

令和7年度 食生活に関するアンケート結果

- ◆調査対象 町内小中学校全校：小学5年生228名、中学2年生201名
- ◆回収状況 319名（小学生208名、中学生111名）
- ◆調査実施期間 令和7年6月23日（月）～6月27日（金）
- ◆調査方法

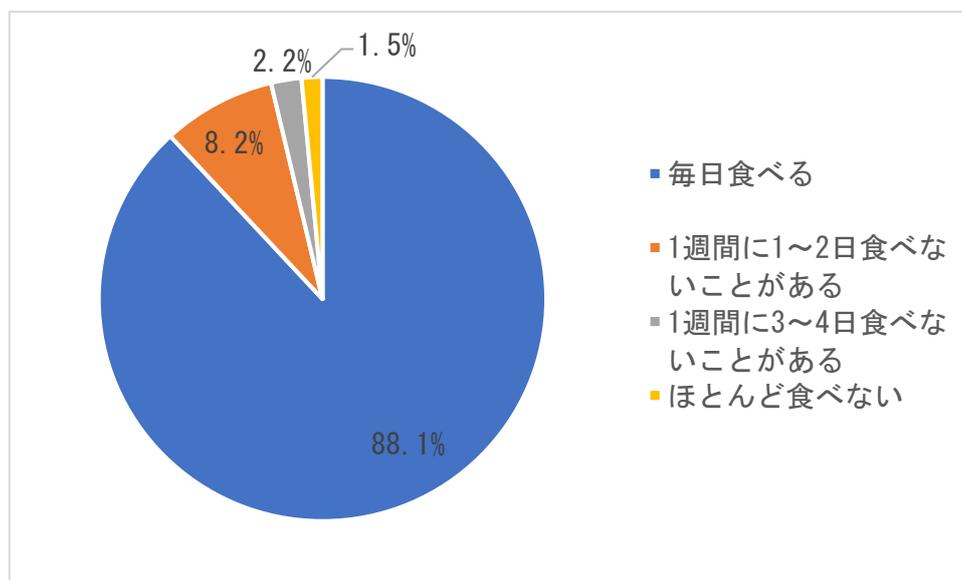
Google フォームを使って『食生活に関するアンケート』を作成し、各学校へ調査を依頼しました。各学校から Teams 等で対象の児童生徒と共有し、実施期間内に回答してもらい、回収した集計結果をまとめ、分析を行いました。

◆調査結果

1. 学校がある日には、毎日、朝ごはんを食べていますか？

n = 319 (人)

	毎日食べる	1週間に1~2日 食べないことがある	1週間に3~4日 食べないことがある	ほとんど食べない
小学生	185	16	4	3
中学生	96	10	3	2
合計	281 (88.1%)	26 (8.2%)	7 (2.2%)	5 (1.5%)

