

食育しんち

子どもたちの健やかな成長を願って

新地町教育委員会

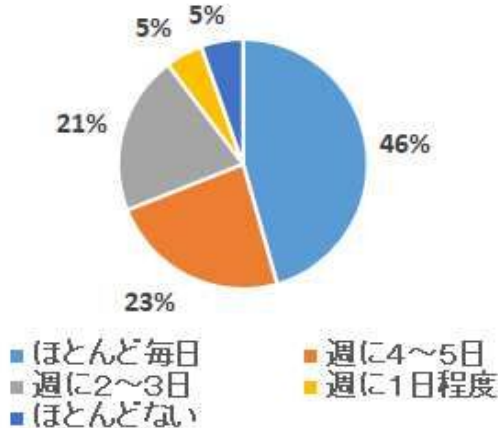
食と生活のアンケート(保護者編)

本町では、新地町さわやかだ食育推進事業を進めています。
 この「さわやかだ」ですが、「さ」は魚、「わ」は和食、「や」は野菜、「か」は海藻、「だ」は出汁・大豆を意味します。これらを毎日の食卓に取り入れることで、町内小中学校の課題である「全国平均を上回る肥満傾向児(標準体重の20%以上)の出現率」、「メディアとの接触時間の増加と睡眠時間の減少」、「塩分の過剰摂取による過食傾向」の改善を図りたいと考えております。

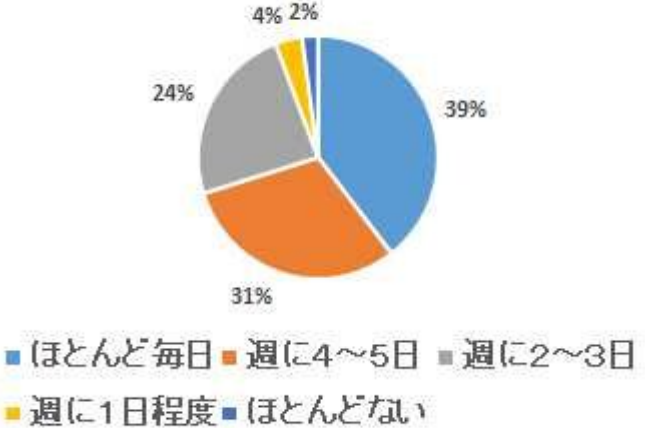
ここでは、11月に保護者の皆さまにご依頼しました標記アンケートについてその結果をお知らせいたします。

