

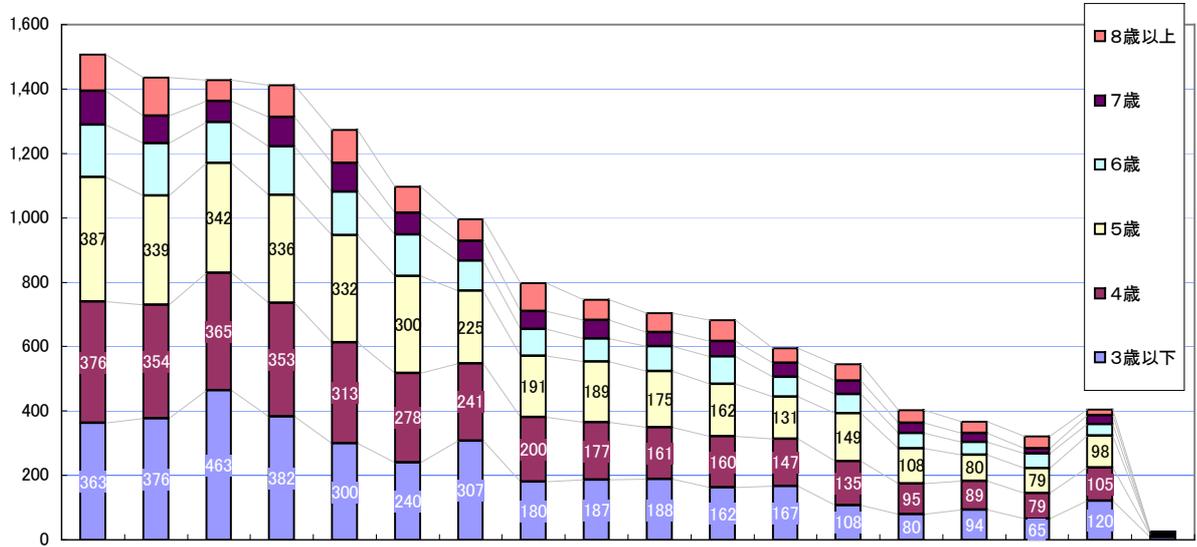
V-1) 好きな野菜 <年齢別>

子どもが1番好きな野菜は「えだまめ」。3歳以下では、「にんじん」が1番だが、年齢が上がるにつれて下がる。

好きな野菜では「えだまめ」が最も多く、次いで「じゃがいも」「にんじん」「トマト」「きゅうり」の順となった。

3歳以下では「にんじん」が最も多いが、年齢が上がるにつれて少なくなる。

各年齢層ともに5割以上と多かったのは、「じゃがいも」と「トマト」。



	N	件数	えだまめ	じゃがいも	にんじん	トマト	きゅうり	ブロッコリー	だいこん	キャベツ	ほうれんそう	たまねぎ	もやし	しいたけ	たけのこ	ピーマン	なす	ねぎ	その他	特になし・無回答	
TOTAL	2,576	14,734	1,506	1,436	1,428	1,411	1,273	1,096	996	798	745	704	682	594	545	402	367	321	405	25	
子ども																					
3歳以下	761	3,789	363	376	463	382	300	240	307	180	187	188	162	167	108	80	94	65	120	7	
4歳	633	3,637	376	354	365	353	313	278	241	200	177	161	160	147	135	95	89	79	105	9	
5歳	587	3,627	387	339	342	336	332	300	225	191	189	175	162	131	149	108	80	79	98	4	
6歳	249	1,571	163	163	126	150	136	130	93	84	71	77	86	61	61	49	41	45	35	-	
7歳	148	958	105	85	67	91	89	67	62	55	58	43	47	44	41	30	27	16	29	2	
8歳以上	198	1,152	112	119	65	99	103	81	68	88	63	60	65	44	51	40	36	37	18	3	
			年齢別順位			1位	2位	3位													

