

### 3 - (2) 実態調査実施例として

- ① 《児童調査及び指導前・後の調査結果比較》

明石市立松が丘小学校

- ② 《保護者調査及び結果》

宝塚市立西谷小学校

〈児童調査〉

食生活実態調査 (児童用)

【給食に関すること】

1, あなたは、学校給食が好きですか、きらいですか。1つ選んで○をつけましょう。

- ① 大すぎ
- ② すき
- ③ どちらともいえない
- ④ きらい

2, 問1で大すぎ、すきと答えた人は、その理由を3つまで選んで○をつけましょう。

- ① おいしい給食が食べられるから
- ② すきなものが食べられるから
- ③ みんなといっしょに食べられるから
- ④ みんなと同じものを食べられるから
- ⑤ 先生といっしょに食べられるから
- ⑥ 家で食べられない料理が食べられるから
- ⑦ 栄養のバランスのとれた食事が食べられるから
- ⑧ その他 (                      )

3, あなたは、学校給食で出されたものを残すことがありますか。1つ選んで○をつけましょう。

- ① よく残す
- ② ときどき残す
- ③ ほとんど残さない

4, 問3で よく残すと答えた人に聞きます。残すときの理由はなんですか。

3つまで選んで○をつけましょう。

- ① 量が多すぎるから
- ② 食欲がないから
- ③ 太りたくないから
- ④ 1度にたくさん食べるとはずかしいから
- ⑤ 時間がないから
- ⑥ おいしくないから
- ⑦ きらいなものがあるから
- ⑧ その他 (                      )

5, 給食の牛乳は残さず飲んでいただけますか。1つ選んで○をつけましょう。

- ① はい
- ② ほとんど飲んでいる
- ③ よく残す
- ④ 飲めない

【食品の知識・思考について】

6, あなたは、次のようなことに気をつけて食事をしていただけますか。あてはまるものに○をつけましょう。

- ・ 食事はゆっくりとよくかんで食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ 三食かならず食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ 栄養のバランスを考えて食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ できるだけ多くの食品を食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ ジュース類を飲み過ぎない
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ 塩辛いものを食べ過ぎない
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない

- ・ 牛乳や小魚を食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ 色の濃い野菜を多く食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ すききらいをしない
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ 残さず食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない
- ・ 楽しく食べる
  - ① はい
  - ② いいえ
  - ③ わからない

7. 食品の知識とその働きについて

① 「おもに熱や力となる食品（黄色の食品）」を10個書きましょう。

( ) ( ) ( ) ( )  
 ( ) ( ) ( ) ( )  
 ( ) ( )

② 「おもに体の中で血や肉となる食品（赤色の食品）」を10個書きましょう。

( ) ( ) ( ) ( )  
 ( ) ( ) ( ) ( )  
 ( ) ( )

③ 「おもに体の調子を整える食品（緑色の食品）」を10個書きましょう。

( ) ( ) ( ) ( )  
 ( ) ( ) ( ) ( )  
 ( ) ( )

8. あなたの好きな食べ物（食品）・好きな料理はなんですか。5つ書きましょう。

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( )

9, あなたのきれいな食べ物(食品)・きれいな料理はなんですか。5つ書きましょう。

( ) ( ) ( )  
( ) ( )

10, きれいな食べ物(食品)・きれいな料理が出たとき、どうしていますか。どちらか選んで○をつけましょう。

- ① がまんして食べる
- ② 食べない

【朝食について】

11, あなたは、毎日朝食を食べていますか。1つ選んで○をつけましょう。

- ① かならず食べる
- ② 1週間に2～3日食べないことがある
- ③ 1週間に4～5日食べないことがある
- ④ ほとんど食べない

12, 食べない理由はなんですか。1つ選んで○をつけましょう。

- ① 食欲がないから
- ② 太りたくないから
- ③ 時間がないから
- ④ いつも食べないから
- ⑤ 用意されてないから
- ⑥ その他( )

13, 今朝、何を食べてきましたか。

( ) ( )  
( ) ( )  
( ) ( )

【間食・夜食について】

14, あなたは、おやつを食べますか。

- ① ほとんど毎日食べる
- ② 1週間に4～5日食べる
- ③ 1週間に2～3日食べる
- ④ ほとんど食べない

15, よく食べるおやつの名前を3つまで書きましょう。

- ( )
- ( )
- ( )

16, あなたは、夜食を食べますか。

- ① ほとんど毎日食べる
- ② 1週間に4～5日食べる
- ③ 1週間に2～3日食べる
- ④ ほとんど食べない

【夕食について】

17, あなたは、毎日夕食を食べますか。

- ① かならず食べる
- ② 1週間に2～3日食べないことがある
- ③ 1週間に4～5日食べないことがある
- ④ ほとんど食べない

18, 夕食を外で食べることがありますか。

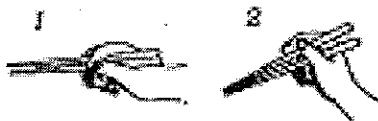
- ① よくある → 週に2回以上
- ② ときどきある → 週に1回程度
- ③ ほとんどない
- ④ ない

