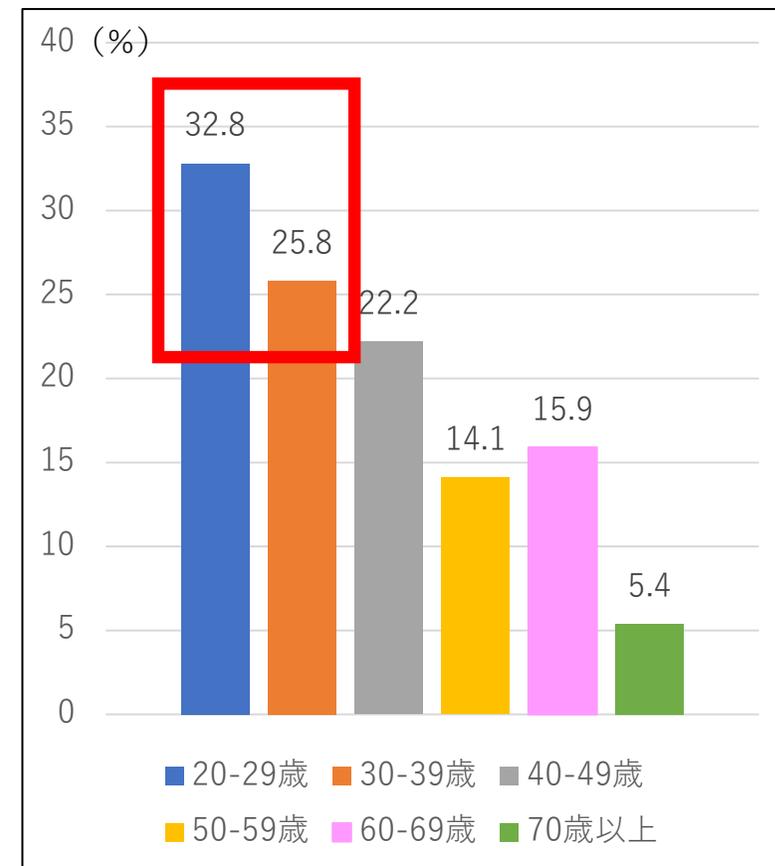
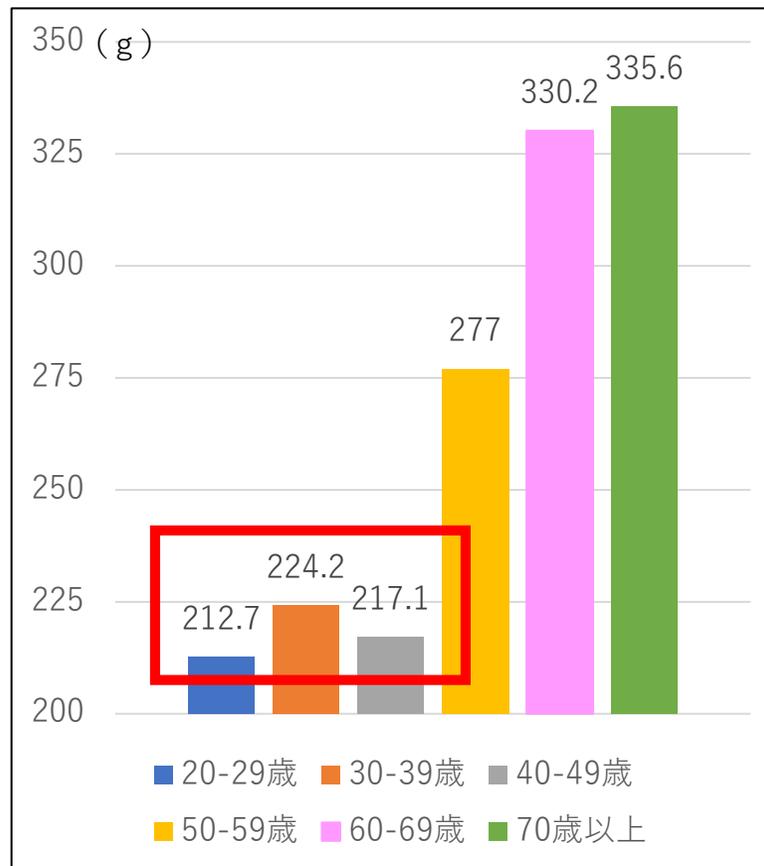
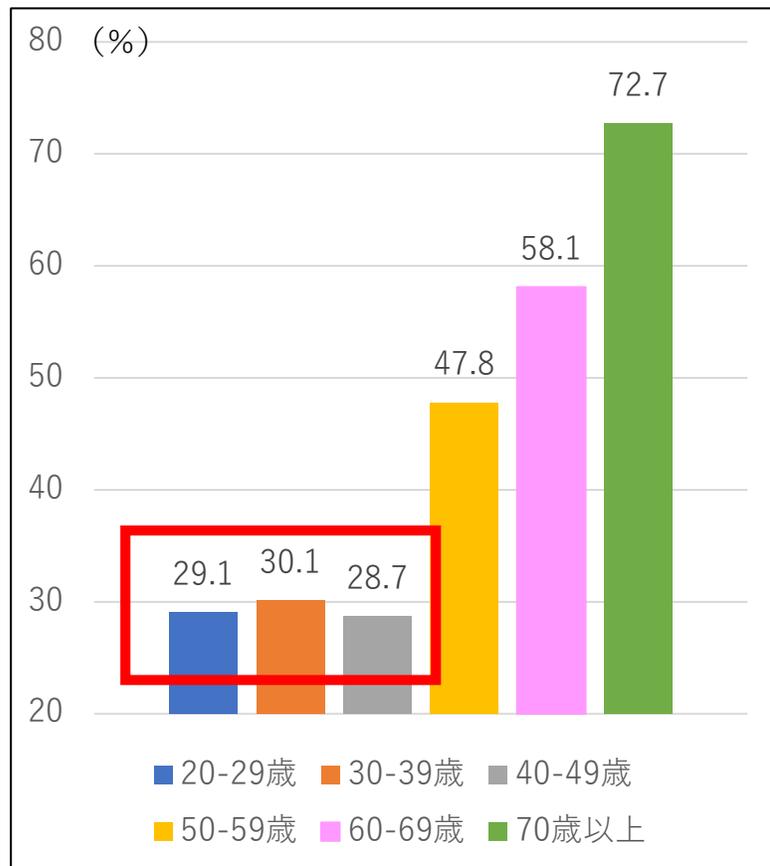


