

保育園・幼稚園・幼児園保護者代表連絡会議ヒアリング集計（13名分）

※事前調査票に記入いただいたうえで実施

日時：令和元年6月7日（金）11:00～11:30

場所：危機管理センター 3階大研修室 1

①ご家庭で食について大事にしていること・気をつけていることは何ですか？

- ・なるべく手作りで、味付けは濃くしないようにしている。
- ・好き嫌いせずに食べること。
- ・一汁三菜で食べる。家族そろって食べる。
- ・座って食べる。残さない。
- ・とにかく好き嫌いせず何でも食べるようにしています。和食中心で毎日野菜をたっぷり食べられるようにしている。
- ・バランスの取れた栄養をと考えているが、なかなかできていない。作ってくれた方に対して感謝を伝えようということは大事にしている。
- ・栄養バランス。3食しっかりと。
- ・野菜は1食につき3種類以上出す（3食違うものにする）。トマトは必ず食べる。お肉と魚の偏りがないようにする。ラーメンは極力出さない。出汁を大切にする。
- ・バランスの取れた食事。挨拶（いただきます、ごちそうさま）。
- ・なるべく旬のものを取り入れるようにしている。苦手なものでも、味付けや見た目を変えたら食べないか試みる。
- ・私自身と長女（小2）がアトピーで、食べ物で悪化するため、なるべくオーガニックや無添加の食材を使うようにしている。食事のマナーは、なるべく気をつけて根気よく躡けているが、日々の忙しさにかまけてしまいがち。
- ・自閉症により極度の偏食のため、1週間単位でバランスよく食べられるものの中で栄養摂取することを心がけている。
- ・楽しく食事をする。家族の団らんを大切にする。バランスのいい食事が取れるように心がける。
- ・嫌いなものでも一口は食べようと言っている。だめだと思ったら後は食べなくてもいいから1回はチャレンジしよう、と言う。
- ・庭で少し野菜を作っていて、野菜の味を楽しめるようにしている。
- ・テレビ番組で牧場の牛とか豚をみせて、お肉はこの子たちのだよとか、どういうものなのかと言うのをみせている。豚さんのお肉だからちゃんと食べようね、とか。
- ・魚を自分で釣ったり、買い物にあえて連れて行って、食材を見せて、それがこうなるんだよと見せる。
- ・母親がずっとキッチンに立っていると料理は女性がやるものになってしまうから、パパにも立ってもらって男もやるものなんだよという背中を見せている。
- ・配膳の手伝いをさせてご飯、汁物の場所とかを考えられるようにしている。
- ・うちの子どもは家ではご飯しか食べないため、出来るだけ肉も野菜も食べてくれるように、先にご飯をよそわずに、おかずだけを先に食べるようにしている。
- ・大皿で出すと誰がどれだけ食べたか分からず好きなものだけ食べるので、基本ワンプレートにしている。最低これだけの野菜は食べなさいと言ってスタートする。

②ご家庭で食に関するお手伝い（調理や片付けなど）を日頃お子さんにさせていますか？させている方は具体的に内容や頻度を教えてください。

- ・お皿をだす。食べたものを流しのところまで持って行く。毎日ではないが本人がやりたいと言えば野菜を切ったり、炒めたりしてもらっている。
- ・毎日、食後にお茶碗を運んでもらっている。
- ・自分の食器を用意して、食べ終わったら片付ける。
- ・毎回、出来上がったものをテーブルに運ぶ。自分の食べたものを片付ける。たまにカレールーを入れたり、トマトのへたをとって洗うなど簡単な作業。
- ・ほぼ毎日、お箸を並べる、ご飯をよそう。この季節は、豆のすじ取りをさせている。
- ・食べ終わった食器を台所に持って行ったり、最近では簡単な料理（具材を混ぜたりなど）を手伝ってもらったりしている。食器を返す頻度は毎日で、料理の手伝いは週1～2に1回くらい。
- ・毎食、食器の用意、片付け。一部食事準備（トマトのへた取り、袋だし、ソースがけなど）をたまにする。
- ・食べた食器の片付け、包丁を使わないことを手伝ってもらう。
- ・毎回、自分の食器は片付ける。長期休みは、野菜を切る、米を研ぐ。
- ・食事の準備。家族分のお箸やお皿、出来上がったものを運ぶこと。自分の使った食器を片付ける。時々、ご飯を作るのを手伝ってもらう。
- ・週1～2回、本人がやりたいと言ったときにしている。米を研ぐ→セットする。卵を割って混ぜる。ゆで卵の殻をむくなど。
- ・お皿を持ってくる。自分のフォークやスプーンを取りに行くなど。ピザや麺を手作りするときには一緒に作る。
- ・家族の分のお箸やコップの準備。ご飯やおかずを並べる。いつもキッチンで料理しているのを見て、野菜を洗ったり、サラダの水切りをしてくれる。
- ・家族の誕生日にケーキを作ったり、母親が出かけるときは、主人と子ども3人でチャーハンを作ったりしてくれる。幼稚園で作ったものを、先生がレシピを作ってくれているので、家で作ったりする。

②で『ご家庭で食に関するお手伝いをお子さんにさせていない』と回答された方にお伺いします。ご家庭で食に関するお手伝いをさせていない理由を教えてください。

該当なし

④食に関するどんな事業があれば、参加したいですか？

- ・子どもと一緒に料理するなど、家では一通りはなかなかできないので、そういう場があれば参加したい。
- ・子どもと一緒に作る。
- ・クッキング
- ・親子でおやつ作り
- ・成長にあまり良くない食べ物などが知れる企画などがあれば参加したい。
- ・給食フェスティバル。給食の試食がしたい。
- ・給食センター見学、特別昼食ルーム等の見学。
- ・親子でクッキング。米作り体験。
- ・子どもがもっと食の大切さや素晴らしさを知るために、食に関するクイズ大会（例えば栗東の食材について）のような親子で雑学を学べるような事業。
- ・子どもが料理や食事マナーの基礎を楽しく学べる体験型のイベントなど。かつおぶしで出汁をとるとか。
- ・栗東の農産物について親子で収穫体験ツアー。
- ・食べ物のフェスティバル。栗東のもので作れたり、家では作らないもの。もしかしたら、家で食べられなかったものが食べられるかもしれない。

⑤その他、何かあればご記入ください。

記入なし