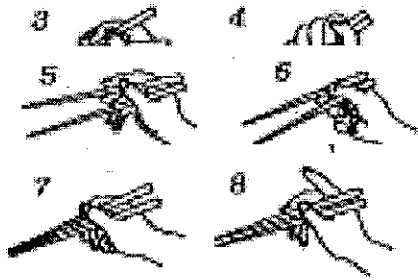
19, 夕食でコンビニ弁当（買った弁当）を食べることがありますか。

- ① よくある → 週に2回以上
- ② ときどきある → 週に1回程度
- ③ ほとんどない
- ④ ない

【食事状況について】

20, あなたは、食事のときに「はし」をどのように持っていますか。次の絵から1つ選んで○をつけましょう。





2 1, 〈朝食〉や〈夕食〉の時、いつもどのように食事をしていますか。1つ選んで○をつけましょう。

〈朝食〉

- ① 家族そろって食べる
- ② 家族のどれかと食べる
- ③ 家族と食べたいが一人で食べる
- ④ 家族とは別に一人で食べる
- ⑤ その他

〈夕食〉

- ① 家族そろって食べる
- ② 家族のどれかと食べる
- ③ 家族と食べたいが一人で食べる
- ④ 家族とは別に一人で食べる
- ⑤ その他

2 2, あなたは、家で食事をするときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。1つ選んで○をつけましょう。

- ① いつもあいさつをする
- ② 時々しないことがある
- ③ いつもしない

2 3, あなたは、家で食事をするときに、次のようなことをしたことがありますか？  
いくつでも○をつけてください。

- ① 口に食べたものを入れて話す。
- ② 食事中に席をはなれる
- ③ 大きな声で話す
- ④ テーブルにひじをついて食べる
- ⑤ テレビを見ながら食べる
- ⑥ その他 ( )

24、あなたが食事を楽しんでいるのは、次の中でどのようなときですか？3つまで選んで○をつけてください。

- ① 好きなものを食べる時
- ② 朝食の時
- ③ 学校給食の時
- ④ 夕食の時
- ⑤ 外食する時
- ⑥ バーベキューなどのような屋外で食べる時
- ⑦ 自分が作ったり手伝ったりしたものを食べる時
- ⑧ 家族そろって食べる時
- ⑨ 一人で食べる時
- ⑩ その他（                      ）

【生活状況・不定愁訴について】

25、あなたは、毎朝何時に起きますか。

- ① 6：00まで
- ② 6：00 ～6：30
- ③ 6：30 ～7：00
- ④ 7：00 ～7：30
- ⑤ 7：30 ～8：00
- ⑥ 8：00すぎ

26、あなたは、何時に寝ますか。

- ① 20：00まで
- ② 20：00～20：30
- ③ 20：30～21：00
- ④ 21：00～21：30
- ⑤ 21：30～22：00
- ⑥ 22：00～22：30
- ⑦ 22：30～23：00
- ⑧ 23：00～23：30
- ⑨ 23：30～24：00
- ⑩ 24：00すぎ

27、あなたは、次のようなことを感じることはありますか。あてはまるものに○をつましよう。



- ・身体がだるい
  - ① いつも
  - ② しばしば（週に1回程度）
  - ③ 時々（月に1回程度）
  - ④ 感じない
- ・つかれる
  - ① いつも
  - ② しばしば（週に1回程度）
  - ③ 時々（月に1回程度）
  - ④ 感じない
- ・肩がこる
  - ① いつも
  - ② しばしば（週に1回程度）
  - ③ 時々（月に1回程度）
  - ④ 感じない
- ・頭痛がする
  - ① いつも
  - ② しばしば（週に1回程度）
  - ③ 時々（月に1回程度）
  - ④ 感じない
- ・目が疲れる
  - ① いつも
  - ② しばしば（週に1回程度）
  - ③ 時々（月に1回程度）
  - ④ 感じない
- ・やる気がおきない
  - ① いつも
  - ② しばしば（週に1回程度）
  - ③ 時々（月に1回程度）
  - ④ 感じない
- ・イライラする
  - ① いつも
  - ② しばしば（週に1回程度）
  - ③ 時々（月に1回程度）
  - ④ 感じない

