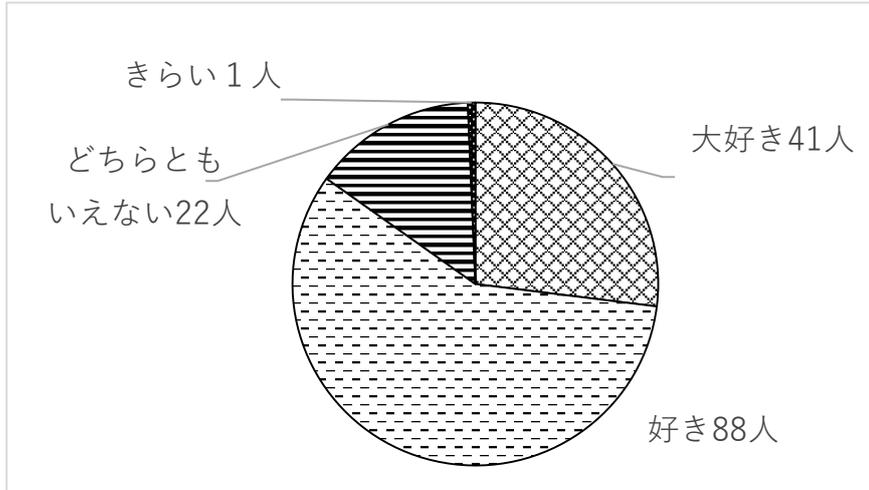
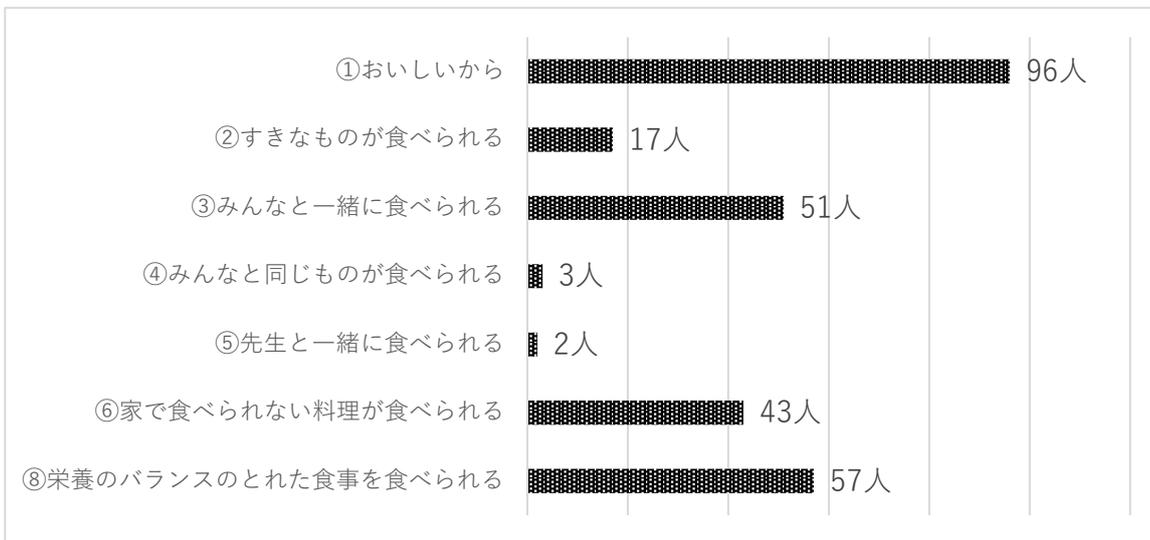


