

嗜好調査集計結果について

お忙しいところ嗜好調査にご協力いただきましてありがとうございました。

集計結果をまとめましたので、参考までにご覧ください。

〈調査期日〉 2023年10月27日～11月6日まで

〈調査対象〉 OURS baby在籍の0～2歳児クラスの保護者

〈回収数〉 回収数68件（配布数80件）回収率85%

【0歳児：92% 1歳児：85% 2歳児：79%】

〈調査結果〉



1. お子さんの一番好きなメニュー

	第1位	第2位	第3位
0歳児	うどん	ハンバーグ	うどん
1歳児	カレーライス	麺類	唐揚げ
2歳児	麺類	揚げ物	カレーライス

・その他、好きなメニュー

0歳児：豆腐、パン、カレー、何でも食べる、みそ汁、芋類、フルーツ、煮物、

1歳児：ハンバーグ、丼物、チャーハン、ハンバーグ、芋類、春雨サラダ、鶏肉料理等

2歳児：鶏そぼろごはん、納豆オムレツ、豚汁、人参と玉ねぎの炒め物、全部好き等

2. お子さんの苦手なメニュー

	第1位	第2位	第3位
0歳児	特になし	肉類	牛乳
1歳児	野菜	特になし	果物
2歳児	野菜	肉類	



・その他、苦手なメニュー

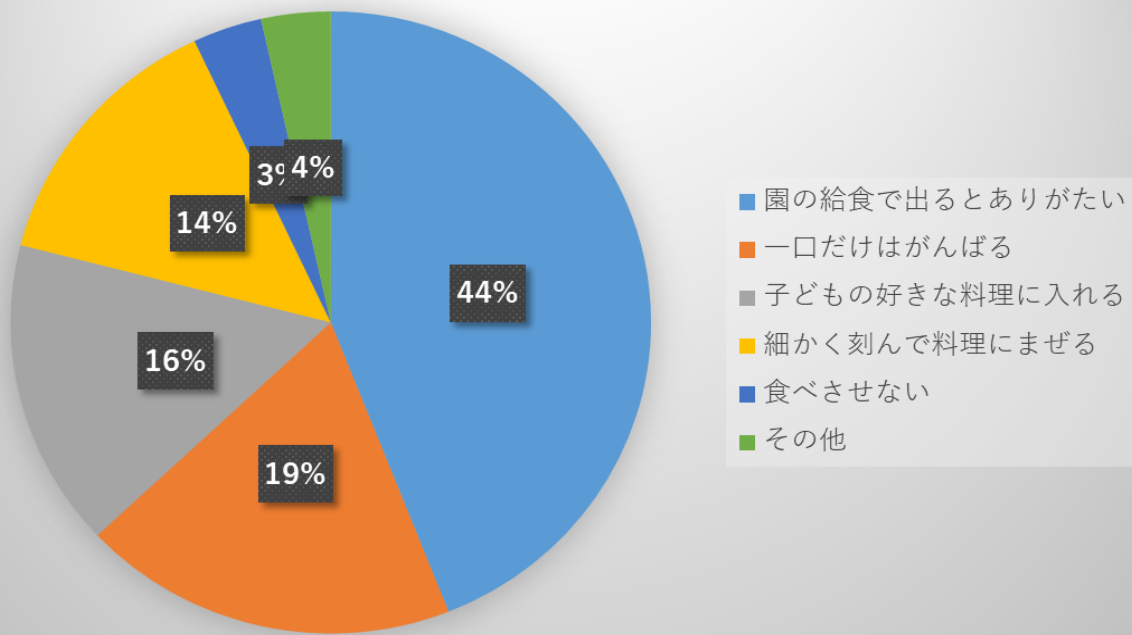
0歳児：パサパサした肉や魚、果物類、マカロニ、野菜類、

1歳児：肉類、芋類、卵、カレー等

2歳児：マーボー茄子、野菜のお浸し、炒り卵等



苦手なものを食べられるようにする工夫



その他、工夫されていること（保護者様からのご意見）

- ブレンダーでペースト状にしてスープやソースにする。
- 食べてくれる時が来るまでチャレンジします。

3. よく食べるおやつを三つ記入してください



	第1位	第2位	第3位
0歳児	おせんべい	フルーツ	卵ボーロ
1歳児	ゼリー	フルーツ	おせんべい
2歳児	チョコレート	フルーツ	ゼリー



・その他、よく食べるおやつ

0歳児：パン、ヨーグルト、蒸しパン、ホットケーキ、クッキー、ゼリー、ビスケット等

1歳児：スナック菓子、ヨーグルト、クッキー、プリン、パン、干しいも、グミ等

2歳児：スナック菓子、おにぎり、ドーナツ、ラムネ、パン、チーズ、ケーキ等

4. お子さんの栄養状態で困っていることや不安に思うことはありますか？

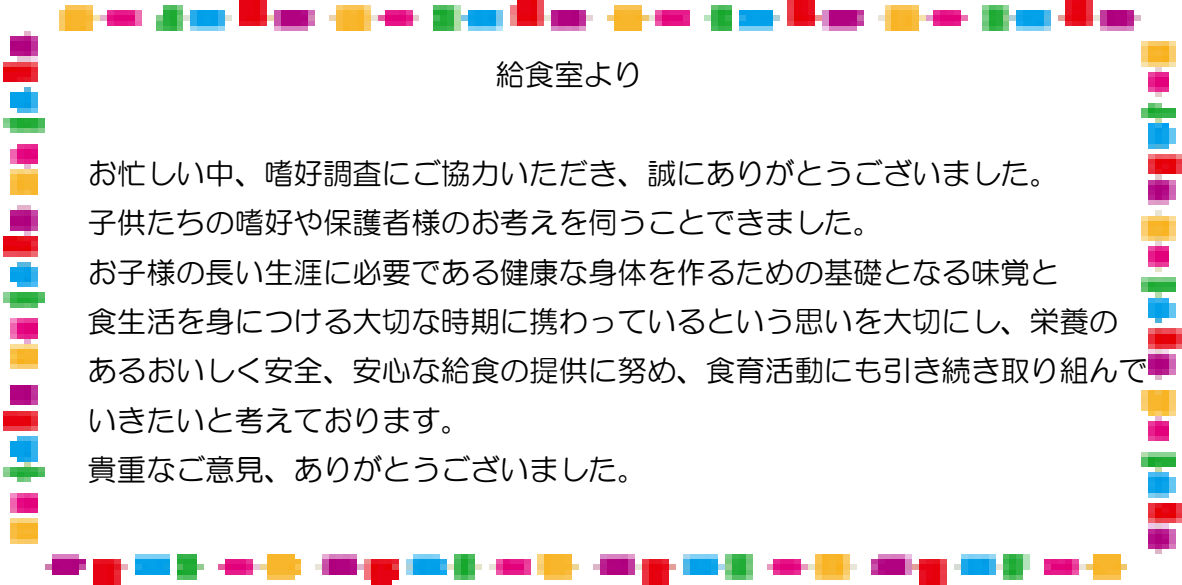
- ・野菜を食べない。
- ・お菓子ばかり食べる。