28, あなたは、自分が太っていると思いますか。やせていると思いますか。  
あてはまるものを1つ選んで○をつけましょう。

- ① 太っている
- ② 少し太っている
- ③ ちょうどよい(ふつう)
- ④ 少しやせている
- ⑤ やせている

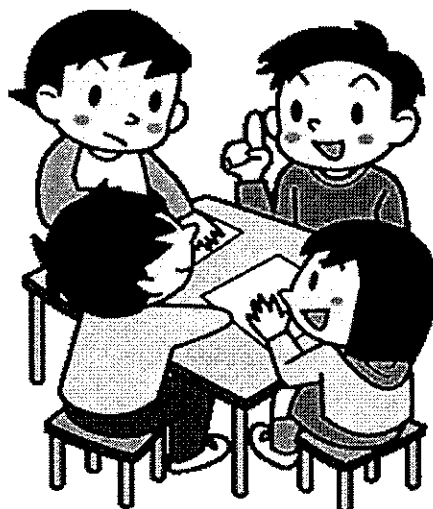
29, なぜそのように思いますか。あてはまるものすべて選んで○をつけましょう。

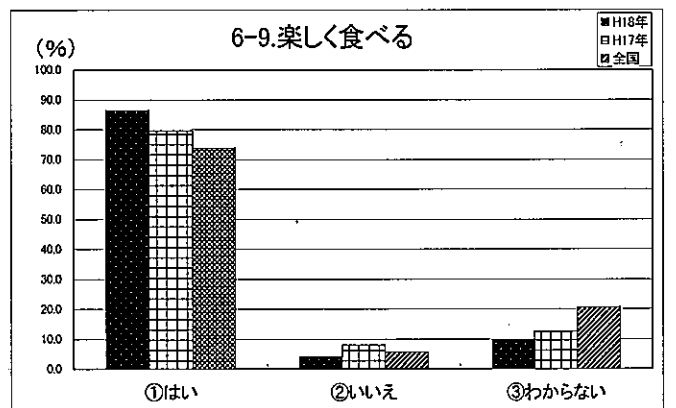
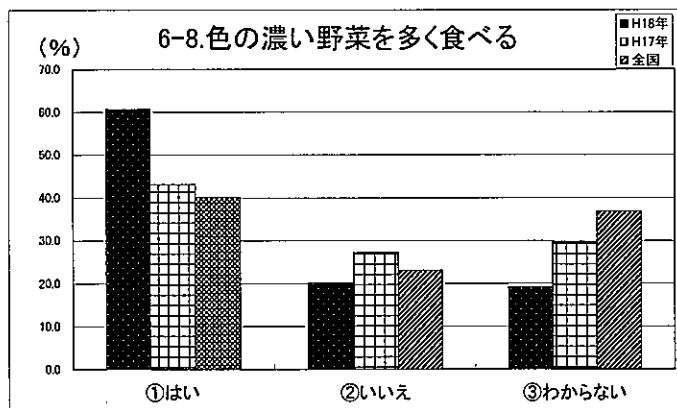
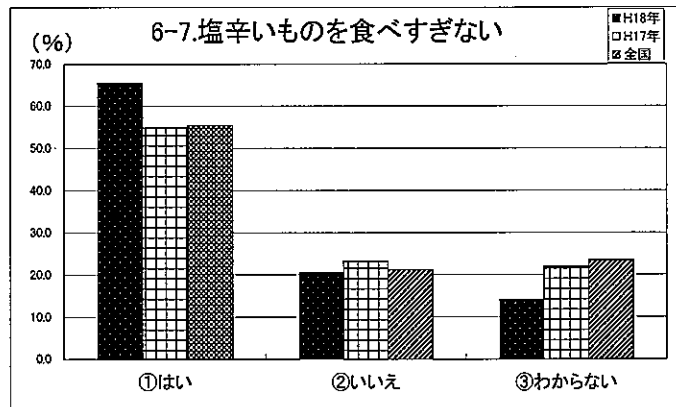
