

平成30年度親子食育実践教室 アンケート結果

7月24日（参加19組 回答17組）・25日（参加19組 回答19組）

問1 朝食を食べていますか

- ① 毎日食べる…34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。（複数回答あり）

- ①□主食のみ…5人 ②主食+主菜…13人 ③主食+副菜…12人
④主食+主菜+副菜…7人
⑤その他
・主食とヨーグルト、チーズ
・主食とたまに牛乳、野菜、卵焼きなど
・毎日異なる

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□わかった…36人 ②わからない…0人 ③どちらでもない…0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…34人 ②思わない…0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…36人 ②やや満足…0人 ③やや不満…0人 ④不満…0人

問6 よかったところはどこですか。

- ・子どももできることがいっぱいあった
- ・包丁、火、ピーラーを使ったり、夏野菜を実際にさわって料理出来て良かった
- ・家庭でも作れそうな材料と作り方
- ・子どもでも簡単に楽しく作れてよかった
- ・思ったより簡単にできた
- ・子どもでも包丁がつかえて、調味料を加えるのが少なくわかりやすかった
- ・先生方が子どもたちに野菜の切り方など親切に教えてくださった 上手になった
- ・オムレツがおいしかった。特にふわふわしていてよかった
- ・親子でいろいろな調理ができてよかった
- ・子どもがデザートで豆腐アイスを気に入っていました。
すぐに作れて簡単なので子どもに作ってもらいます。
- ・野菜をたくさん使った料理を作れて子どもたちがおいしく食べてくれたこと
- ・子ども（お友達）と一緒に料理ができたところ

- ・親子で楽しくおいしくできて良かった
- ・夏野菜をたくさん使っていた。品数が多くバランスが良かった
- ・バランスのとれたメニュー
- ・豆腐と黄粉でアイスをつくれたところ
- ・いろいろな食材を切ったり味付けしたり出来たので良かった
- ・子どもと一緒に食事を作ることの大切さ、面白さがわかるので好きです
- ・朝ごはんのメニューの参考になった
- ・ふだん忙しいことを理由に子どもに食事づくりを手伝ってもらうことがなかったのですが、今日一緒に作ってみて時間はかかりますが、楽しかったです
- ・品数が多かったところ
- ・小さい子供も手伝いができる調理もあり楽しくできました。
- ・家ではゆっくり料理と一緒に作る時間がないので良かったです。
- ・冬瓜がおいしいと言っていたので作ってみようと思います
- ・カテージチーズが簡単に手作り出来ることが分かったところ
- ・夏野菜たっぷり使われ、その野菜についての説明があったところ（野菜嫌いなので）
- ・短時間で調理ができてたくさん野菜を採れるメニューを学ぶことができた
- ・準備やサポートもすばらしく、手早く作れました。
- ・子どもにいろいろな経験をさせてあげられた
- ・ぜんぶたのしかった
- ・日ごろ一緒に料理をする機会（時間）を作ることがないので、一緒に料理できたこと
- ・冬瓜など料理することがないので食材として勉強になりました
- ・調理だけでなく、食品の説明や子供にも分かりやすい講話があったところ
- ・二家族で分担して出来たところ
- ・手順を細かく教えていただいたこと
- ・子どもと一緒に料理出来たこと
- ・子どもも参加しやすいメニューで子どもも満足していました
- ・班のみんなと協力して出来たところ
- ・みんなで楽しくできたところ
- ・簡単に作れそうなメニューを考案していただいたところ
- ・メニューが豊富で使ったことのない食材もあってとても勉強になった
- ・メニューのアイデア

問7 変えてほしいところはどこですか。

- ・出来上がりの早い遅いがあるので、完成した班から試食できるようにした方がよいのではないかと
- ・量や大きさをもう少し小さくしたり、少なくしてほしい
- ・徳山地区でも実施してほしい
- ・量が多いと思った
- ・子どもが大人一食分を食べきれずおかずが残ってしまったのもったいなかった。もう少し量を

減らしてもらえると食べきれ

- ・子どもができそうなものを増やしてもよかったと思う（手持無沙汰の子どもがいた）
- ・朝ごはん作りにより時間をかけられないので、前日から作っておく料理も教えてほしい
- ・調理時間を長くしてほしい（せわしなかった）
- ・朝ごはんとしてはもう少し簡単に調理ができる方がよいと思った。
- ・親子だけではなく子どもだけの料理教室もやってほしい
- ・子どもがやる工程、大人がやる工程に分けていただくとよいかも？
- ・一人分の量が多く食べきれなかった
- ・1班に1人教えてくれる人がいてほしい