●その他 内訳

票数	野菜名
114	かぼちゃ
58	さつまいも
54	とうもろこし
40	レタス
30	オクラ
21	アスパラガス、えのき、れんこん
19	きのこ類
18	ごぼう
17	しめじ
14	さといも、白菜
11	水菜
9	セロリ、豆類
8	ゴーヤ
8	小松菜
6	いんげん、エリンギ、なめこ
5	アボカド、カリフラワー、そらまめ、パセリ、モロヘイヤ
4	スナップエンドウ、ニラ、ふき、長いも
3	グリーンピース、にんにく、まいたけ、大豆、納豆
2	えんどう豆、かぶ、さやえんどう、ししとう、チンゲンサイ、マッシュルーム、山芋
1	おかひじき、おたふく豆、こごみ、さやいんげん、しょうが、ぜんまい、菜花、なめたけ、にんにくの芽、ぶなびー、ブロッコリースプラウト、みつば、ヤングコーン、ゆり根、わかめ、海藻類、黒豆、山菜、大根の葉、豆苗、落花生、歯ごたえのある野菜

V-2) 嫌いな野菜 <年齢別>

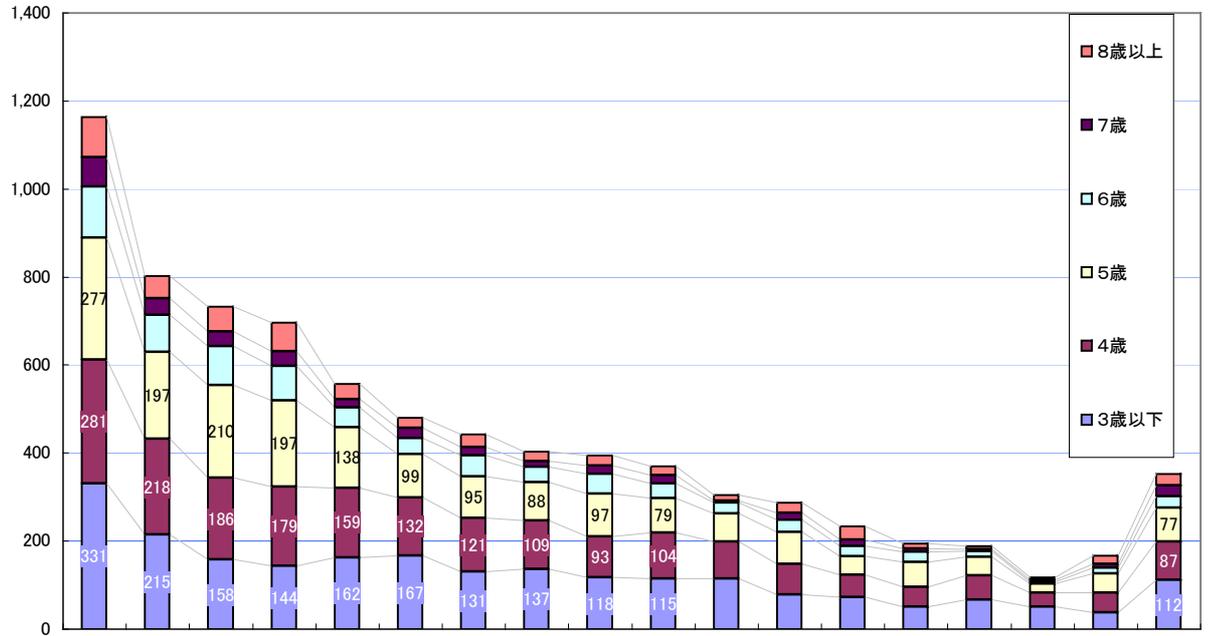
子どもが1番嫌いな野菜は、圧倒的に「ピーマン」

嫌いな野菜は「ピーマン」が最も多く、次いで「ねぎ」「なす」「しいたけ」の順となっている。

各年齢層ともに「ピーマン」が最も多い。

「にんじん」は全体では13位だが、8歳以上では6位となっており、年齢が上がるにつれて、にんじん嫌いが増えている。

「トマト」「ブロッコリー」は、5歳以下で多く挙げられている。



実数	N	件数	ピーマン	ねぎ	なす	しいたけ	トマト	ブロッコリー	ほうれんそう	きゅうり	たけのこ	もやし	キャベツ	たまねぎ	にんじん	だいこん	えだまめ	じゃがいも	その他	特になし・無回答	
TOTAL	2,576	7,887	1,164	802	732	697	557	480	442	403	394	370	305	287	233	195	189	117	167	353	