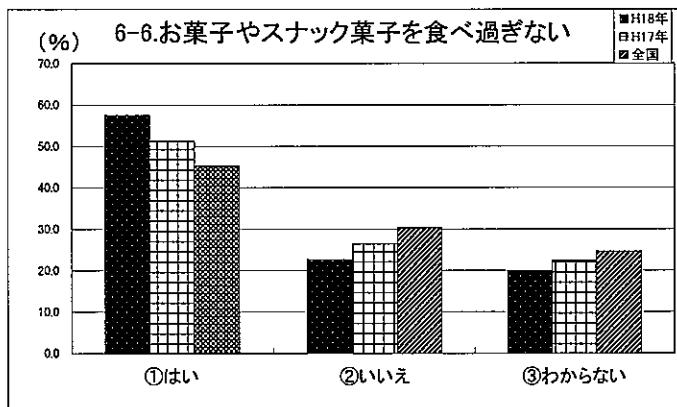
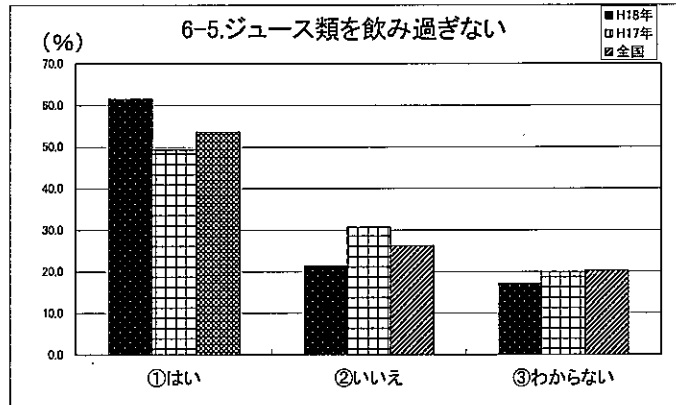
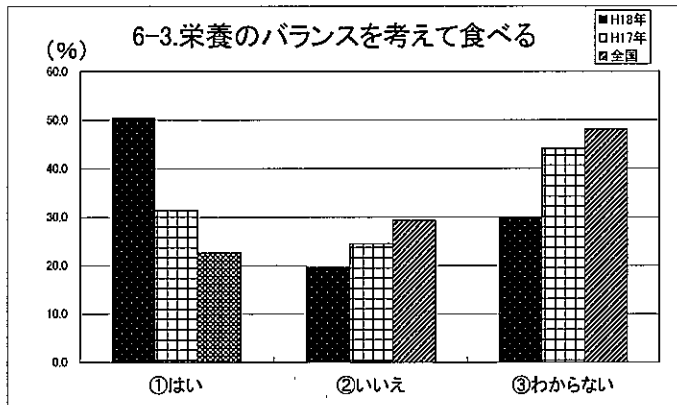
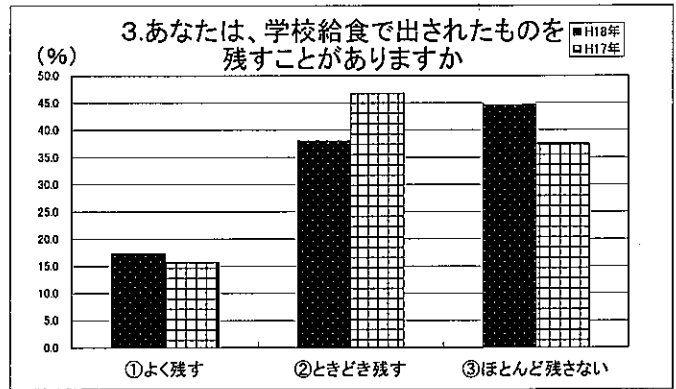
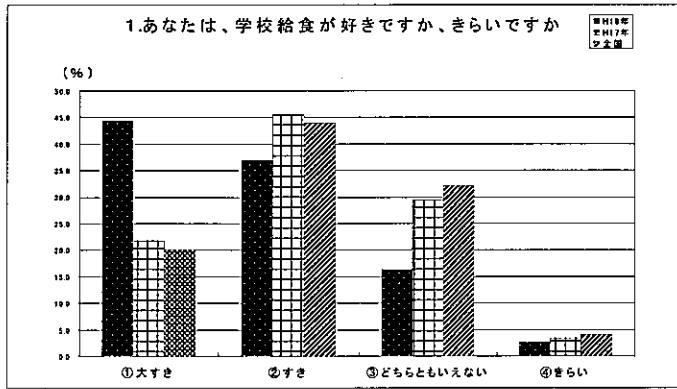
- ① 他の人と比べて
- ② 家族や友人にいわれたから
- ③ 過去の自分と比べて
- ④ 学校の内科検診や病院でいわれたから
- ⑤ 身長や体重から計算したり、体脂肪計で計ったりしたから
- ⑥ なんとなく
- ⑦ その他( )