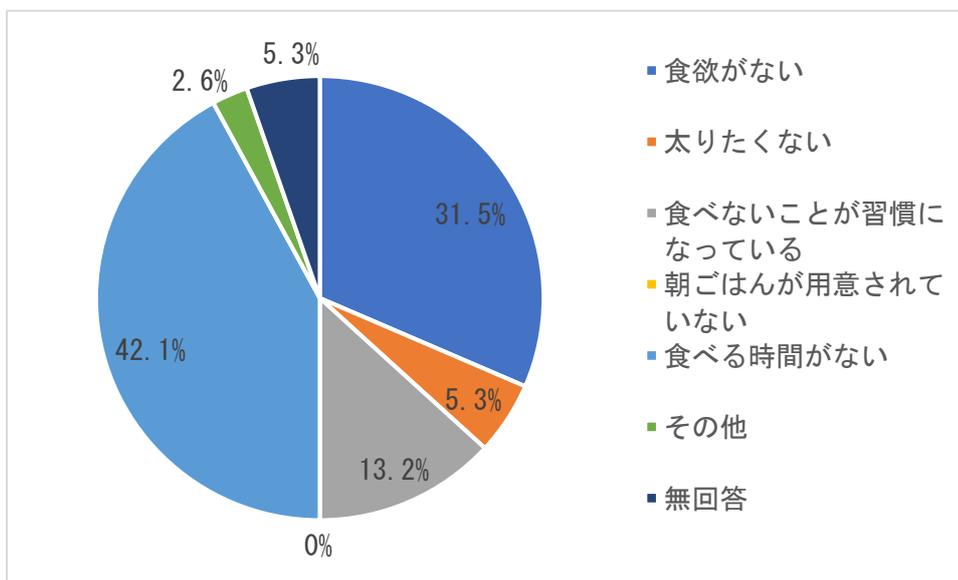


- 学校がある日に朝ごはんを食べているかの問いに、88.1%の児童生徒が毎日食べていると回答しましたが、11.9%の児童生徒に朝食の欠食が見られています。

2. 1で、「毎日食べる」以外を選んだ人に質問です。食べない理由は何ですか？

n = 38 (人)

	食欲がない	太りたくない	食べないことが習慣になっている	朝ごはんが用意されていない	食べる時間がない	その他	無回答
小学生	7	1	4	0	9	1	1
中学生	5	1	1	0	7	0	1
合計	12 (31.5%)	2 (5.3%)	5 (13.2%)	0 (0%)	16 (42.1%)	1 (2.6%)	2 (5.3%)



その他を選んだ人は理由を書いてください。 n = 1

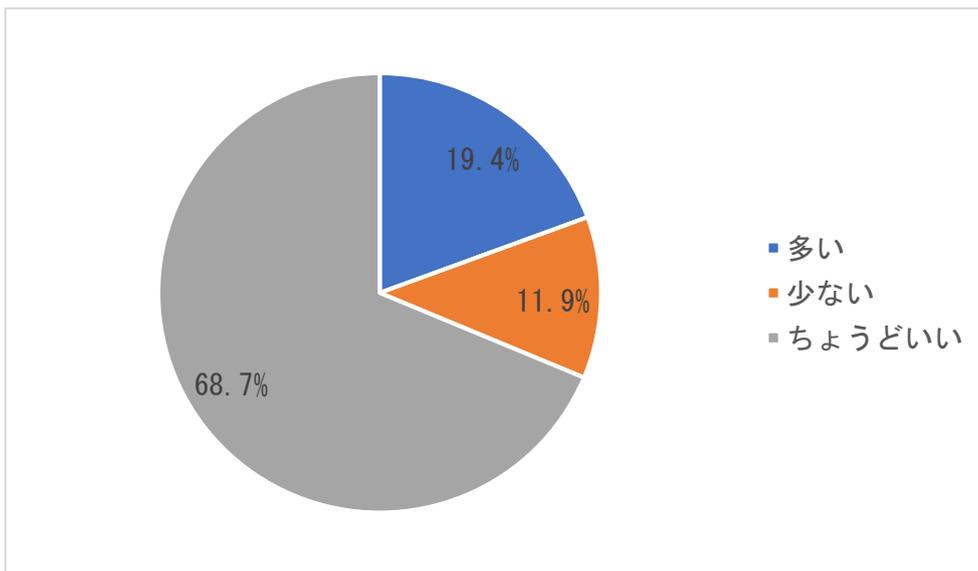
- ・朝起きたら、お腹がすかないから

●朝食を「毎日食べる」以外の回答をした児童生徒38人に、朝食を食べない理由を聞くと、「食欲がない」「食べる時間がない」など、日ごろの生活習慣が関係している回答が多くありました。「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを心がけることが大切であると考えられます。

3. 給食の量は、あなたにとってどうですか？

n = 319 (人)

	多い	少ない	ちょうどいい
小学生	45	27	136
中学生	17	11	83
合計	62 (19.4%)	38 (11.9%)	219 (68.7%)