子どもの年齢	3歳以下	761	2,261	331	215	158	144	162	167	131	137	118	115	114	79	72	51	67	51	37	112
	4歳	633	2,051	281	218	186	179	159	132	121	109	93	104	85	69	51	45	55	31	46	87
	5歳	587	1,895	277	197	210	197	138	99	95	88	97	79	63	73	43	56	42	21	43	77
	6歳	249	761	117	84	88	78	44	36	48	34	44	33	25	27	23	23	13	4	14	26
	7歳	148	367	66	38	34	33	19	23	19	13	19	18	5	16	14	8	5	4	8	25
	8歳以上	198	552	92	50	56	66	35	23	28	22	23	21	13	23	30	12	7	6	19	26

年齢別順位 1位 2位 3位

●その他 内訳

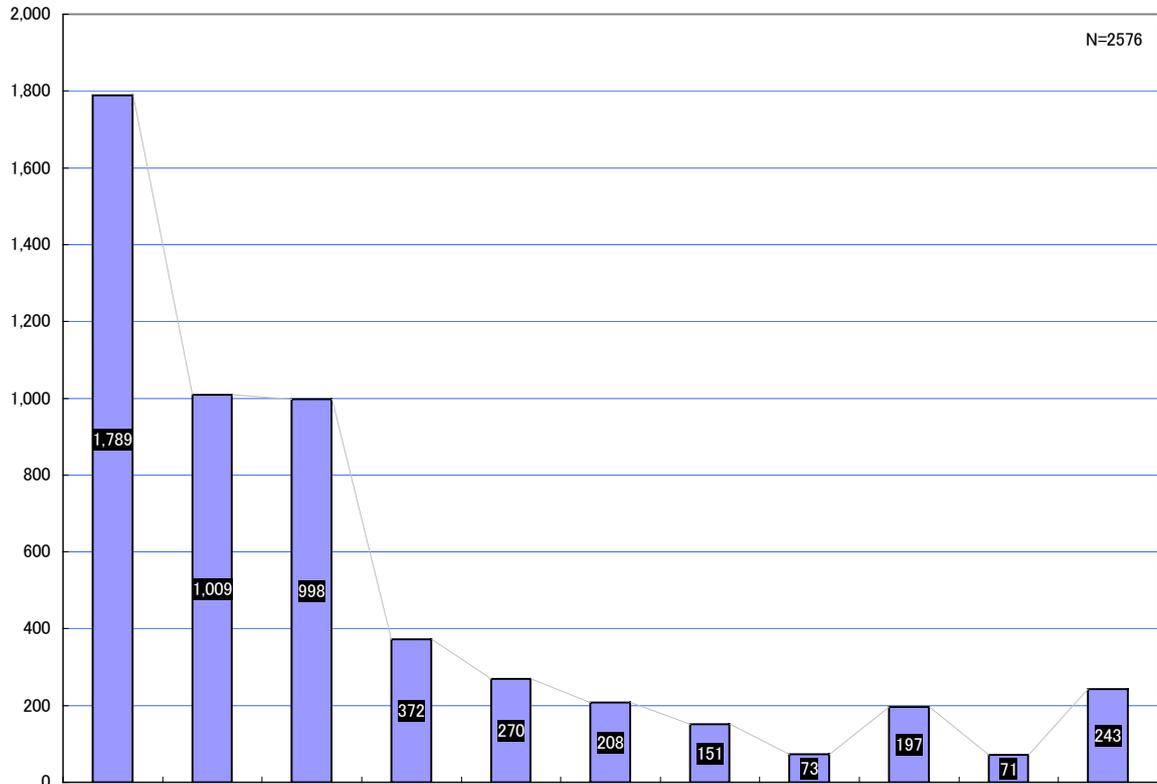
票数	野菜名
19	かぼちゃ
17	レタス
15	セロリ
14	アスパラガス、グリーンピース
10	とうもろこし
8	生野菜
7	ごぼう
6	きのこ類、さつまいも、パセリ
5	しその葉
4	ゴーヤ、ニラ、香りの強いもの
3	かいわれ、カリフラワー、しょうが、三つ葉、春菊、豆類、葉もの、里芋
2	えのき、かぶ、さやえんどう、しめじ、小松菜、水菜、納豆、調理の仕方によって食べないものもある
1	アボカド、芋、えんどう豆、オクラ、セリ、そらまめ、チンゲン菜、豆腐、ふき、みょうが、モロヘイヤ、山芋、わかめ、青菜類、白菜、明日葉、加熱してあるもの、食べにくく切っているもの、切れにくいもの