食生活に関するアンケート結果【2021年6月実施】

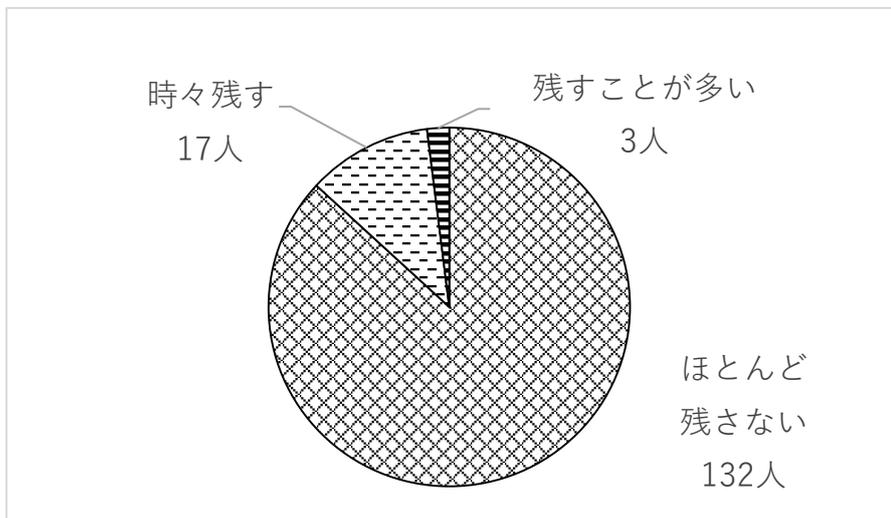
1. 給食は好きですか



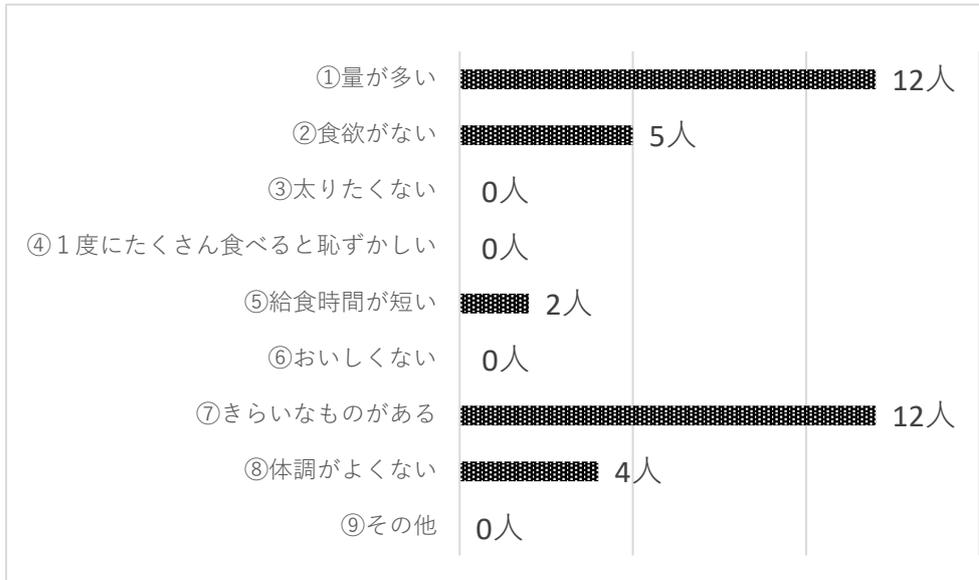
2. 給食が好きな理由（1. で「大好き」「好き」と答えた人のみ回答）



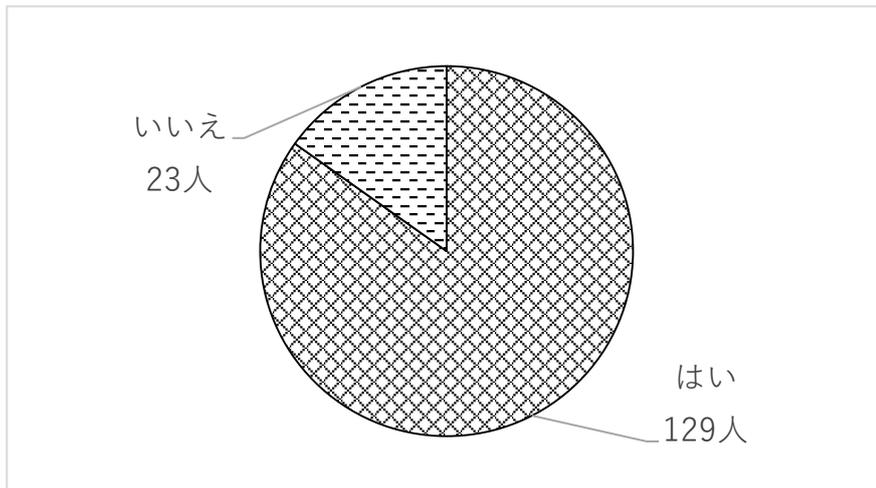