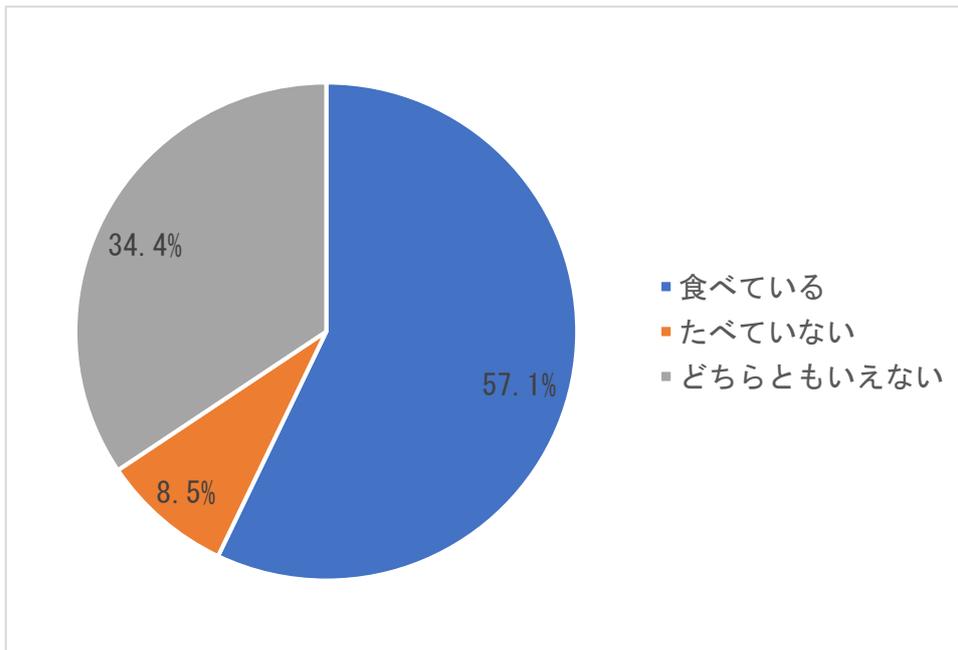


●給食の量についての問いに、68.7%の児童生徒が「ちょうどいい」と答えている一方、19.4%の児童生徒が「多い」、11.9%の児童生徒が「少ない」と回答しています。個々人が感じる量は異なると考えられますが、給食は年齢に見合った栄養量を計算して提供しているため、今後においても献立検討の強化に努めていきたいと思えます。

4. 給食や普段の食事を、ゆっくりよくかんで食べていますか？

n = 319 (人)

	食べている	食べていない	どちらともいえない
小学生	123	13	72
中学生	59	14	38
合計	182 (57.1%)	27 (8.5%)	168 (34.4%)



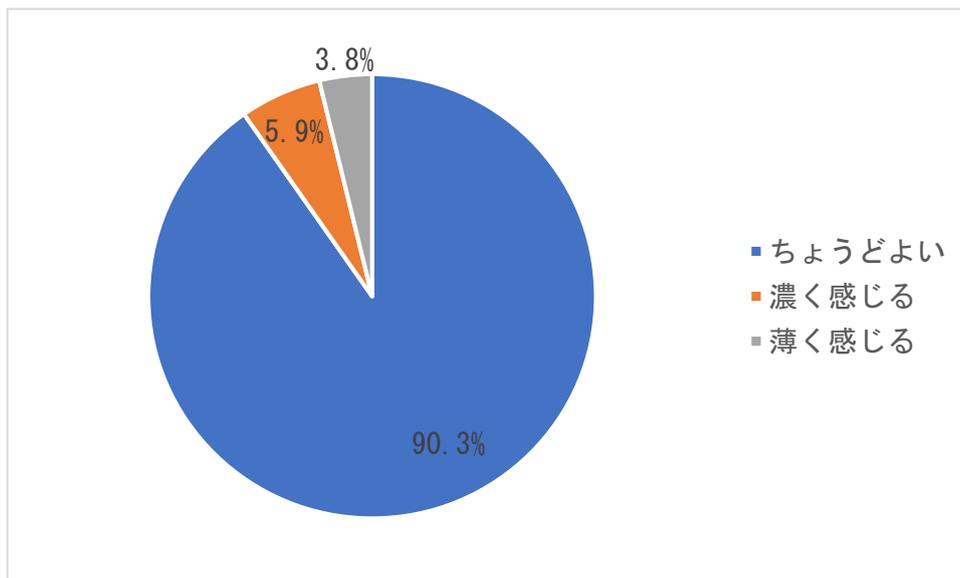
●給食や普段の食事をゆっくりよくかんで食べているかの問いに、57.1%の児童生徒が「食べている」と回答しています。