VI 子どもに積極的に食べさせている食品（フリーアンサー）

保護者が子どもに食べさせている食品は、圧倒的に「野菜」

子どもに積極的に食べさせている食品について、単品では「納豆」が一番多かったが、全回答を集計すると、圧倒的に「野菜」が多かった。「野菜」の内訳は、「野菜全般」に次いで、「緑黄色野菜」「野菜ジュース」との回答が多く、「トマト」「にんじん」など単品の野菜名も多く挙げられた。

食品別に内訳を見ると、最も多いのは「納豆」、次いで「野菜」「牛乳」「ヨーグルト」「魚」と続く。



	N	野菜	豆・豆製品	乳・乳製品	魚貝類	海藻類	果物	穀類	肉類	その他食品	何でも食べさせている	特になし・無回答
比率 %	2,576	69.4	39.2	38.7	14.4	10.5	8.1	5.9	2.8	7.6	2.8	9.4
実数 件	2,576	1,789	1,009	998	372	270	208	151	73	197	71	243

●100件以上の回答があった食品

順位	件数	食品名	分類
1	524	納豆	豆
2	506	野菜全般	野菜
3	389	牛乳	乳
4	332	ヨーグルト	乳
5	365	魚全般	魚
6	218	緑黄色野菜全般	野菜
7	201	豆食品全般	豆
8	197	野菜ジュース	野菜
9	179	豆腐	豆
10	170	トマト	野菜
11	162	乳製品全般	乳
12	129	にんじん	野菜
13	114	果物全般	果物
14	112	チーズ	乳
15	106	海藻類全般	海藻

VI 子どもに積極的に食べさせている食品 内訳

1792票【野菜・野菜ジュース】

票数	食品名
506	野菜全般
218	緑黄色野菜全般
197	野菜ジュース
170	トマト
129	にんじん
86	ほうれん草
75	ブロッコリー
45	キノコ
44	根菜類全般
39	かぼちゃ
26	たまねぎ
26	ピーマン
21	キャベツ
18	大根
15	きゅうり
15	小松菜
14	じゃがいも
14	野菜スープ
13	芋類
12	さつまい
11	ごぼう
10	レタス
9	干し大根
8	オクラ
8	しいたけ
7	ねぎ
7	山芋
7	繊維質野菜全般
5	モロヘイヤ
5	レンコン
4	なす
4	もやし
3	アスパラ
3	みずな
2	ゴーヤ
2	里芋
2	ちんげん菜
2	にら
2	らっきよ
1	しそ
1	シメジ
1	春菊
1	八宝菜
1	ゆきな
1	とうもろこし
1	にんにく
1	キクラゲ