3. 給食を残さず食べますか



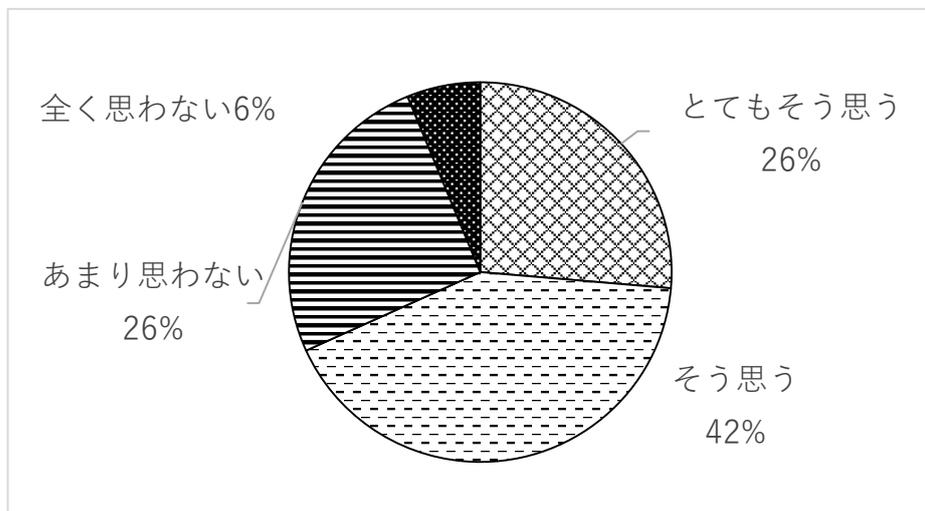
4. 給食を残す理由（3. で「時々残す」「残すことが多い」と答えた人のみ回答）



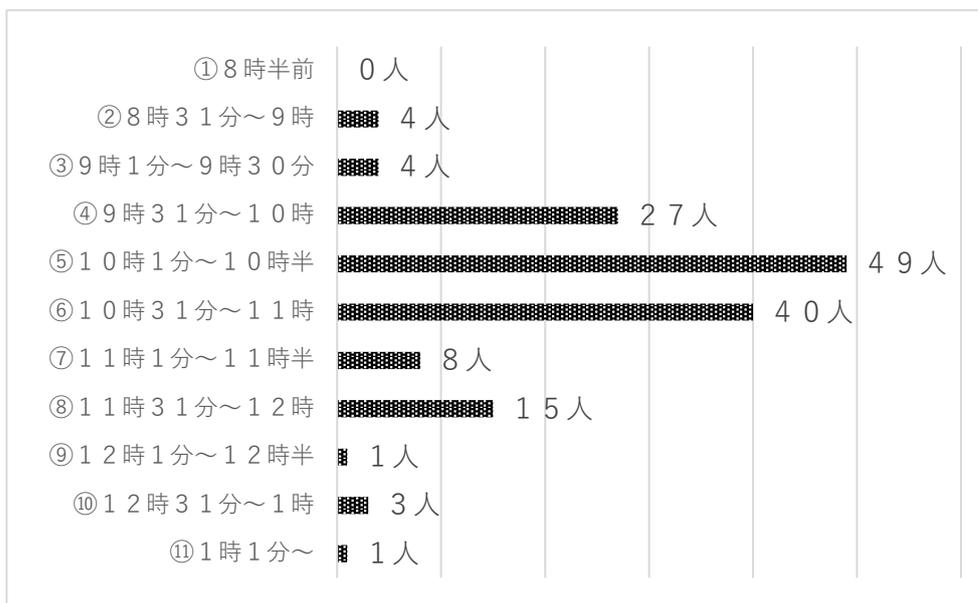
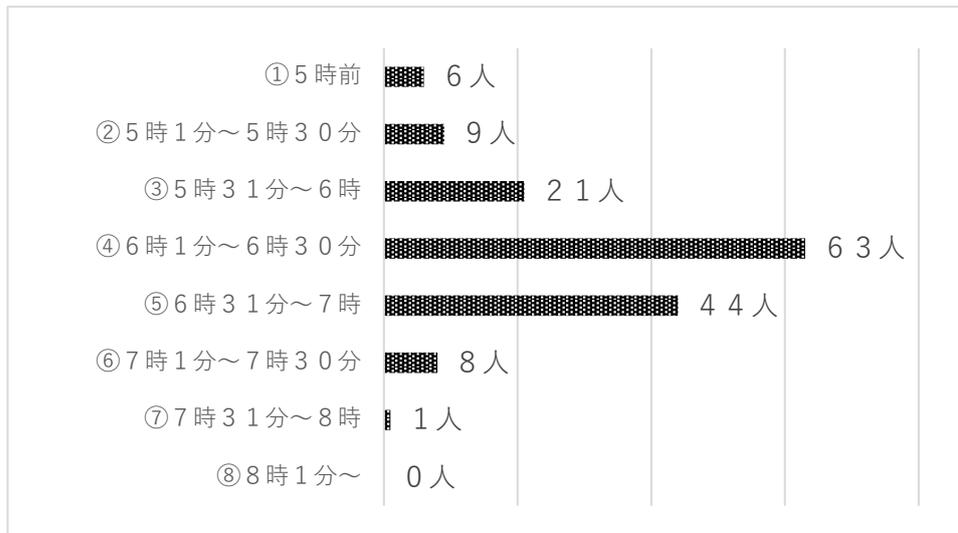
5. 苦手な食べ物がありますか



