



×



農林水産省「消費者の部屋」展示

朝ごはん 食べてる？

朝ごはんを食べることは、栄養補給だけではなく、頭や身体を目覚めさせ、体内時計のリズムを整えることにつながります。しかし、日本人の約15%は朝ごはんを食べていない状況(※)です。当展示においては、朝ごはんを食べることのメリット等をわかりやすく掲示するとともに、簡単に食べられる朝食や、朝食欠食改善のための企業の取組等もご紹介します。

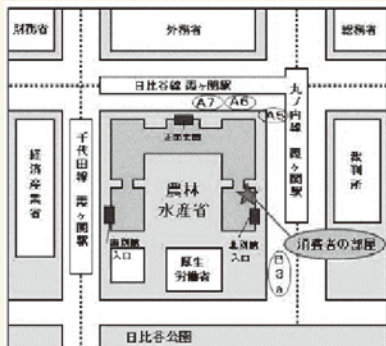
※農林水産省「食育に関する意識調査」(2023年11月実施)より 「週に2〜3日食べる」及び「ほとんど食べない」の割合

試食もご用意しています！

3月17日(月)、18日(火)、19日(水) 各日12:00~13:00

期間 2025年3月17日(月)~3月21日(金) 10:00~17:00

初日(3月17日(月))は12:00から/祝日3月20日(木)は休館/最終日(3月21日(金))は13:00まで



朝ごはんを食べよう！ 食と健康セミナー

3月21日(金) 12:15~12:45

朝ごはんはなぜ大切なのか？朝ごはんを食べるとどんな良いことがあるのか？簡単に取り入れられるアイデアと、明日から試したくなる内容をお伝えします！

場所

農林水産省 北別館1階「消費者の部屋」
東京メトロ霞ヶ関駅下車B3a出口すぐ

お問い合わせ

消費・安全局消費者行政・食育課
03-6738-6558
農林水産省「消費者の部屋」
03-3591-6529

農林水産省