問8 どんな調理実習がしたいですか。

- ・家ではやらないようなことをやってほしい
- ・体に良いおやつ
- ・スイーツ、お菓子（子どもの意見）
- ・お菓子作り ケーキ、プリン
- ・今日のような献立が良かった
- ・目玉焼きとパン 簡単に短時間で栄養のある料理の実習
- ・子どもだけでりょうりをしたい（2年女子）
- ・自分だけでやってみたい
- ・簡単なお菓子作り
- ・揚げ物、いろいろな国の料理
- ・子どもが残さずに食べるメニュー
- ・野菜たっぷりのおいしいサラダ
- ・お菓子やパン作りもしてみたい
- ・家では思いつかないような意外な組み合わせの料理
- ・デザート中心の実習
- ・子どもだけの料理教室
- ・夏のおやつ
- ・子どもと作れるお菓子作り
- ・子どもが挑戦する、一人で作る実習 もっと考えるようになるのでは
- ・今日のようないろいろなレシピ
- ・ケーキなどのお菓子
- ・今日のように実生活に生かしやすい子どもも調理に参加しやすいもの
- ・学校給食で人気のメニュー
- ・火を使わず子どもだけで出来るもの
- ・おやつ作り
- ・いろいろな食材を使った料理
- ・子どもが簡単にできるもの

- ・子どもも楽しめる作業のある調理
- ・今日のような内容が良かった。段取りもよく、子どももいろんなことができた。

問9 その他感想・お気づきの点などお聞かせください。

- ・班を編成するのに、同学年がいると子どもたちもやりやすいかなと思った
- ・とても品数が多くびっくりした。どれも普段食べないものばかりだった。大変おいしく勉強になった。
- ・親子で楽しむことができた。家でも親子でチャレンジしたい
- ・次回も行ってみたいと思った。家でも作りたい。
- ・普段料理と一緒に作る時間がなく、子どもがどこまでできるか不安だったが、今日の内容は難しくなく、包丁で切ったり、材料を合わせたりできた。家でも時間を作り朝ごはんが大切であることを教えていきたい。
- ・とても楽しい時間を過ごせた。
- ・良い経験になった。親子で家でやる作業は決まったことばかりだったので良かった。
- ・朝ごはんの大切さは理解しているが、毎日ではできていなかった。バランス良くきちんと食べてもらって元気に過ごしてもらえよう頑張りたい。
- ・子どもと一緒に調理は不安だったが楽しく実習できた
- ・とてもたのしかったしともだちとつくれたとてもたのしかった一日でした！！？
- ・お菓子作りなどあればまた参加したいです
- ・調理台が狭く、品数が多いと一気に出来ない。手間がかかる工程が多い。
- ・スイッチが三つもあって黄赤緑のしょくじをとりたいです。
- ・季節の野菜などを取り入れ味付けもシンプルだけどご飯がすすんだ。カテージチーズの副菜もとてもよかった。
- ・食事を食べるだけでなく片付けや火を使う、切る、煮る（たまにやけど）などいろいろなことが勉強になった。
- ・量が多いと感じたが、野菜中心で食べることができた。
- ・朝からこんなご飯が食べられたらいいなと思った。
- ・冬瓜をそのまま使うという方法を知りました。ホエーを使ったご飯もびっくりした。新しいことが学べて良かった。
- ・量が多かった。
- ・初めての参加だったが整った実習室で使いやすかった。子どもに包丁の使い方も丁寧に教えてもらい、お手伝いの回数が増えそうでうれしい。
- ・子どもが手伝えるところもたくさんあり、自分で調理したので苦手な野菜も頑張って食べていた。
- ・楽しく気持ちよく学ぶことができた。先生をはじめ皆様の準備のおかげでスムーズに調理に集中することができ、感謝している。おいしい朝食をありがとうございました。
- ・家でやるよりも多くの経験をさせてあげることができて良かった
- ・先生方のフォローがあり、わからないところも自然に聞くことができた。来年も参加したい。
- ・長い夏休みが始まったが子どもと触れ合う時間がなかなか持てないのでよい講座だった。朝ごはん

んはしっかり食べさせなければいけないとあらためて感じた。

- ・ 普段食べないものを食べるきっかけになった。家でも作ってみたい。
- ・ 子どももよく食べていた。準備などありがとうございました。また参加したい。
- ・ 品数が多くおなじ班の方に迷惑をかけてしまったが先生の助けもあり楽しくできた。
- ・ 栄養バランスの整った食事メニューをありがとうございました。カテージチーズと豆腐アイスは子どもとまた作りたい。
- ・ お茶を用意してもらったり、先生方の丁寧な指導があり楽しく過ごせた。私自身料理が苦手な毎日何を作るかわからないが、今日のメニューを家でも試したい。