

朝ごはん食べてる？～今こそ朝食習慣を見直そう～

消費・安全局 消費者行政・食育課

開催日：令和7年3月17日（月）～3月21日（金）＜4日間＞開催

来場者：693人

概要：栄養補給だけではなく、体内時計のリズムを整えることにつながる朝食について、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した。



朝食の習慣を4つのステップに分けて、それぞれのステップに合わせた様々な朝食メニューや推奨品をご紹介



手を置くだけで野菜の推定摂取量を測定。
一人一人にスタッフが内容を説明



手軽に食べられる「1分タイパ朝食」が可能な、お勧めの商品をご紹介し、試食を提供



朝食の大切さをわかりやすく解説したセミナーを開催



アンケートにご回答いただいた方に、朝食関連のお土産をプレゼント