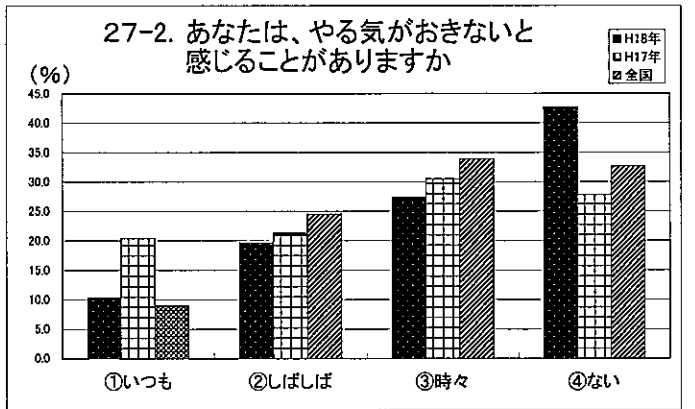
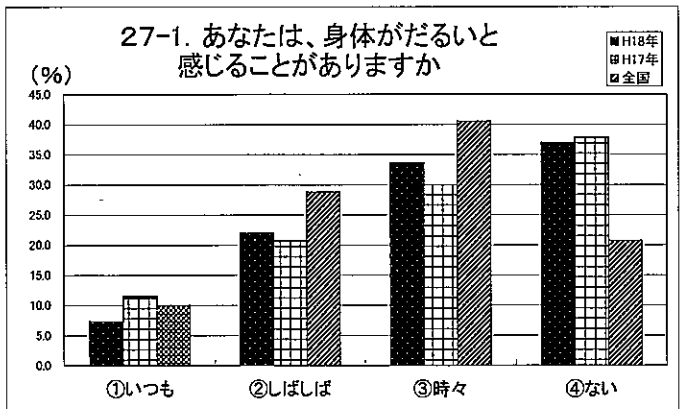
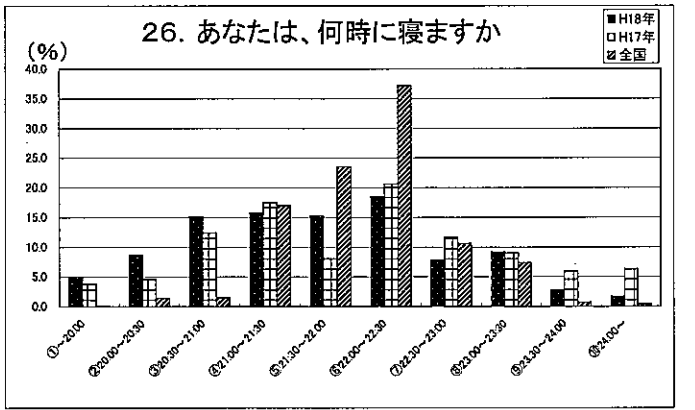
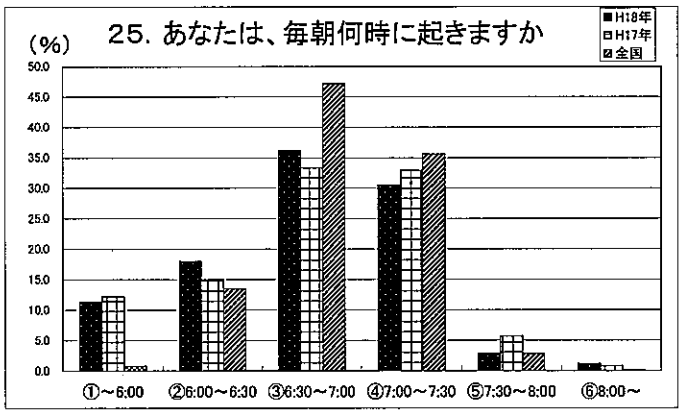
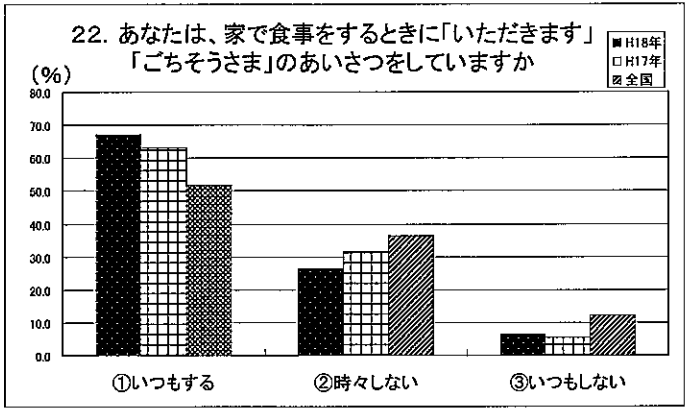
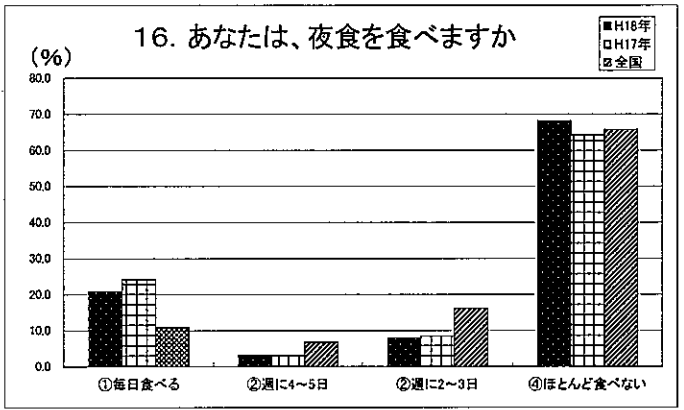
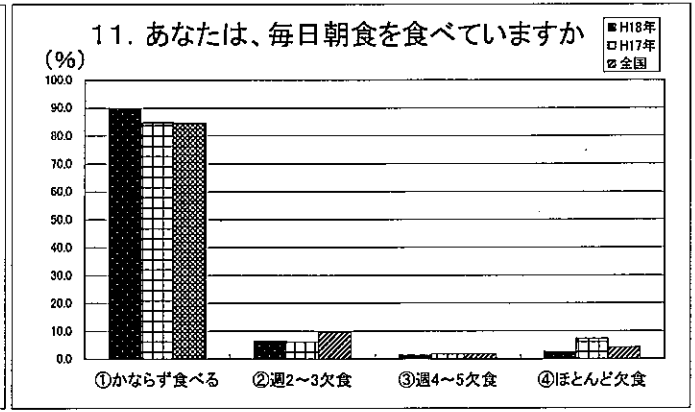
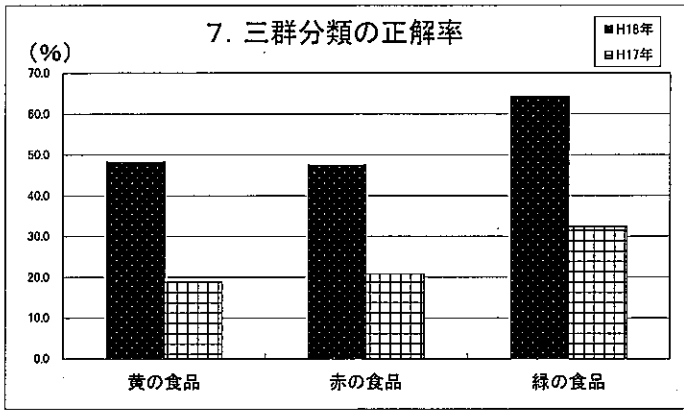
\*この実態調査は、成績とは全く関係がありません。  
他の人に見せることもありません。

