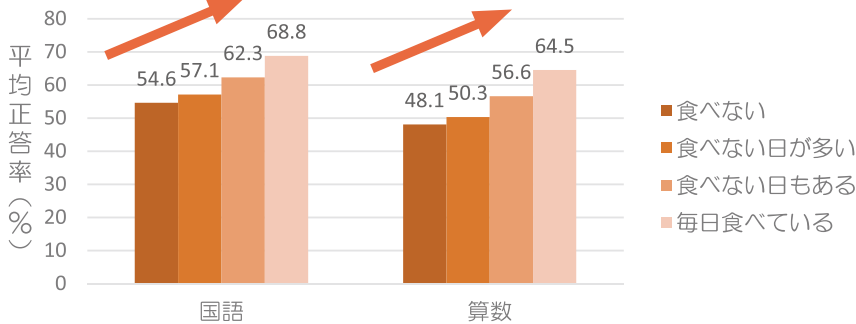


# あさ た しん か 朝ごはんを食べて進化!



## 1. 学力や体力の向上には、朝ごはんを食べる習慣がカギ?!

朝食の摂取と学力調査の平均正答率との関係 (小学6年生)



出典) 文部科学省「全国学力・学習状況調査」(令和5(2023)年度)  
(質問)「朝食を毎日食べている」

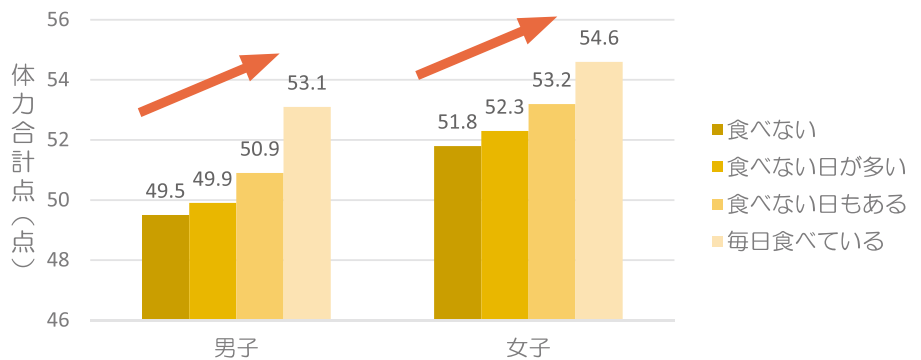
詳しく知りたい方は  
こちら



農林水産省ホームページ  
「朝食を食べるとどんないいことがあるの?」

この2つのグラフから  
朝ごはんを食べる習慣  
がある人ほど、学力  
テストや体力テスト  
の成績が良いことが  
わかります。

朝食の摂取と全国体力調査の体力合計点との関係 (小学6年生)



出典) スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(令和5(2023)年度)  
(質問)「朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)」

## 2. 野洲市の子どもたちは朝ごはんについてどう思ってる?



野洲市の小学5年生と中学2年生の  
約8割が大切と答えています!

出典) 令和4年度 朝食摂取状況調査(滋賀県教育委員会)

## 3. 野洲市の子どもたちの朝ごはんを食べる習慣は?

「朝食を毎日食べていますか」という質問に「時々食べる」「食べない」と答えた

小学5年生は 3.4% → 1%

中学2年生は 6.1% → 3%

まで下げるのが目標

出典) 令和4年度 朝食摂取状況調査(滋賀県教育委員会)



令和5年度 野洲市ほほえみやす21 健康プラン推進委員会 栄養・運動・健診部会  
(事務局: 野洲市健康推進課 TEL 077-588-1788 FAX 077-586-3668)