

平成27年 7月9日

保護者様

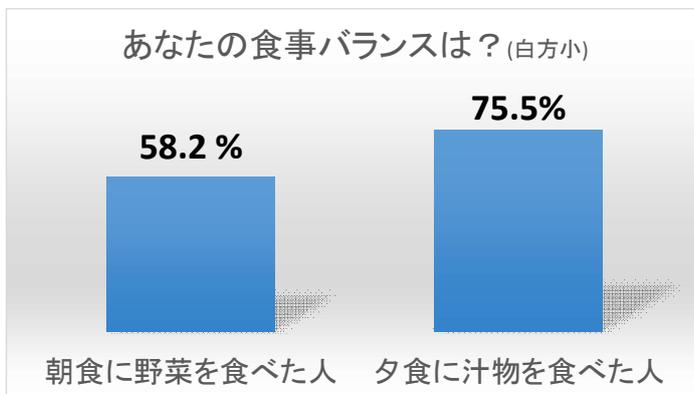
須賀川市立白方小学校長 古田 浩

白方小 朝食を見直そう週間「朝ごはん調べ」の結果について

紫陽花が、時節到来とばかりに咲き誇っております。保護者の皆様には、益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。

さて、本校では7月1日（水）から7日（火）までを「朝食を見直そう週間」として設定し、子どもたちの朝食が充実するよう、子どもたち自身やご家庭に働きかけを行いました。白方小学校では年間を通して食育に力を入れておりますが、昨今の朝食や睡眠などの生活リズムの乱れが、子どもたちの発達や学力に大きく影響するという事実、この思いを強くしております。

つきましては、朝食を見直そう週間の最終日に行った「朝ごはん調べ」の結果（裏面）をお知らせいたしますので、ぜひこの機会にご家庭でも朝食・食事について話題にしていただき、それぞれのご家庭でできる工夫を実行いただければ幸いです。



7/3に行われた読み聞かせでは、「いのちをいただく」の本から、お肉を食べる、お魚を食べる、野菜を食べる、命をいただくとはどういうことか……。思いをはせました。



朝食週間に合わせ、1・2年生では「おはしの持ち方教室」を行いました。美しいマナーで食事できるのは、気持ちのいいことですね。

H27 第1回「朝食を見直そう週間」
朝ごはん調べの結果

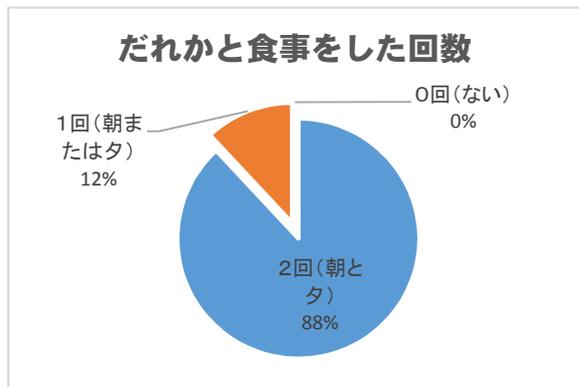
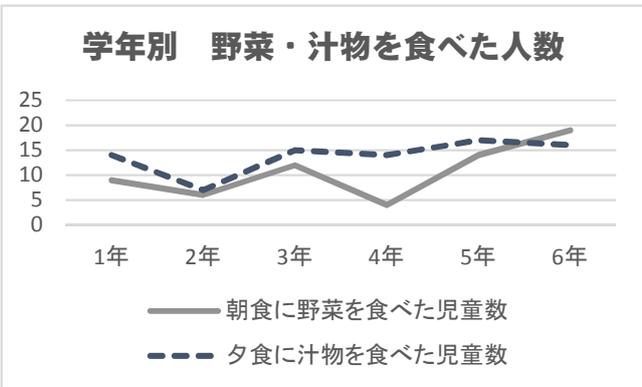
- 1 調査日 週間最終日 平成27年 7月7日(火)
- 2 対象者 全学年 (実施者数110名)
- 3 調査結果

(1)朝食摂取率

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計	%
最終日に調査した児童数	17	9	21	19	24	20	110	
最終日の朝食摂取者数	17	9	21	19	24	20	110	100
学年別朝食摂取率 (%)	100	100	100	100	100	100	100	

(2)食べ方に関するアンケート

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計	%
調査した園児児童生徒数	17	9	21	19	24	20	110	
①朝食に野菜を食べた児童数	9	6	12	4	14	19	64	58.2
②夕食に汁物を食べた児童数	14	7	15	14	17	16	83	75.5
③昼食以外に誰かと食事をした回数								
2回(朝と夕)	16	8	19	14	21	18	96	87.3
1回(朝または夕)	1	1	2	4	3	2	13	11.8
0回(ない)	0	0	0	0	0	0	0	0.0



お家の方へ <結果と考察から>

- 朝食の摂取率は、全学年100%と高い結果でした。
- 食べ方について
 - ・ **朝食に野菜を食べた児童は58.2%**。全国の傾向と同じです。本校では、学年が小さいほど、野菜の摂取率が低い傾向がみられました。
 - ・ 汁物の摂取率は75.5%。朝食の野菜よりは食べる割合が高くなりました。**肥満傾向の子どもは夕食の汁物摂取率が低いといわれます。**ご家庭では、比較的ゆっくり食べることができる**夕食に、野菜のたっぷり入った汁物を献立に加え、3つの食品群がバランスよくとれるよう工夫してみましよう。**
 - ・ 家庭の食事を一人でとっている児童は0%でした。朝夕2回家族と食べていたのは、87.3%。朝夕どちらか一人で食べていたのは11.8%。**祖父母らと同居している家庭が多く、食卓を家族と囲むことができるよい状況を作っていると考えられます。**