

平成29年度 第7回親子食育実践教室 アンケート結果

実施日 7月26日・27日 回答数 53組（参加者53組）

問1、朝食を食べていますか。

- ① 毎日食べる…51人 ② ときどき食べない…2人 ③ 毎日食べない…0人

問2、朝食ではどのようなものを食べていますか。

- ① 主食のみ…18人 ② 主食とおかず…28人 ③ その他…8人

〔主食とおかず+果物・ヨーグルト  
主食と果物 フルーツ、ヨーグルト〕

問3、朝ごはんを食べることの大切さがわかりましたか。

- ① 分かった…51人 ② わからない…0人 ③ どちらでもない…0人 未記入…2人

問4、主食・主菜・副菜を組み合わせた朝ごはんを食べたい（用意したい）と思いましたか。

- ① 思った…51人 ② 思わない…1人 ③ どちらでもない…2人

問5、今日の料理教室の講習内容はいかがでしたか。

- ① 満足…47人 ② やや満足…4人 ③ やや不満…0人  
④ 不満…0人 未記入…2人

問6、よかったところはどこですか。

- ・いろいろな種類の食材が使えて、いろいろな味付けでおいしく食べられたこと。
- ・親子で一緒になって料理をする楽しさを味わうことができてよかった。
- ・味付けがちょうどよかった。
- ・子どもたちでも簡単にできるメニューだったところ。
- ・みんなで協力できたところ。子どもも知らないお友だちと共同作業ができてよかった。
- ・家で作りたくなった。
- ・和食・洋食と両方の作り方（レシピ）を教えていただき、両方試食できたところ。
- ・未就学児を含め、親子で参加できたこと。子どもと一緒に時間がもてたこと。
- ・ボリュームたっぷりでした。
- ・簡単だったので、作りやすかった。
- ・リメイク料理のメニュー、アレンジできる方法などを知ることができた。
- ・メニューがどれもおいしかった。
- ・自分でつくる大変さを感じてもらえたところ。
- ・野菜がいっぱいあったところ。
- ・普段自分が使う材料でも、組合せを変えることで、別のおいしい味になることが分かったこと。
- ・家では使わない食材に出会えたこと。
- ・先生の指導が細やかだった。

- 子どもが包丁を使って体験できたこと。洗い物などを楽しそうにやっていた。
- 子どもが自主的に動いているのにびっくりした。
- 調理器具がきれいにしまえるように工夫してあるところ。

問7、 変えてほしいところはどこですか。

- 特になし。
- 食育はたいへん大切です。講座回数をぜひ増やしてほしい。
- 調理台が少し狭かった。
- 全部作ってみたかった。子どもも作って食べる、一通りの流れがあった方がよかった。
- なるべく自分たちが食べる分は、自分たちが作った方がよかった。
- 配膳時、手袋を使ったらどうでしょうか。
- マスクの着用。
- 寒天ではなく、ゼラチンにしてほしい。
- 料理を減らしてほしい。
- 友だちと一緒に申し込んでいたのに、別の班になっていた。
- 品数が多いので、同じ栄養でもう少し時間短縮できるものがうれしいです。
- 託児があれば助かります。
- 椅子の高さがいまいち。
- 教室に入るまでの説明がなかったので、どこの席に座るなど、説明がほしかった。
- 家庭で作る量より多かったのが大変でした。
- 包丁は子ども用の危なくないものがよい。
- ステップがガス台と調理台のところに1台ずつあると助かります。

問8、 どんな調理実習がしたいですか。

- デザート（ケーキ、お菓子）
- 日常生活で体によく、簡単にできるもの
- 小麦粉を使った料理
- パン
- 給食の人気メニュー（チキンチキンごぼう）
- グラタン、ピザ、ハンバーグ、卵サンド
- 魚料理
- 朝ごはん、昼ごはんの調理実習
- 子どもと一緒に簡単に作れて、おいしい料理
- お弁当
- みんなが楽しくなるような実習
- 小さな子どもでも手伝えるような料理
- 給食に出されていて、朝食でも簡単に作れるもの
- 子どもがたくさん活躍できる調理実習
- 記念日メニュー
- 楽しいテーマにそった調理実習