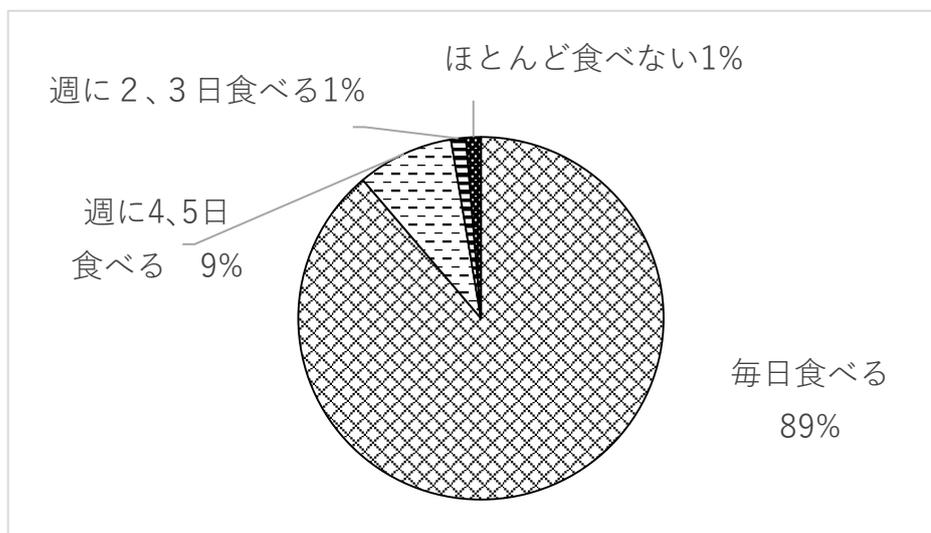
6. 給食に苦手なものが出たとき食べようと思いますか
（5. で「ある」と答えた人のみ回答）



