

朝食について（キッズ・モニターアンケート）

実施概要

担当部局	実施期間	対象者数	回答者数	回答率
子ども・福祉総務課	2015年02月16日から 2015年03月02日まで	495	208	42%

保健体育課では、みなさんに、食に関する知識（ちしき）をもって、健全な食生活を送る力を身につけてもらおうと、さまざまな取り組みを進めています。

みなさんは、「食育」という言葉を聞いたことがありますか。

「食育」とは、一生を通して健康でゆたかな食生活を送るために、自分の食生活について考え、食に関する知識や食を選ぶ力を身につける学習などのことをいいます。

みなさんも「地いきでとれる食べものはどんなものがあるだろう」、「健康に過ごすためにはどんなものを食べたらいいのかな」、「おいしく作るにはどうしたらいいかな」など、さまざまなことを、学校だけでなく、お家や地いきのなかで学んでいると思います。

そのなかで、今回は、朝食についてお聞きします。

朝食の大切さを広めていくために、みなさんが朝食をどのようにとっているか、また、どんなかたちでお知らせをしたらいいかを知りたいので、ぜひご意見を聞かせてください。

■ Q1 あなたの学年について

あなたの学年はどれですか。

合計	208	
小学4年生	12	5.8%
小学5年生	27	13.0%
小学6年生	27	13.0%
中学1年生	41	19.7%
中学2年生	30	14.4%
中学3年生	27	13.0%
高校1年生	19	9.1%
高校2年生	15	7.2%
高校3年生	10	4.8%

■ Q2 毎日の朝食について

あなたは、1週間におおよそ何日朝食を食べていますか。

合計	208	
毎日	190	91.3%
5～6日	11	5.3%
3～4日	3	1.4%
1～2日	4	1.9%

朝食は食べない	0	0.0%
---------	---	------

■ Q3 朝食を食べない理由について

Q2で「毎日」以外と答えた人に聞きます。あなたが朝食を食べない理由は何ですか。当てはまるものすべてを教えてください。

合計	18	
朝食を食べる時間がないから	12	66.7%
食べたいと思わないから（食欲がないから、気が向かないから）	7	38.9%
太りたくないから	1	5.6%
朝食が用意されていないから	3	16.7%
朝食は食べなくていいと思っているから	1	5.6%
その他	2	11.1%

■ Q4 朝食を食べなかった時について

朝食を食べなかった日、体の調子はどうでしたか。あてはまるものを2つまで選んでください。

合計	208	
おなかがすいた	64	30.8%
すぐにつかれた	11	5.3%
ねむたかった	12	5.8%
集中できなかった	16	7.7%
イライラした	0	0.0%
特に変わりなかった	11	5.3%
朝食を食べなかった日はない	119	57.2%
その他	5	2.4%

■ Q5 朝食の内容について（1）

ふだんあなたが食べる朝食はどのようなものが多いですか。（飲みものだけのときは、「その他」に書いてください）

合計	208	
主食（例：ご飯／パン）とおかず2品以上 （例：おみそしるとたまご焼き／スープとサラダ）	84	40.4%
主食とおかず1品	66	31.7%
主食のみ（例：ご飯とふりかけ、パン）	53	25.5%
おかずのみ	1	0.5%

おかしのみ（例：クッキー、ドーナツ、ポテトチップス）	2	1.0%
その他	2	1.0%
朝食は食べない	0	0.0%

■ Q6 朝食の内容について（2）

あなたは朝食で、何種類の野菜をとっていますか（果物以外）。
ただし、野菜のジュースやスムージーなどについては、入っている野菜の種類で教えてください。

合計	208	
3種類以上	51	24.5%
2種類	34	16.3%
1種類	40	19.2%
野菜は食べていない	80	38.5%
朝食は食べない	3	1.4%

■ Q7 朝食の内容について（3）

あなたは朝食で、果物をとっていますか（野菜以外）。
ただし、果物のジュースやスムージーは果じゅう100%のものだけを対象とします。

合計	208	
とっている	87	41.8%
とっていない	121	58.2%

■ Q8 朝食をいっしょに食べる人について

あなたは、学校がある日、だれと朝食を食べていますか。

合計	208	
家族みんなそろって食べる	49	23.6%
大人の家族のどれかと食べる	70	33.7%
子どもだけで食べる	39	18.8%
一人で食べる	50	24.0%
朝食は食べない	0	0.0%

■ Q10 調理することについて

あなたは一人でどこまで調理ができますか。

合計	208	
-----------	------------	--

加熱調理（ガスコンロやIHクッキングヒーターなどを使って料理すること）ができる (例：インスタントでないおみそしる・スープ、卵焼き)	161	77.4%
加熱調理しないものならつくることのできる (例：野菜を盛り付けてつくるサラダ)	21	10.1%
できているものをならべたり、電子レンジなどで温めたりすることのできる（例：トースト、スーパーの惣菜（そうざい）、インスタントのおみそしる・スープ）	24	11.5%
なにもできない	2	1.0%

■ Q11 「みえの地物が一番！朝食メニューコンクール」について

「みえの地物が一番！朝食メニューコンクール」を知っていますか。

※「みえの地物が一番！朝食メニューコンクール」について

子どもたち自身が、県内産の食材を使った朝食メニューを考え調理するコンクールです。

小学生の部（5，6年生）と中学生の部があり、平成26年度は、1，773作品の応募がありました。

合計	208	
知っている	52	25.0%
知らない	156	75.0%