



神奈川県

KANAGAWA

いっしょに食べれば おなかもこころも 大満足!!

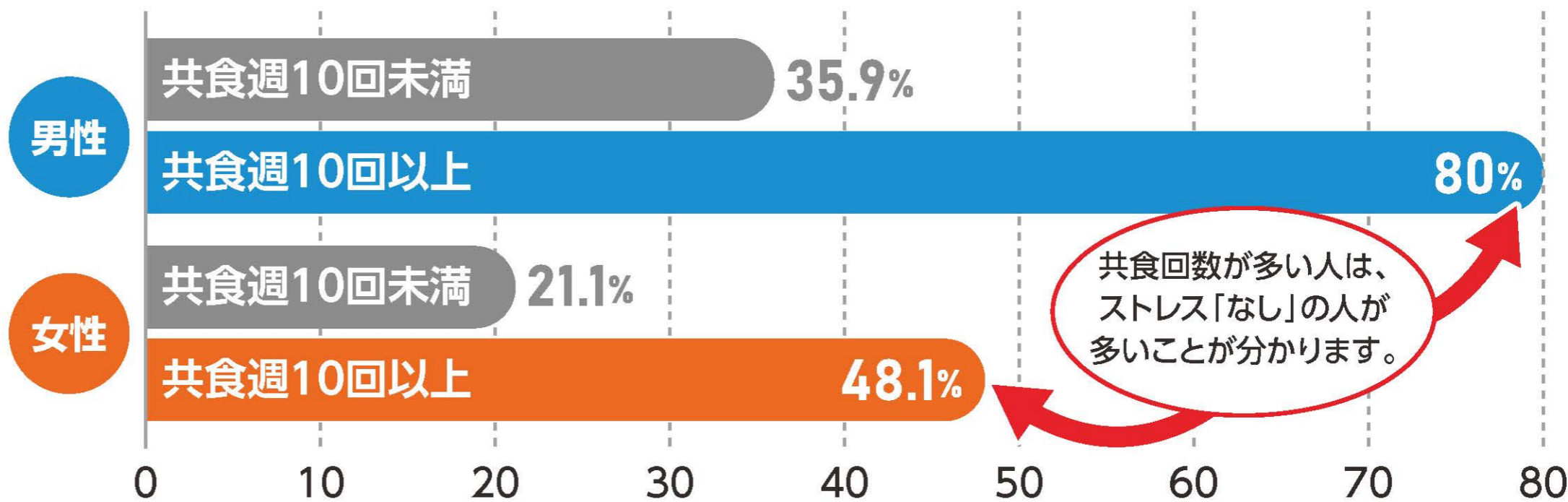
家族や友達、同僚と楽しみながら
栄養バランスのとれたご飯を食べましょう!



8月は かながわ食育月間です

〈家族との共食回数とストレスの関連〉 20・30歳代

ストレス「なし」と
回答した人の割合(%)



共食回数が多い人は、
ストレス「なし」の人が
多いことが分かります。



出典:「食育」ってどんないいことがあるの?~エビデンス(根拠)に基づいて分かったこと~統合版(令和元年10月)(農林水産省)

かながわの食育 | Q