(1)「さわやかだ」を意識した食卓と減塩

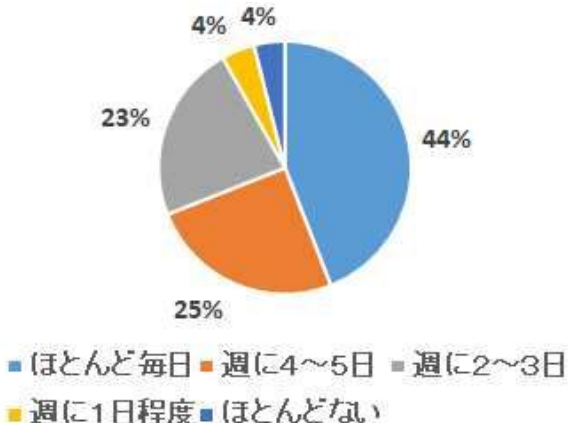
「さわやかだ」を意識した食事を実践していますか。



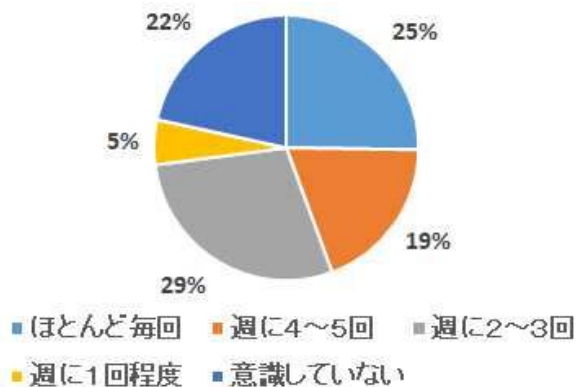
ご家庭で「主食、主菜、副菜、汁物をそろえて食べる」が週に何日ありますか。



1日1回(朝食・夕食で)みそ汁を作っていますか。



減塩に気をつけた食事をどのくらい意識していますか。

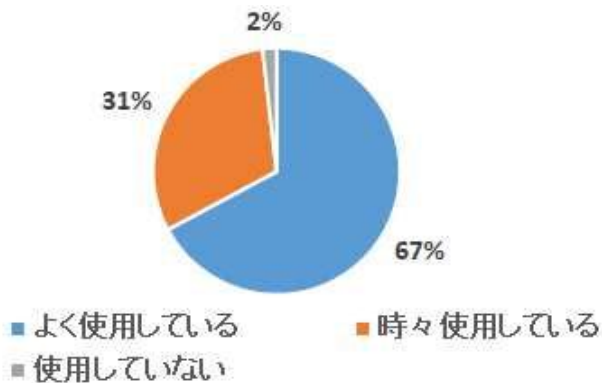


この結果から、ご家庭の食卓では、魚、野菜、海藻が豊富に取り入れられ、出汁や大豆を活用した和食がしっかり根付いていることが伺えました。

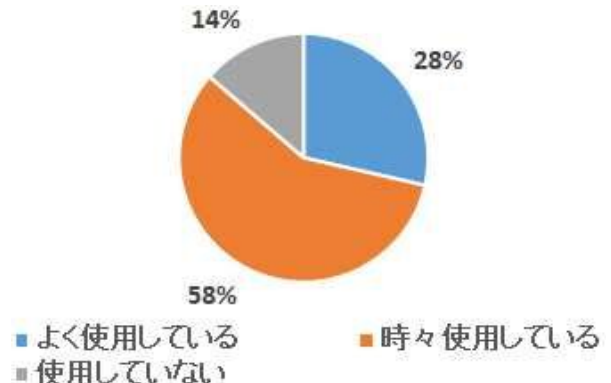
また、減塩指向の高まりも見られておりますが、最近の研究では塩分の過剰摂取が過食を招き、肥満になるリスクが上昇するとのこと。各家庭でお子様を交えて食に対する健康意識の醸成が必要です。

(2) 地場産物食材の家庭における活用について

ご家庭で地元産(県産を含む)の農産物を使用していますか。

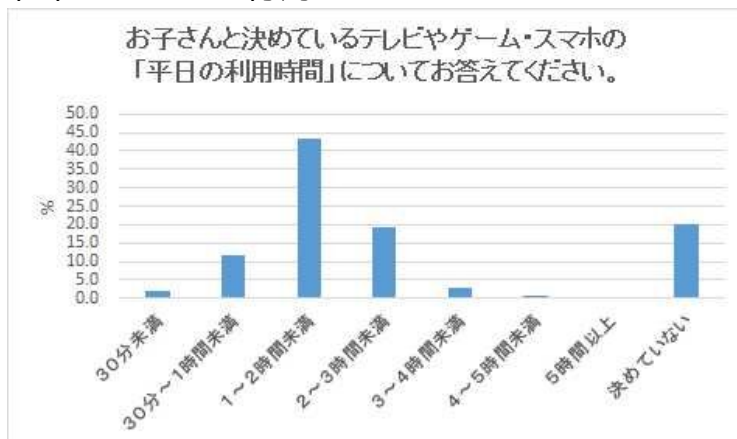


ご家庭で地元産(県産を含む)の魚介類を使用していますか。



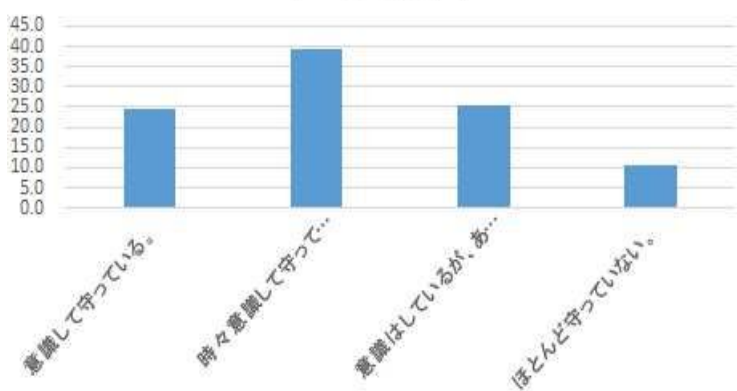
地元産野菜については、「よく使用している」「時々使用している」で98%ですが、様々な状況を反映して、地元産魚介類については86%に留まります。

(3) メディアの利用について



利用時間を1~2時間としていらっしゃるご家庭が40%を超えていますが、「利用時間を決めていない」と答えたご家庭が約20%ほどありました。

お子さんは、テレビやゲーム、スマホの利用時間を守っていますか。



また「子どもたちは利用時間を守っているか」については、「意識して守っている」が約25%いる反面、「ほとんど守っていない」と答えたご家庭が約10%あります。

第6号でお知らせした子どもたちのアンケートからは4時間以上使用しているのが小学校で13%中学校で21%でした。睡眠時間を削ってスマホやゲームの時間を確保している現状から、各家庭で「使用時間を決める」が求められます。