参考・引用文献：平成12年度児童生徒の食生活等実態調査報告書

(日本体育・学校健康センター：現 独立行政法人日本スポーツ振興センター)







〈保護者調査〉

食育アンケート ～家庭の意識調査～

名前

(支障がなければ御記名ください。無記名でも結構です。)

子どもの学年  年  年  年

学校における食育についてお尋ねします。

1. 学校で食育に取り組むことについてどう思われますか

意義深いことだと思う    どちらともいえない    あまり意味がない

2. どんな理由でそう思われますか

\_\_\_\_\_

学校総合の食農体験（稲・黒豆・小豆）についてお尋ねします。

3. 学校総合の食農体験についてどう思われますか

意義深いことだと思う    どちらともいえない    あまり意味がない

4. どんな理由でそう思われますか

\_\_\_\_\_

5. 家で、お子さんに農業についてお話をしたり、農作業を体験させる機会はありますか

ない    最近するようになった    昔からずっとしている

6. 総合学習の取り組みによって、家でのお子さんの様子に何か変化がみられていれば教えてください。

\_\_\_\_\_

特別給食についてお尋ねします。

7. 特別給食についてどう思われますか

意義深いことだと思う    どちらともいえない    あまり意味がない

8. 7の質問で「意義深いことだと思う」を選ばれた方にお尋ねします。

今までの特別給食の中で特に有意義だと思われたものを教えてください。(複数回答可)

- ハイキング給食（弁当詰め実践）
- ふるさと給食（地産地消）
- 秋の味覚給食（総合学習収穫物）
- バイキング給食（栄養を考え選択する実践）
- お楽しみ給食（児童会活動との連携）



その理由
------

9. お子さんと特別給食についてお家で、お話をされたりしますか。また、特別給食をきっかけとして、お家で取り組んだことがあれば教えてください。(例：お弁当作り、地場産野菜の見直し、好き嫌いの克服、食べる量の見直しなど)

毎回特別給食は話題になる      どちらでもない      話を聞くことはあまりない

特別給食を受けてお家で取り組んだこと

---

5年生自然学校の食育プログラムについてお尋ねします。(5、6年生の保護者の方が対象です。)

10. 自然学校食育プログラムについてどう思われますか

意義深いことだと思う      どちらともいえない      あまり意味がない

11. どんな理由でそう思われますか
- 

12. 自然学校の実践後、家でのお子さんの様子に何か変化がみられていれば教えてください。また、自然学校の実践を受けて、お家で取り組まれたことがあれば教えてください。
- 

1年生給食指導と個別懇談についてお尋ねします。(1年生の保護者の方が対象です。)

13. 給食指導と個別懇談についてどう思われますか

意義深いことだと思う      どちらともいえない      あまり意味がない

14. どんな理由でそう思われますか
- 

15. 家でのお子さんの食事の様子に、学校での給食指導が影響していると思われることがあれば教えてください。
- 

各学年単位で行う食に関する学習についてお尋ねします。

16. 各学年では、学級活動や、総合学習、道徳、社会科など、様々な場面で「食」をとりあげています。印象に残っている取り組みと、その理由について教えてください。
-

17. その取り組みにより、家でのお子さんの様子に変化が見られていれば教えてください。

---

保護者の方の食育に対する考え、意識の変化についてお聞かせください。

18. 家庭での食育について、近いものに○をつけてください。

- ・家庭での食育は必要がないと思う
- ・必要は感じるが、様々な理由により、あまり取り組めていない現状だ
- ・あまり関心がなかったが、最近、学校での取り組みにより、子どもとともに考えたり、取り組んだりする機会が増えた
- ・もともと気をつけていたが、学校での取り組みにより、子どもとともに考えたり、取り組んだりする機会が増えた
- ・昔から独自に取り組んでいるので、学校の食育による家庭への影響はない
- ・その他

---

19. 学校の食育により、家庭での意識変化はみられますか（複数回答可）

- ・学校でどんな食育の取り組みがなされていても、家庭にはあまり関係がなく、意識も変わらない
- ・食事内容に気をつけるようになった。(地場産物の見直しや行事食を積極的に作るようになった。栄養や旬を考えて食事を作るようになった。等)
- ・農作業に（子どもと一緒に）取り組むようになった。
- ・食について家族で話をしたり、考えたりする機会が増えた。
- ・子どもに料理をさせたり、食事作りの手伝いをさせる機会を多く与えるようになった。
- ・「いただきます」のあいさつや、箸の持ち方、マナーなど、しつけに気を配るようになった。
- ・子どもからいろいろと話を聞くことで、親が気づいたり考えたりすることがあった。
- ・その他

---

20. 食育に対するお考え、ご意見などがありましたら教えて下さい。

---

---

---

---

---

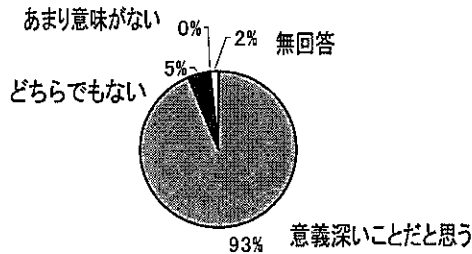
---

## 学校の食育による家庭の変容 ～アンケートの結果～

保護者はこの2年間の学校における食育をどのようにとらえているのか。また、学校での食育実践がどのように家庭に浸透し、子どもたちの育ちにつながっているのかを調査する目的でアンケートを実施した。