ゆっくりよくかんで食べることで満腹中枢が刺激され、食べ過ぎの防止につながったり、あごの発達が促されたりします。食事の時間にゆとりをもてる生活が送れることが望ましいと考えます。

5. 給食の味つけは、あなたにとってどうですか？

n = 319 (人)

	ちょうどよい	濃く感じる	薄く感じる
小学生	187	14	7
中学生	101	5	5
合計	288 (90.3%)	19 (5.9%)	12 (3.8%)

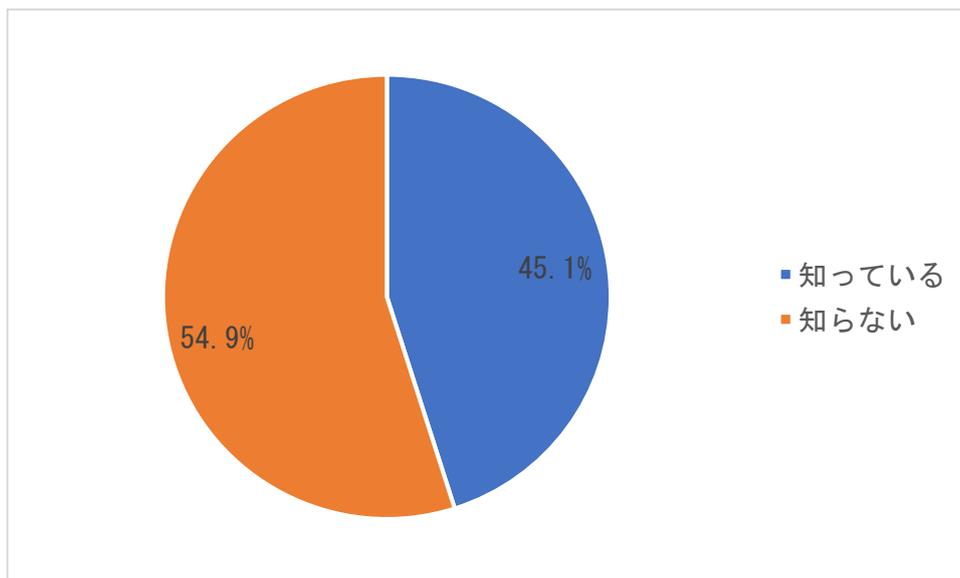


●給食の味つけについて、どのように感じているかの問いでは、90.3%の児童生徒が「ちょうどよい」と回答しています。一方、3.8%の児童生徒が「薄く感じる」と回答していました。給食1食あたりの塩分摂取量は、2.0g未満を目標としています。少ない塩分量でも、おいしく食べられるように、だしを利かせた汁物や素材の味を生かした味つけの工夫を行っています。

6. 毎月20日の『いばらき美味しおDAY』（減塩の日）を知っていますか？

n = 319 (人)

	知っている	知らない
小学生	66	142
中学生	78	33
合計	144 (45.1%)	175 (54.9%)



●毎月20日の『いばらき美味しおDAY』（減塩の日）について、「知っている」が45.1%、「知らない」が54.9%となり、認知度が低いことがわかりました。

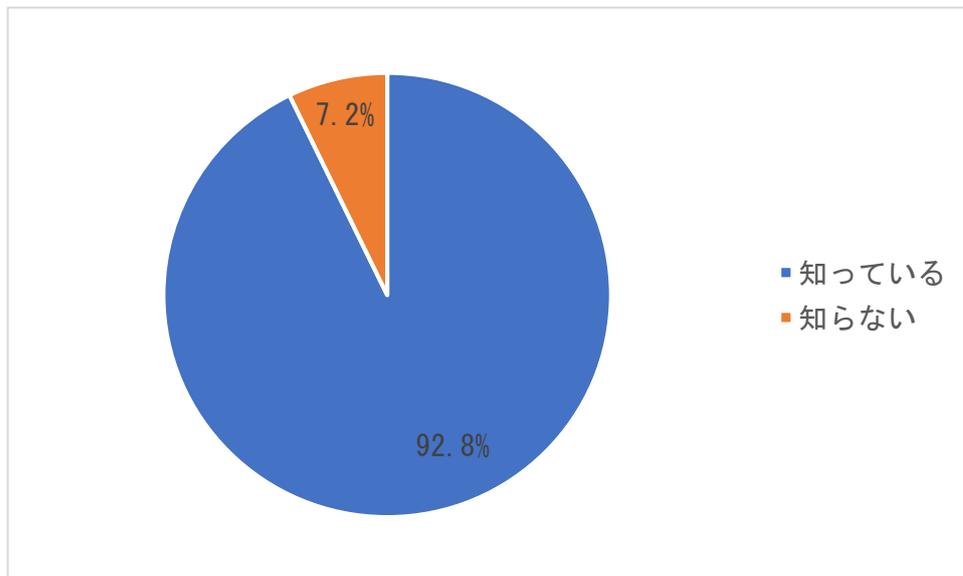
『いばらき美味しおDAY』（減塩の日）は茨城県が推進している取り組みです。県内のスーパーや飲食店でも減塩商品や減塩メニューなどの普及啓発を実施しています。

