



食育だよりは、食に関する様々な情報や学校給食の取り組みなどを紹介し、ご家庭での食育の参考にさせていただくことを目的としています。

西会津町給食センター

第2回 朝食アンケート 結果発表!

令和4年度 第2回 朝食を見直そう週間で、子どもたちが回答した朝食アンケートの結果をお知らせいたします。朝食は、生活リズムを整えるカギとなります。これからも、ご家族みんなで『早寝・早起き・朝ごはん』を心がけていきましょう。

朝食を食べてきた人

小学生

98.2%

中学生

96.3%



小学生、中学生ともに、ほとんどの人が朝食を食べて登校しています。自分の健康のために、早寝・早起き・朝ごはんを続けていきましょう。

朝食に野菜を食べてきた人

小学生

58.0%

中学生

69.1%



朝食に野菜を食べると、腸が動きだし、朝からすっきりした気持ちで一日を過ごすことができます。

また、朝食に野菜を食べないと、野菜不足の原因にもなります。

朝食に汁物を食べてきた人

小学生

46.7%

中学生

55.6%



朝食に汁物を食べると、体があたたまり、朝から元気に活動することができます。朝は時間に余裕をもって、しっかり朝食を食べましょう。