1011票【豆類・豆製品】

票数	食品名
524	納豆
201	豆食品全般
179	豆腐
43	味噌汁
22	豆乳
13	枝豆
8	マッシュルーム
8	味噌
7	黒豆
5	おから
1	小豆

1001票【乳製品】

票数	食品名
389	牛乳
332	ヨーグルト
162	乳製品全般
112	チーズ
6	ココア

372票【魚貝類】

票数	食品名
365	魚全般
7	貝類全般

270票【海藻類】

票数	食品名
106	海藻類全般
52	ひじき
48	わかめ
29	のり
22	もずく
8	昆布
5	寒天

208票【果物】

票数	食品名
114	果物全般
33	バナナ
16	ブルーベリー
13	りんご
8	いちご
5	レーズン
5	みかん
5	ブルーベリー
4	キウイ
4	アボカド
1	ぶどう

151票【穀類】

票数	食品名
84	米
30	発芽玄米
14	雑穀
13	麦
7	シリアル
2	もちきび
1	ひえ

73票【肉類】

票数	食品名
47	肉類全般
8	鳥肉
9	豚肉
9	レバー

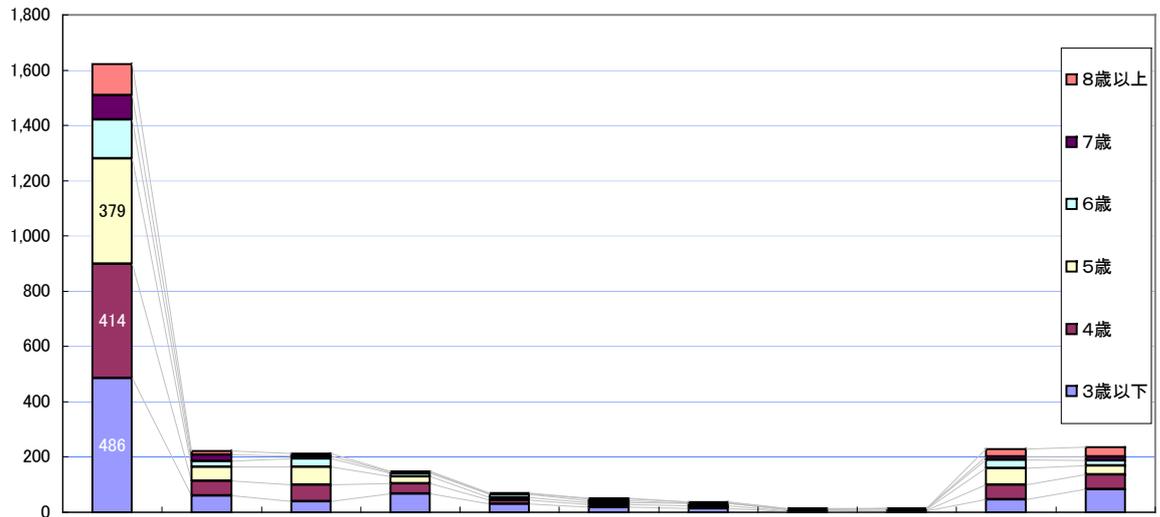
197票【その他食品】

票数	食品名
37	ごま
36	卵
23	酢の物
15	乾物
11	サプリメント
10	カルシウム
10	茶
9	梅干
9	肝油
4	こんにやく
4	食物繊維
3	ジュース
3	水
2	たんぱく質
2	練物
2	梅肉エキス
2	パン
2	国産品の食材
2	ゼリー
1	玉子焼き
1	アーモンド
1	お好み焼き
1	黒糖
1	サラダ
1	白子
1	炭水化物
1	DHA
1	添加物の入っていない食材
1	ケチャップ
1	プリン