学校における食育についてお尋ねします。

1. 学校で食育に取り組むことについてどう思われますか。(回答数63/家庭数99)

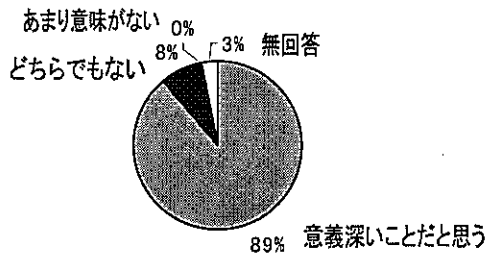


2. どんな理由でそう思われますか(主な回答)

・家庭で経験できないことを学べるよい機会である。・食べることの大切さを理解できるようになる。

学校総合の食農体験(稲・黒豆・小豆)についてお尋ねします。

3. 学校総合の食農体験についてどう思われますか。(回答数63/家庭数99)

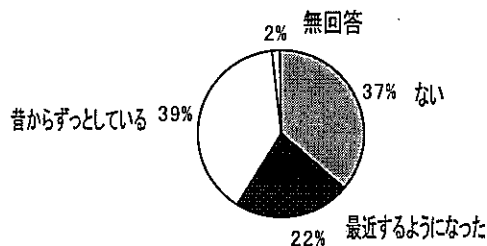


4. どんな理由でそう思われますか。(主な回答)

・家庭で農業に取り組む機会がない子ども、苦勞したり、喜んだりする農業の体験をとおして、食べ物に感謝する気持ちが養われると思う。

5. 家で、お子さんに農業についてお話をしたり、農作業を体験させる機会がありますか。

(回答数63/家庭数99)

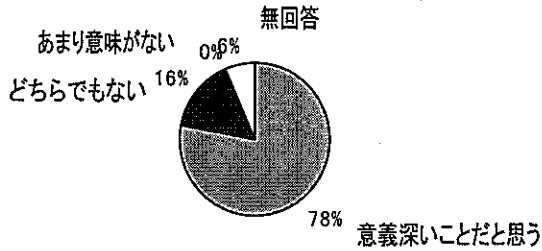




6. 総合学習の取り組みによって、家でのお子さんの様子に何か変化がみられていれば教えてください。  
 ・食べ物に興味を持つようになった。 ・家での農作業に自ら参加したがるようになった。(主な回答)

**特別給食についてお尋ねします。**

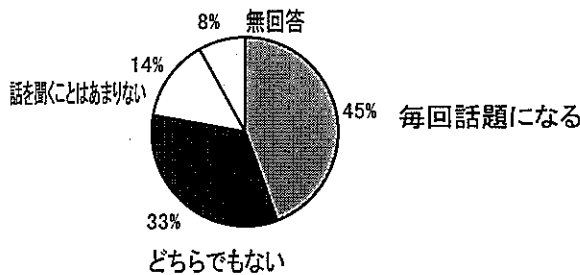
7. 特別給食についてどう思われますか。(回答数63/家庭数99)



8. 7の質問で「意義深いことだと思う」を選ばれた方にお尋ねします。  
 今までの特別給食の中で特に有意義だと思われたものを教えてください。(複数回答可)

- ハイキング給食(弁当詰め実践) 23/55
- ふるさと給食(地産地消) 29/55
- 秋の味覚給食(総合学習収穫物) 24/55
- バイキング給食(栄養を考え選択する実践) 22/55
- お楽しみ給食(児童会活動との連携) 12/55

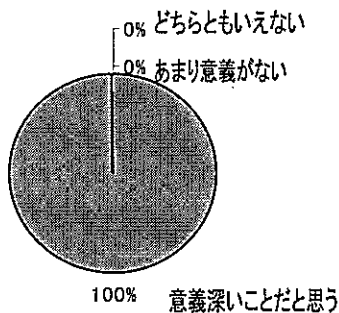
9. お子さんと特別給食についてお家で、お話をされたりしますか。また、特別給食をきっかけとして、お家で取り組んだことがあれば教えてください。(例:お弁当作り、地場産野菜の見直し、好き嫌いの克服、食べる量の見直しなど) (回答数63/家庭数99)



特別給食を受けてお家で取り組んだこと。(主な回答)  
 ・お弁当づくり ・地場産野菜と旬の食材を使った献立づくり

**5年生自然学校の食育プログラムについてお尋ねします。(5、6年生の保護者の方が対象です。)**

10. 自然学校食育プログラムについてどう思われますか。(回答数25)



11. どんな理由でそう思われますか。(主な回答)

・自分で作れるのだという自信がつく。・食事作りを自分のこととして考えることができる。

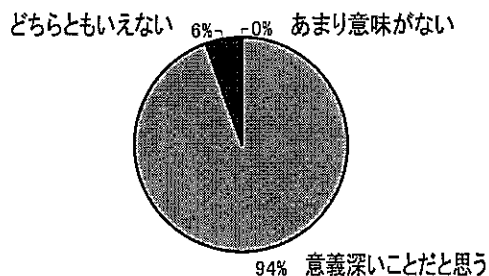
12. 自然学校の実践後、家でのお子さんの様子に何か変化がみられていれば教えてください。