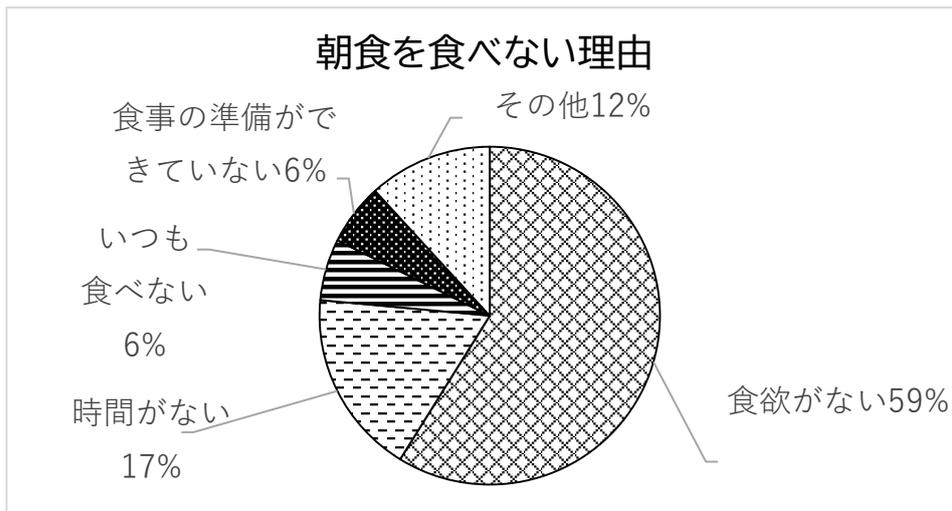
7. 平日の起床時刻と就寝時刻



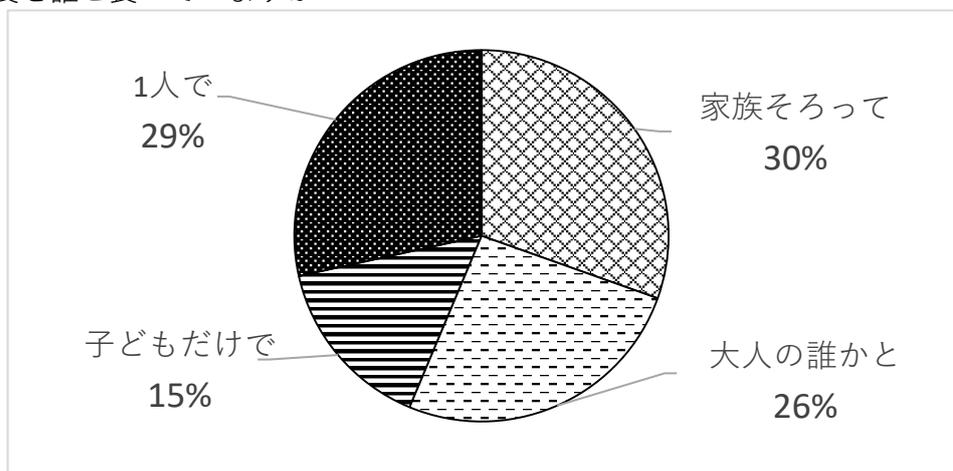
8. 朝食を食べていますか



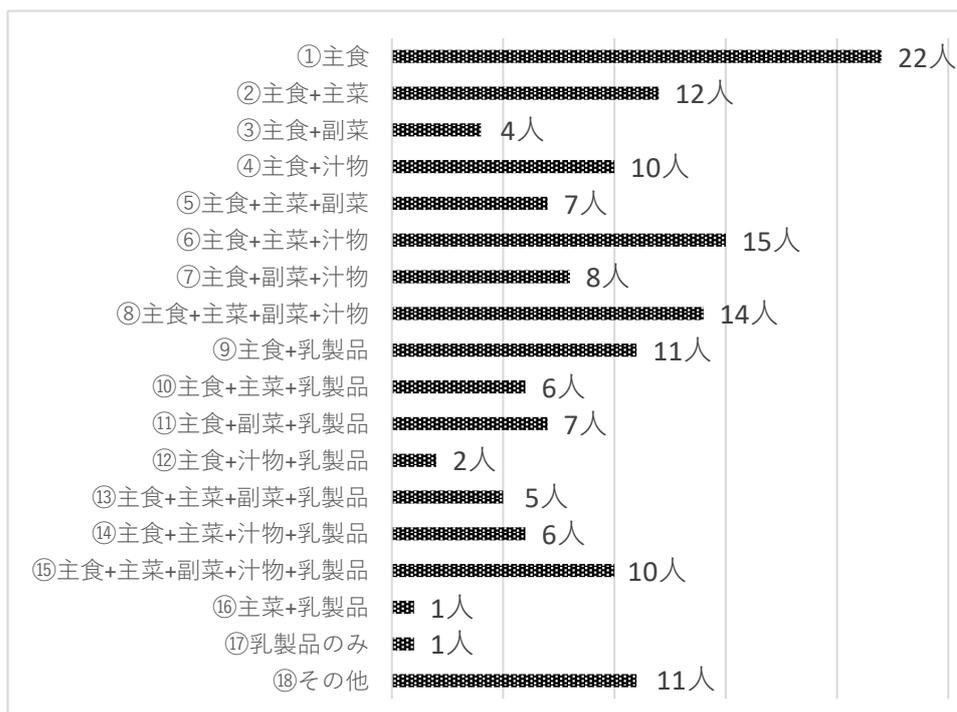
9. 朝食を食べない理由（8. で食べない日があると答えた人のみ回答）



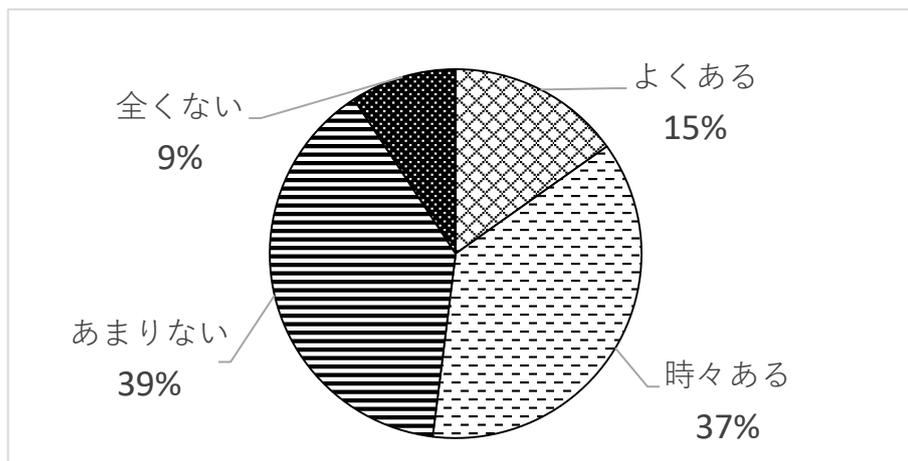
9. 朝食を誰と食べていますか



10. 今日の朝ごはんは何を食べましたか

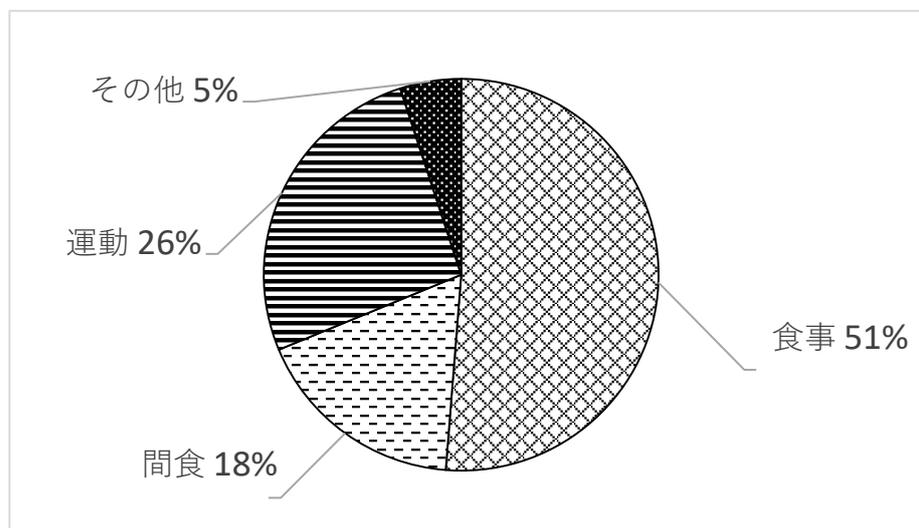


1 1. 自分の健康や普段の食事について考えることがありますか



1 2. 健康のためにしていることがあれば教えてください

(1 1. で「よくある」「時々ある」と答えた人のみ回答)



アンケートへのご協力ありがとうございました！

◇給食に関すること

苦手な食べ物がある人はたくさんいますが、給食は残さず食べようとしている人もたくさんいることが分かりました。苦手な食べ物が減ると、体によいだけでなく、どんな食事もたのしくおいしく食べることができます。給食やお家での食事で苦手なものが出たときは少しだけでも食べる努力をしてみよう。

◇朝食に関すること

多くの人が朝食を毎日食べていることがわかりました。内容については、⑧、⑮が最も理想的な組み合わせです。主食、主菜、副菜、汁物をそろえると、4限目までしっかりと集中して授業に取り組めます。少しずつ品数を増やしていきましょう。乳製品を食べている人が多くいることは素晴らしいですね。

◇健康や食に関すること

約半数のひとが健康や食について考えていることが分かりました。また、健康のためにしていることがある人も多くいて、例えば「苦手なものも食べるようにしている」「よくかんで食べるようにしている」「間食の量や内容に気をつけている」などと答えていました。今何もしていないという人も何か始めてみませんか？