Ⅶ 子供の食生活上困っていること〈年齢別〉

保護者が子どもの食生活上困っていることは、圧倒的に「好き嫌い」「食わず嫌い」

子どもの食生活上困っていることは、年齢を問わず、圧倒的に「好き嫌い・偏食」が多く、64%となっている。
 「好き嫌い・偏食」では、「好き嫌いが多い」「〇〇を食べない」「〇〇ばかり食べる」など、バランスの悪さを挙げている。
 特に、「野菜嫌い」が最も多く、工夫して作っても食べないといった「食わず嫌い」の意見が目立つ。
 「食事量」は、「食べムラがある」「間食が多く食事量が少ない」「食が細い・小食」「食べ過ぎ」など。
 「食事所要時間」は、「食べるのに時間がかかる」「早食い」など。
 「食事マナー」は、「食事中に歩き回る」「テレビを見る」「遊び食べをする」「箸が持てない」「ばかり食べ」など。
 「咀嚼」は、「飲み込めない」「噛みきれない」「よく噛まない」など。



%	N		好き嫌い・偏食	食事量	食事所要時間	食事マナー	咀嚼	便秘・排便	アレルギー	不規則な食事時間	その他	特になし	無回答
TOTAL	2,576	111%	63.0	8.6	8.2	5.8	2.7	2.0	1.4	0.5	0.6	8.9	9.2
子 3歳以下	761	112%	63.9	7.9	5.1	8.8	3.8	2.4	2.0	0.3	0.5	6.0	10.9
供 4歳	633	112%	65.4	8.5	9.6	5.8	2.5	1.4	1.4	0.3	0.3	8.5	8.4
の 5歳	587	110%	64.6	8.5	11.1	4.3	1.5	1.4	1.4	0.9	1.0	10.1	5.5
年 6歳	249	112%	57.4	8.0	12.0	4.8	4.0	2.8	0.4	0.4	1.2	12.4	8.0
齢 7歳	148	109%	58.1	15.5	6.1	3.4	2.0	4.1	2.7	0.7	-	8.1	8.8
8歳以上	198	105%	57.6	7.1	4.0	1.5	1.5	1.5	-	1.0	-	13.1	17.7

実数	N	回答件数	好き嫌い・偏食	食事量	食事所要時間	食事マナー	咀嚼	便秘・排便	アレルギー	不規則な食事時間	その他	特になし	無回答
TOTAL	2,576	2,854	1,622	221	212	149	70	51	37	13	15	228	236
子 3歳以下	761	849	486	60	39	67	29	18	15	2	4	46	83
供 4歳	633	711	414	54	61	37	16	9	9	2	2	54	53
の 5歳	587	646	379	50	65	25	9	8	8	5	6	59	32
年 6歳	249	278	143	20	30	12	10	7	1	1	3	31	20
齢 7歳	148	162	86	23	9	5	3	6	4	1	-	12	13
8歳以上	198	208	114	14	8	3	3	3	-	2	-	26	35

●回答より抜粋

緑色の野菜をすべて嫌がり困っています。調理法を変えてもなかなか食べません。野菜ジュースにして姿を分らない状態にすると飲みます。作る時間がない時は市販の野菜ジュースを飲ませています。

見た目の良くないものと、かつて食べられなかったものに対してすべて「嫌い」ということで手もつけないこと。また、味噌汁に興味をもってくれないこと。野菜が足りないと思うと味噌汁の具にして用意することが多いので、手をつけてくれないのはとても悲しいです。

野菜が嫌いでおかずをほとんど食べない。カレーやチャーハンなどにして野菜も食べるように促しているが、このメニューばかりというわけにもいかず、メニュー選びにいつも頭を悩ませている。

ムラがあり、あまり食に関して積極的ではない(遊び優先)。野菜も味付けによって食べなかったりするので、いつも同じ味付け、同じメニューになってしまう。

ばかり食いと言うか、おかずならおかず、ご飯ならご飯ばかり食べきってから次のおかずに行くといった感じで注意はするのだけど、いまいちその食べ方が治らない。

食が細く、沢山食べない。その為、食べる品目が少なくなり、偏りがちになる。野菜が特に嫌いで工夫して小さくしないと食べない。

牛乳は、毎日飲んでいますが、排便がいつも堅くて大泣きです。ヨーグルトも食べさせようとするのですが、きが向かないと食べません。ヨーグルトを食べると排便もやわらかくしやすいのですが、なかなか通事にいいものを食べてくれません。困っています。