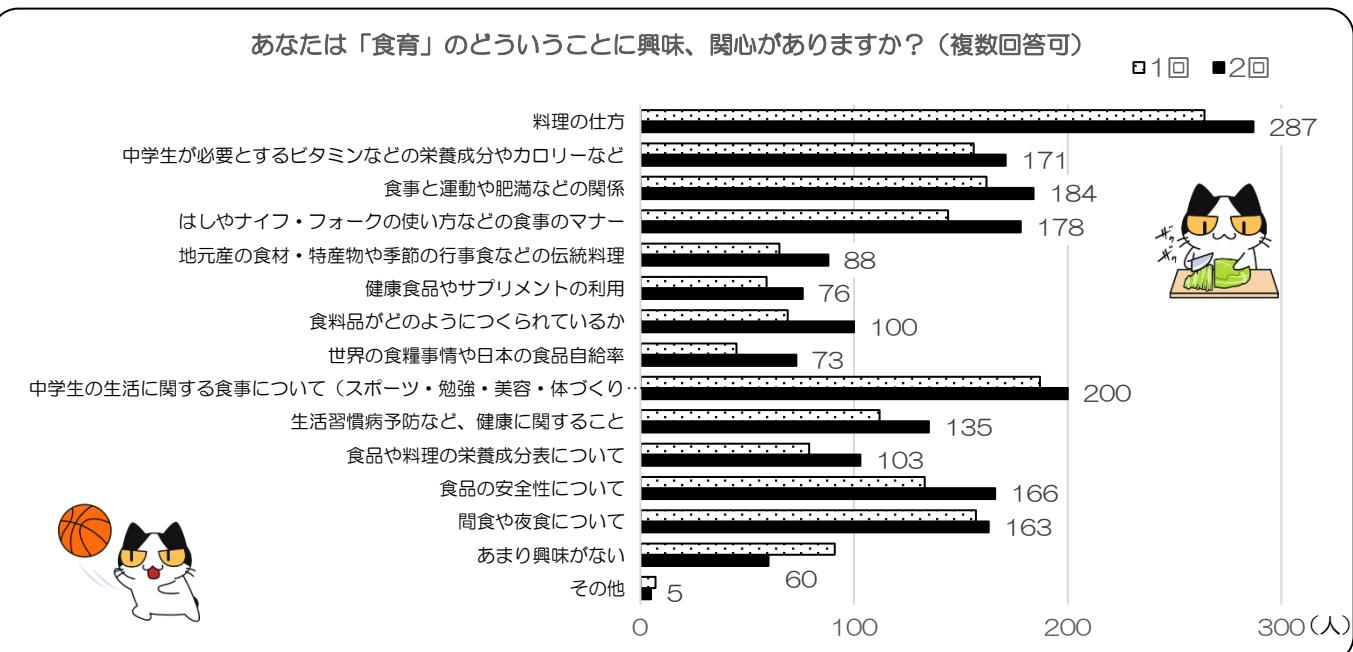
アンケートの回答から、「食」への関心度が増していることがあらわれていました。そして、みなさんがどのようなことに興味関心を持っているのか、大変参考になりました。ご協力ありがとうございました。



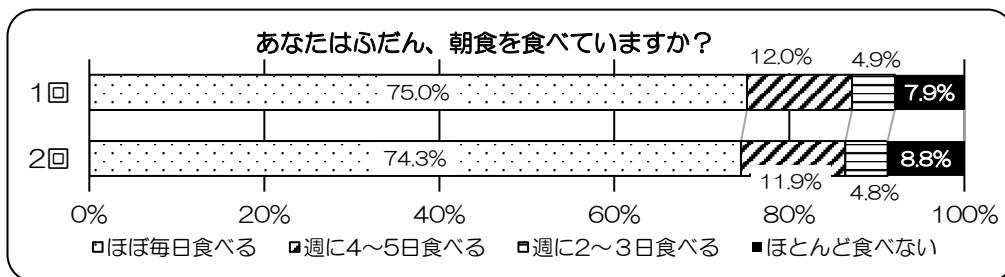
・「食育の言葉や意味を知っている」が6.7%も増加し、1回目の24.6%から2回目31.3%になりました。  
また、「言葉も意味も知らない」は約半数に減少しました。



・「食育に関心がありますか？」では「ある」と「どちらかといえばある」が1回目では38.8%でしたが、2回目は53.7%と大幅な増加で半数を上回りました。  
「ない」は5%、「わからない」は10%減り、「食育」の言葉を見聞きする機会が増え、関心をもってくれる人が増えてきたことがわかります。



- ・「興味関心があること」はすべての項目で増えました。食育のいろいろな分野に対して、興味関心を持ち始めていることがうかがえました。
- ・今回も「料理の仕方」に興味関心がある人が一番多く287人とさらに増加し、全体の60%でした。次に「中学生の生活に関する食事について」に興味をもっている人が42%でした。食育によりでも、毎号マナーについて取り上げていますが「はしやナイフ・フォークの使い方などの食事のマナー」に興味がある人が34人増えました。「食品の安全性」も33人増え、「あまり興味がない」が31人減りました。



