

# 「青壮年期の朝食摂取の啓発」 について



## 朝食を欠食する人の減少

- 幼児（4、5歳児）
- 小学6年生
- 中学3年生
- 16～19歳
- 20、30歳代

**保護者の  
協力が必要**



# 青壮年期の朝食摂取に関するデータ

対象	項目	%	出典
妊 婦	妊娠前、朝食を食べなかった	<b>24.6%</b>	母子健康手帳 交付時アンケート
	時々食べない	14.6%	
	食べない日が多い	6.2%	
	ほとんど食べない	3.8%	
20~40代	朝食を抜くことが週3回以上ある	<b>21.3%</b>	柏崎市一般・特定健康診査質問票
20~40代	朝食を食べない日がある	<b>38.8%</b>	R2・3からだスッキリ講座アンケート

**青壮年期への働きかけの強化が重要**

# 「青壮年期の朝食摂取の啓発」について、ご意見をお聞かせください

例えば…

○○な情報があると良い  
効果的な啓発方法のアイデア など