また、自然学校の実践を受けて、お家で取り組まれたことがあれば教えてください。(主な回答)

・家での食事づくりの手伝いの回数が増えた。・自分から料理をすることが多くなった。  
・親の私たちも、料理を子どもに任せることが大切だと意識するようになった。

1年生給食指導と個別懇談についてお尋ねします。(1年生の保護者の方が対象です。)

13. 給食指導と個別懇談についてどう思われますか。(回答数17)



14. どんな理由でそう思われますか。(主な回答)

・人と比べるとではなく、子ども自身の中で食に対してどれだけ意欲的になっているか知ることができる。

15. 家でのお子さんの食事の様子に、学校での給食指導が影響していると思われることがあれば教えてください。(主な回答)

・作ってくれる人に感謝し、嫌いなものもがんばって食べられるようになった。・食はず嫌いが減った。

各学年単位で行う食に関する学習についてお尋ねします。

16. 各学年では、学級活動や、総合学習、道徳、社会科など、様々な場面で「食」をとりあげています。

印象に残っている取り組みと、その理由について教えてください。(主な回答)

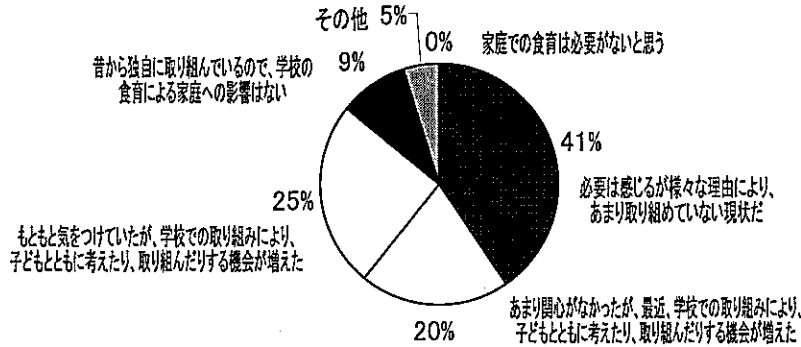
・学級園の収穫物での学級活動 親も子どもも楽しめたので。  
・道徳の「いただきます」の授業 大切なことだから。

17. その取り組みにより、家でのお子さんの様子に変化が見られていれば教えてください。(主な回答)

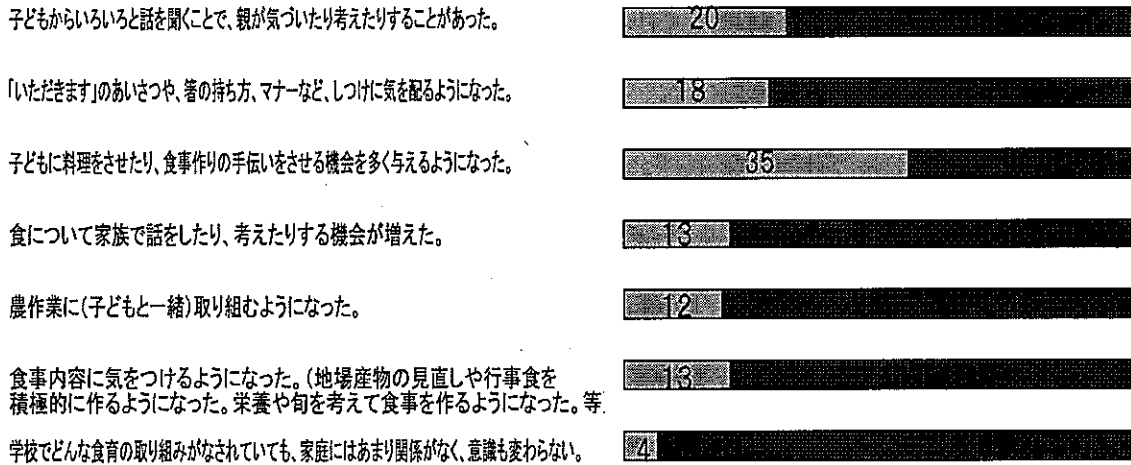
・「いただきます」と心をこめて言うようになり、家族もつられてきちんとあいさつするようになった。

保護者の方の食育に対する考え、意識の変化についてお聞かせください。

18. 家庭での食育について、近いものに○をつけてください。(回答数63/家庭数99)



19. 学校の食育により、家庭での意識変化はみられますか。(複数回答可)



20. 食育に対するお考え、ご意見などがありましたら教えてください。(主な回答)

- ・昔は家庭でできていた食育が、今は学校でとりあげて学習しなくてはならない現状に危機感を感じる。親も食育を学ぶ必要があり、学びの場が必要だ。
- ・生活に関わる学習をすることは有意義であり、様々な体験をとおして子どもが変わってきたことを実感している。食育は、人の体や心を培う基本となるものだと思う。継続してじっくり取り組んでほしい。
- ・家庭ではできない体験活動や、集団だからこそできる指導など、学校でしかできない食育があると思う。そこに重点をおいた食育を進めてほしい。