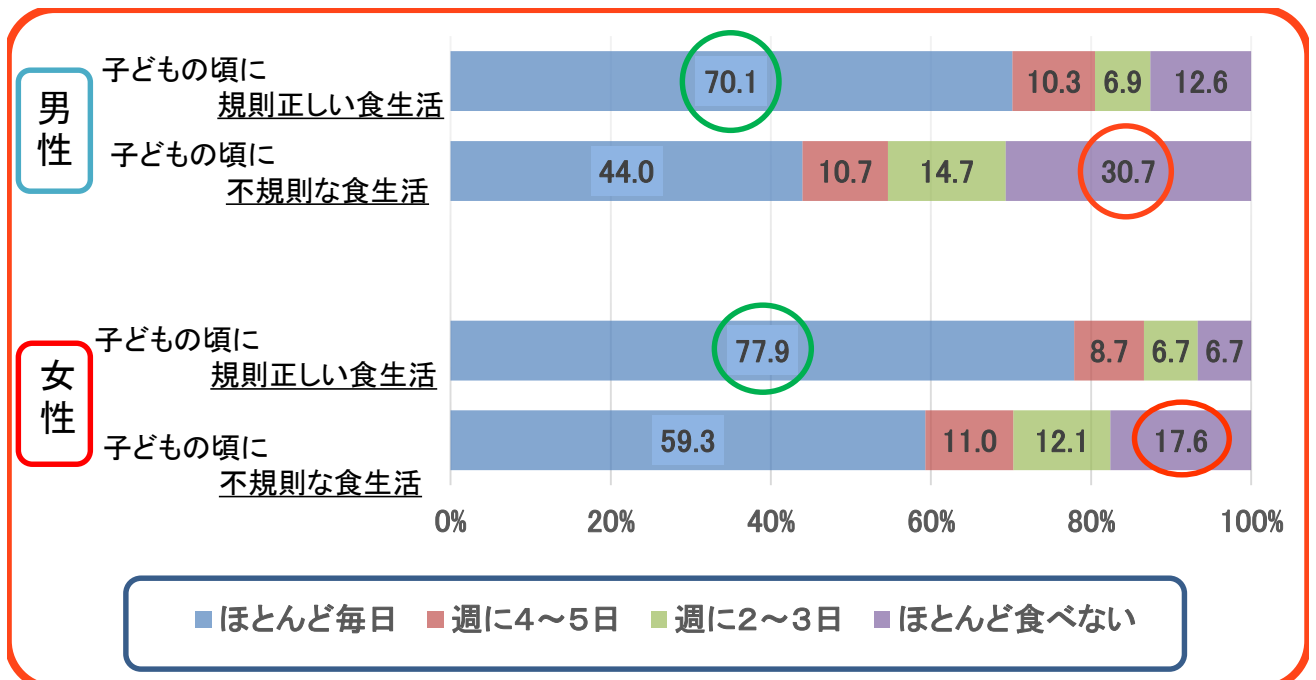


子どものころの食生活が 大人になっても影響します

- ・ 20歳代、30歳代に、未成年の頃の食生活を振り返ってもらったところ、成人に近づくにつれ、「家で1日三食決まった時間に食事する人」は減少しました。
- ・ 規則正しく食事をとっていた未成年は、20代、30代になっても、現在も朝食を「ほとんど毎日」食べると回答しました。

若い世代における 子どもの頃の食生活と現在の朝食摂取との関連(性別)



資料: 農林水産省「食育に関する意識調査」(2019年10月実施)

規則正しい食習慣