また、給食では毎月発行している献立表において、ロゴマークを貼付していますが、認知度が低かったため、今後においても引き続き周知を実施していきます。

7. 給食で、茨城町や茨城県でとれた食べ物が使われていることを知っていますか？

n = 319 (人)

	知っている	知らない
小学生	190	18
中学生	106	5
合計	296 (92.8%)	23 (7.2%)



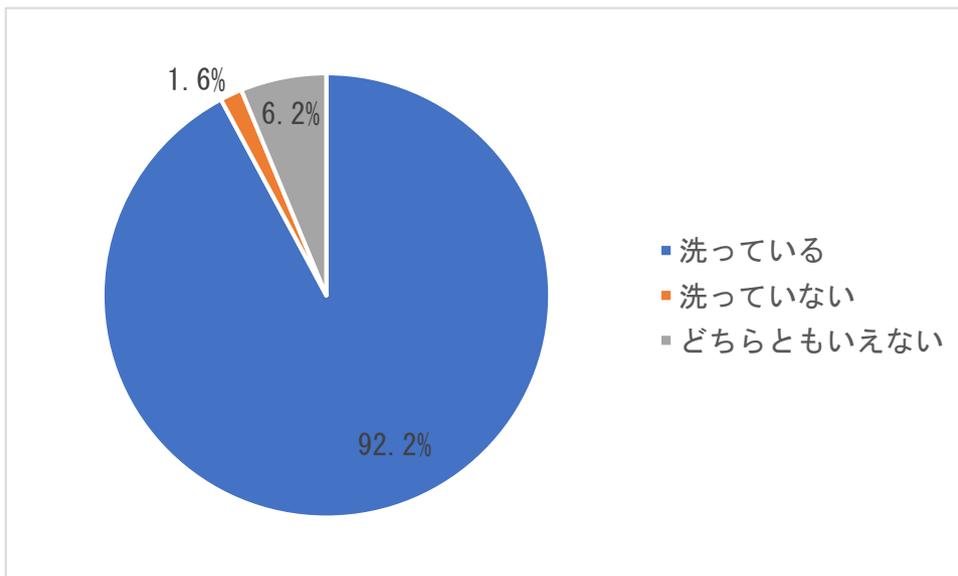
●給食で、茨城町や茨城県でとれた食べ物が使われていることを知っているかの問いに、「知っている」が92.8%でした。

毎月発行している献立表において、茨城町産の食材には「ひぬ丸くんマーク」を貼付しています。また、11月は地産地消強化月間として、茨城県産の食材使用率を強化する取り組みを実施しています。

8. 給食や食事の前には、石けんを使って、よく手を洗っていますか？

n = 319 (人)

	洗っている	洗っていない	どちらともいえない
小学生	192	4	12
中学生	102	1	8
合計	294 (92.2%)	5 (1.6%)	20 (6.2%)



●給食や食事の前に、石けんを使って、よく手を洗っているかの問いに、「洗っている」が92.2%でした。一方、「洗っていない」「どちらともいえない」という児童生徒が7.8%いることがわかりました。

給食や食事の前に、身支度や手洗いなど衛生面の対策を行うことは、感染症予防対策のひとつとして大変重要と考えられます。正しい手洗い方法の徹底が実施できるよう、声かけを行っていきます。