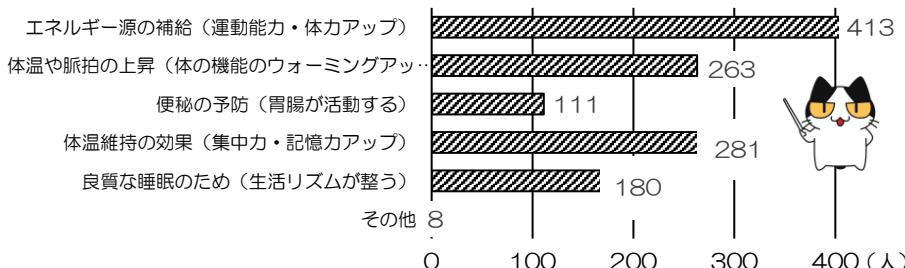
「毎日食べる」と回答した割合は、1回目の75.0%から2回目は74.3%に減りました。  
 「ほとんど食べない」は、1回目7.9%から2回目8.8%に増えています。



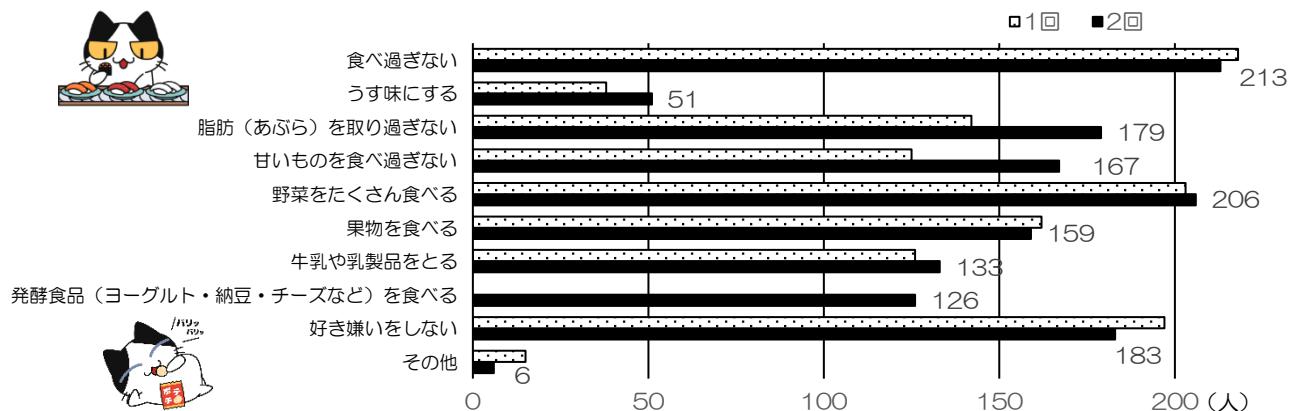
食べない理由で最も多いかったのは「時間がないから」が79人でした。次いで「食欲がないから」が47人という結果になっています。

朝食が大切な理由について、「エネルギー源の補給」と答えた人が86%、「体温維持の効果」59%と知識があるものの、**食べないことが習慣化**しているのかかもしれませんね。もう一度朝食の大切さを見直し、しっかり食べるよう生活習慣を見直してみましょう。

#### 朝食が大切といわれている理由で知っているものは？（複数回答可）



#### あなたは、健康的な食事のとり方について、気を付けていますか？（複数回答可）

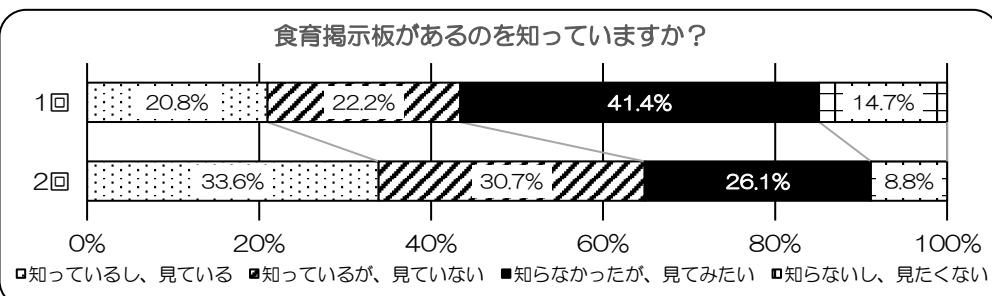


「甘いものを食べ過ぎない」は42人、「脂肪を取り過ぎない」は37人と大幅に増加しました。

健康的な食事の知識を身につけ、意識して自ら行動に移していることがうかがえます。

※「発酵食品を食べる」は1回目のアンケート項目にはありませんでしたが、食育掲示板のテーマにあったので、今回追加しています。

食育掲示板を「知っているし、見ている」は12.8%増加の33.6%となりました。1回目の5人に1人から2回目3人に1人見てくれている結果となりました。「知りたくないし見たくない」も減少しました。

このアンケート結果をもとに、今後の「食育掲示板」「食育だより」などの情報発信に活用していきます。

また、朝食を食べる重要性を理解しているみなさんが、規則正しい生活を意識し、自ら朝食をとろうという気持ちを持てるよう取り組んでいきたいと思います。