計画に関連する今後の課題 ～若い世代の食生活～

計画指標の評価からみえた課題

埼玉県民の食生活の傾向

若い世代ほど食生活が乱れている



主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を
1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合
(R4~R6 3年平均)

野菜摂取量
(R4~R6 3年平均)

朝食欠食する者の割合
(R4~R6 3年平均)

出典：国民健康・栄養調査（埼玉県分）

課題に関連した令和7年度の取組

1 官民連携による朝食喫食の動画放映

県、大塚製薬株式会社、株式会社ファミリーマートの3者連携により、ファミリーマートの店内デジタルサイネージから朝食摂取を促す啓発動画を配信。



(動画一部抜粋)

2 簡単朝食レシピの考案

材料や調理工程を工夫し、食塩相当量や野菜の量等に配慮した、家庭向けのお手軽朝食レシピを12品作成。



(レシピ写真)



3 朝食の重要性や取組の周知・啓発

- 朝食に関するホームページを開設。
- レシピを県公式クックパッド、ホームページ、彩の国だよりに掲載。
- 県広報アンバサダーにより、朝食摂取の啓発動画をSNSに投稿。



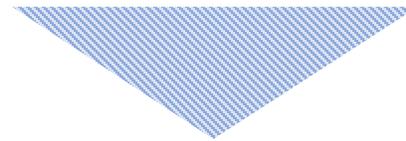
(彩の国だより 2月号抜粋)



(アンバサダー動画一部抜粋)

御議論いただきたい点

若い世代の健全な食生活の実現を図る必要がある



若い世代の食生活改善には、
どのような取組が有効であるか？