問9、 その他感想、お気づきの点などをお聞かせください。

- 子どもと楽しく過ごせました。子どもが「これおいしい!」「家でも作ろう」と言っていて、食事や、調理の楽しさを共有できた時間になってよかったです。アレンジメニューもよかったです。ぜひ家で作らせていただきます。ありがとうございました。
- 全部おいしかった。
- 普段いそがしくて子どもと一緒に料理できないのですが、今日はとても楽しそうにおにぎりサンドを作ったり、洗い物をしていたので、家でも一緒にやってみようと思いました。
- 楽しかったです。ありがとうございました。
- 横に友だちがいたから楽しかったし、今日あったことを日記に書きたいです。
- いろいろなアレンジを知ることができてよかったです。麦などとても栄養のある食材があるのでいいと思いました。
- よく考えて準備していただいて、ありがとうございました。アレンジメニューが役立ちそうです。
- 他の小学校の子と触れあえてとてもよい経験ができました。
- 違う家族と一緒に料理ができて楽しかった。講師の先生がついていてくれて、分かりやすかった。
- 食べているときに朝ごはんの話やアドバイスがあって、朝ごはんの大切さがよく分かりました。
- とても楽しく調理実習できました。メニューも品数もちょうどよかったです。
- 日頃包丁は危ないと、使わせる機会も少なかったのですが、親が思うより子どもは出来るんだと分かりました。いつもは使わない食材もあり、新しい発見がありました。
- 子どもは家で料理しないのですが、作る楽しさを感じたようです。
- また参加したいです。
- 日頃使わない食材を使うことができたので、今後も生かしていきたいです。
- 品数が多く、給食の内容もよく分かった。始まる前に分担を決めることで、円滑に進みよいと思う。
- とても楽しく、子どもと一緒に調理ができて満足です。ありがとうございました。
- さまざまな料理教室（食育）に参加したいので、ひらいて頂きたいです。
- ごはんを食べながら栄養士さんからいろいろな話が聞けたのでよかったです。どのメニューも簡単だったので、子どもと一緒に作りたいです。
- 親子で楽しい夏の思い出になりました。ありがとうございました。
- デザートの寒天が目玉焼きとっていたのでびっくり、おいしかったです。家でやってみたいと思えるメニューがたくさんあって、うれしかったです。親子で作ってみようと思います。
- 子どもは料理に興味があるようですが、家ではなかなか手伝ってもらう余裕がなく、こういう機会に少しずつ、できることを増やしていけたらいいと思います。
- 自分が作ったごはんがおいしかったので、また家で作りたいです。朝ごはんを、主食にプラス今日習ったものを付け足して作りたいです。
- 朝ごはんをいっぱい作ることがないので、とても勉強になりました。一品ずつでも作っていきたいです。
- 豆乳と麦は初めて使用したが、これからも使っていきたい。偏食を克服したいと思いましたが、まだまだ時間がかかりそうです。

- 2 班に 1 人先生がついてくださり、丁寧に教えていただき、とても分かりやすかった。子どもも包丁を使ったり、スープを煮たり、お皿を洗ってふいたりといろいろな経験ができて喜んでいました。
- どれも簡単で、面倒くさがりでへたな私でも、家でやりたいと思いました。いろいろアレンジメニューが学べてよかったです。
- ちょっとしたひと手間が食事をおいしくしてくれることが分かりました。
- 見た感じ少ない材料に思えましたが、作ってみるとボリュームがあり、食べごたえがありました。
- 3歳の子どもも一緒に参加できてよかったです。みんなそろって参加できる調理実習がなかなかありませんが、楽しく学べてよかったです。