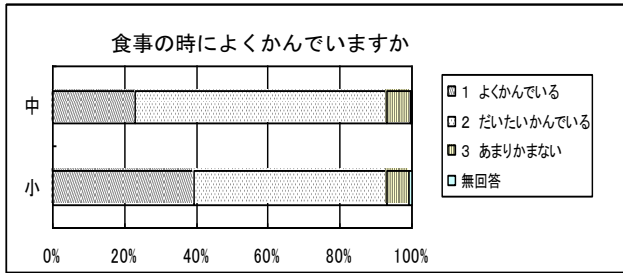
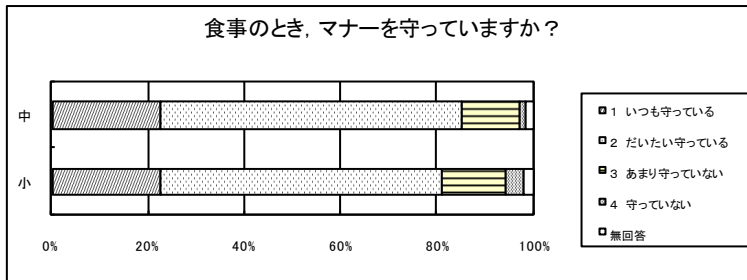


本年7月に小学校5年生・中学校2年生及びその保護者を対象に「食育アンケート」を実施しました。その結果の第2回目をお知らせします。

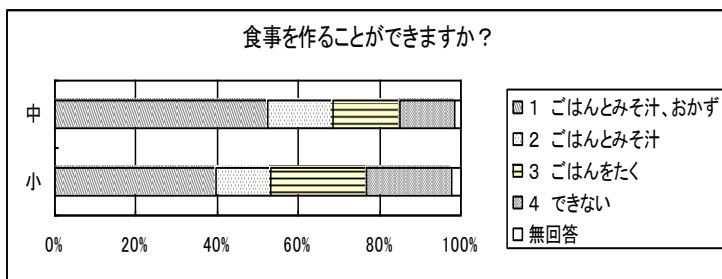
〈児童生徒アンケートより〉 回答：三好郡市内小学校5年生379名・中学校2年生422名



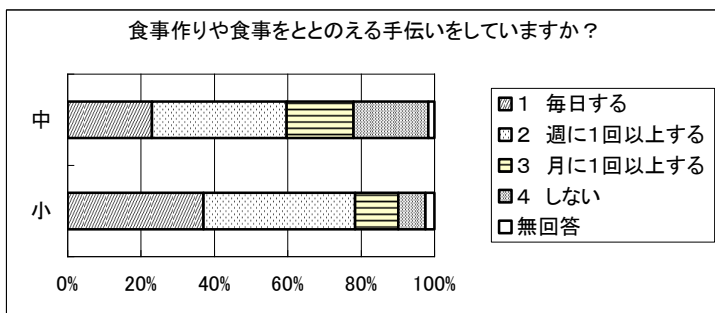
よくかんでいると答えた割合は、児童では39%、生徒では23%でした。よくかむことで「消化吸収をよくする」・「虫歯を防ぐ」・「食べすぎを防ぐ」などの効果が期待できます。食事のときには、しっかりかんで食べるようにしましょう。



いつも守っていると答えた児童・生徒の割合は、23%でした。食事のマナーは、人に不快感を与えないことを基本にしながら、食文化に合ったマナーを守っていきましょう。和食の場合、正しい箸使いは食事がしやすく、見た目もきれいなので、きちんとした箸使いができるよう心がけましょう。

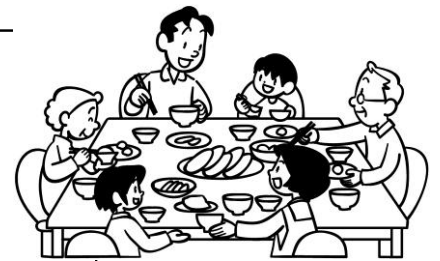
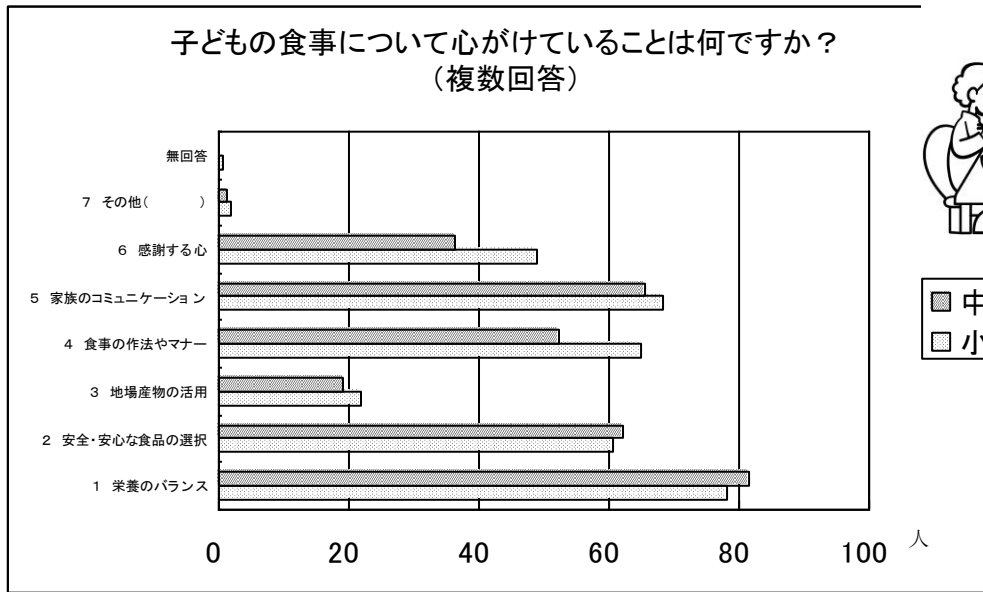