- ・固いものは吐き出す。
- ・野菜や鉄分など足りているか心配。
- ・作っても食べないことも多いので、結局いつも同じメニューになり、栄養が
- ・偏っていないか心配。
- ・何でも食べるので、食べすぎていないか心配。
- ・砂糖を多く使っているものを食べて、歯磨きをしないので虫歯について心配になる。
- ・野菜を多く使った料理をなかなかできないので、簡単に作れるレシピが知りたい。
- ・ごはんを食べない時があるので、栄養が足りていないか心配。
- ・野菜やたんぱく質が苦手なものが多いので、好きなものに偏ってしまう。
- ・野菜を好み、魚や肉、米を食べる量が少なくて心配。
- ・同じものを出しても、食べる時と食べない時があるので困る。
- ・鉄分、カルシウム不足について不安。
- ・汁物は好きなので野菜を入れるが、食感が違うとすぐ気がついて食べない。

【野菜を食べない】

アンケート結果からも「野菜」が苦手なお子さんが多いですね。無理に「食べなさい」というのはかえって苦手意識につながってしまいます。そこで、苦手な野菜に触れる機会を作ってはいかがですか？触ったり、水で洗ったりすることで徐々に愛着がわくものです。野菜の型抜きをしてお子さんの好きな料理に入れてみるのも良い方法です。また、食べたらおいに褒めてあげましょう。

【好き嫌いはどうして？】

「好き嫌い」の原因は様々あり、奥歯が生えそろっていないために咀嚼が上手くできなったり、初めて見たり食べたりする料理への抵抗感が原因となっていることもあります。ピーマンなどの苦味、酢の物の酸っぱさなどの味は本能的に「もしかしたら体に害があるものかも」と認識する味でもあります。経験を重ねて慣れていく味なので、好きになるまで時間がかかることは自然な事です。沢山の料理に出会いながら繰り返し経験することで、嗜好の幅は広がるので、今は焦らなくても大丈夫です。まずは「食べることは楽しいこと！」と感じられることが、乳幼児期の食事において大切です。



給食室より

お忙しい中、嗜好調査にご協力いただき、誠にありがとうございました。
子供たちの嗜好や保護者様のお考えを伺うことができました。
お子様の長い生涯に必要である健康な身体を作るための基礎となる味覚と食生活を身につける大切な時期に携わっているという思いを大切に、栄養のあるおいしく安全、安心な給食の提供に努め、食育活動にも引き続き取り組んでいきたいと考えております。
貴重なご意見、ありがとうございました。