

令和7年度 第2回親子いきいき会 実施報告書

日時・会場	令和7年10月31日（金）18:30～19:25 市役所 201・202 会議室
出席委員	牧野委員、谷村委員、松葉委員、田上委員、両川委員、竹田委員、藤井委員 高野委員、和合委員、伊藤委員、松澤委員、大西委員、八木委員、能登委員 （14名）
事務局	こども課：室橋課長、飛弾野係長、猪又、金子、横川、山口、安田、小笠原

会 議 内 容

1 開会あいさつ

松葉会長あいさつ

2 食（朝食・嗜好品）について

3 グループワーク 18:45～19:05 （19:05～19:15 発表）

テーマ：食（朝食・嗜好品）について

課題を改善していくために、どのような取組が必要か、家庭や皆さんの所属でどのようなことができるか

グループ	メンバー	担当
1 G	谷村委員、高野委員、和合委員、大西委員	係長、山口
2 G	牧野委員、松葉委員、田上委員、八木委員、能登委員	猪又、安田
3 G	両川委員、竹田委員、藤井委員、伊藤委員、松澤委員	金子、横川

話し合い内容（抜粋）

○朝食について

- ・ 忙しさや朝早く起きないなどが影響し、朝食を食べなかったり品数が少なかったりするのではないか。
- ・ 夜寝る前に食べることもあるため、朝ごはんを食べられないのでは。
- ・ 夜遅くまで激しく動くスポーツの習い事をしている児童は、夜食を食べたり沢山水分を摂る影響で翌朝お腹が空かず朝食が食べられない。
- ・ 保護者が朝食を食べないと子供も食べない。
- ・ 保護者の働き方にもより、三交代や夜勤だと朝ごはんはいつになるのか。子どもの食事時間や3食の感覚にズレが生じる可能性がある。また、子どもと朝一緒に食事できる時間がなくなる。
- ・ 朝ごはんを食べていても1、2品の子もおり、食が細い。
- ・ 朝に品数のある食事を出すのに保護者の負担感が多い。
- ・ 物価高で食材費が高くなっているため、朝の品数にあまり手をかけられない。
- ・ 朝食を食べている家庭は多いが、内容が果物のみや菓子パンのみの家庭が多い。

- ・朝食の内容が1～2品の家庭の園児は午前中にエネルギーが切れて、寝転がったりイライラしたりぐずったりする。
- ・朝食欠食は年齢が小さい園児ほど割合が高い傾向がある。時代の変化により、朝食を食べない保護者が増えているのか。
- ・現在高齢の両親と同居しているのでみそ汁やおかずを毎朝作っているが、同居していなかったら作らないかもしれない。共働きの家庭も多いので、朝食は食器を使わなくてよいパンのみという家庭は多いと思う。
- ・登校時間なども早いため、始業を遅くするなど社会の中でも朝の時間を確保する動きが必要なのか。

○嗜好品について

- ・こどもの間食、ジュースの摂取
→結局は大人が買い与えている。大人の意識の変化が必要。メディアと同じように大人がルールを決める。
- ・祖父母が買い与える
→保護者だけでなく、子守りをしている祖父母向けの話もあると良いか。
- ・夏の熱中症予防として糖分の高いスポーツドリンクの摂取により、夏以外でも習慣化して飲んでしまうこともあるのではないか。また、スポーツしていない子も同じように飲んでいる可能性もある。

○必要な取組等

- ・食事は家族の影響を受けやすい。核家族も多いが、孤食にさせない意識が必要。
- ・大人の食に対する知識や意識によって、こどもへの伝わり方も違う。
- ・朝ごはんを何品か食べるために、ちょっとしたことでできることを提案する。
- ・まず、朝ごはんや3食食べることを保護者から行う。子どもと一緒にすること。
- ・人気の給食レシピがおたよりで紹介されているとうれしい。家庭でも作りたいと思う。
- ・物価高対策のため、学校ではもやしやカットキャベツを中心にしたコストパフォーマンスを重視したお手軽レシピを紹介している。
- ・キッズキッチン家族に頑張りやできたことを認めてもらえるので園児の自信につながっている。保護者への効果も大きく、家庭で子供と一緒に調理をするきっかけにもなっている。

5 その他

事務連絡 11/15（土）はったつ応援事業市民公開講座
 次回開催日 候補日：2月16日（月）17日（火）19日（木）20日（金）
 24日（火）26日（木）
 開催時間は18：30～20：00又は19：00～20：30
 テーマ：後日検討

以上