食事を作ることが出来ない答えた児童・生徒は約20%、手伝いをしないと答えた生徒も20%にのびります。中学生になると、部活動などで忙しい日々かもしれませんが、休日には、簡単なメニューに挑戦してみましよう。また、自分の使った食器の後片付けなどからでも始めてみましよう。

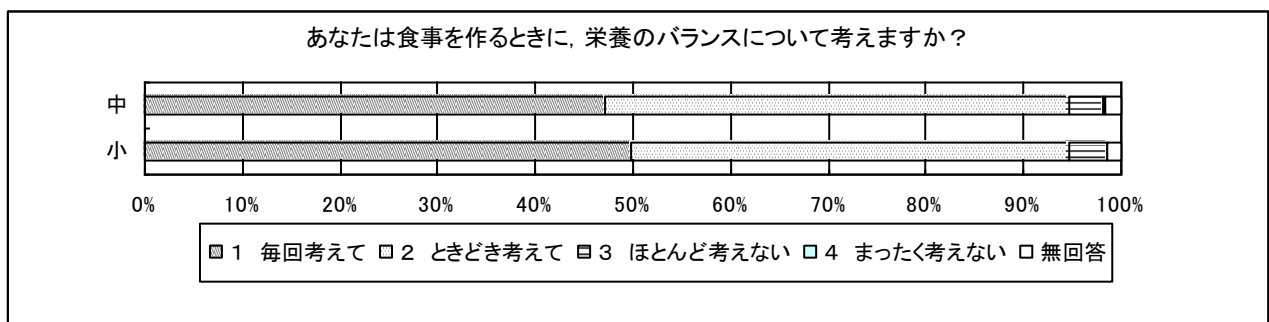
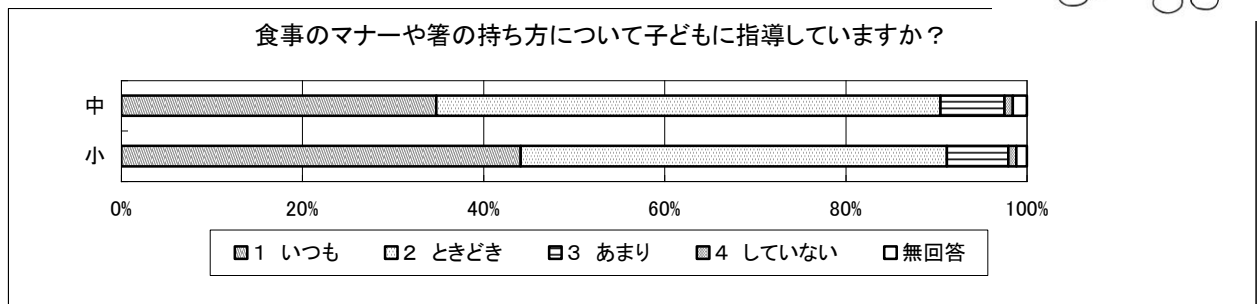


〈保護者アンケートより〉

回答：小学校5年生保護者339名・中学校2年生保護者326名



■ 中  
■ 小



「栄養のバランス」・「安全・安心な食品の選択」・「食事の作法やマナー」・「家族のコミュニケーション」などが、大切だと考えられているようです。食の安全性が問題とされていることもあり、「安全・安心な食品の選択」を心がけている方が多いようです。個食や孤食の問題が取り上げられています。食事を「家族のコミュニケーション」の場と捉えることで、これらの問題の解決の糸口となると思われます。家族と食事をすることで、食事の作法やマナーについても話題にのぼることが増え、自然と身につくのではないのでしょうか。

ご家庭で食事を作られるときに、栄養のバランスについても考慮されているご家庭が多いようです。ご家族の嗜好だけでなく、多くの食材を使ってバランスのよい食事を心がけましょう。

食事の場は、子どもたちの心や体・社会性を育てる大切な機会です。ご家族と一緒に食事をするすることで、すこやかな成長の一助となるのではないのでしょうか。