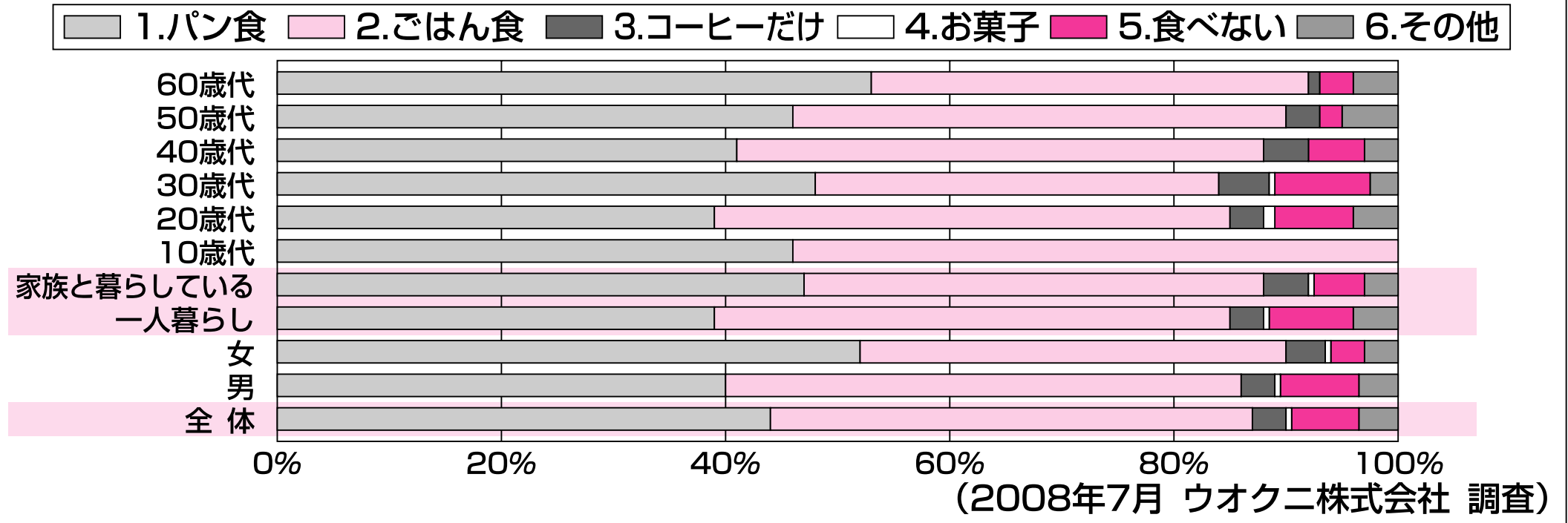


# Stop! ざ・メタボNo.16 健康意識調査の結果 その7

7月に全国65箇所の2204名のお客様に実施させていただいた「健康意識調査」の結果です。

質問：朝食は主に何を食べておられますか？



パン食とごはん食が半分ずつでした。性別では女性、年代では30歳代にパン食が多くなっています。男性と20歳代ではごはん食が多くなっています。

その他では、野菜や果物・乳製品を積極的に取り入れているというお答えがありました。

朝食は元気の源。パン食でもごはん食でもバランスよく食べましょう。