

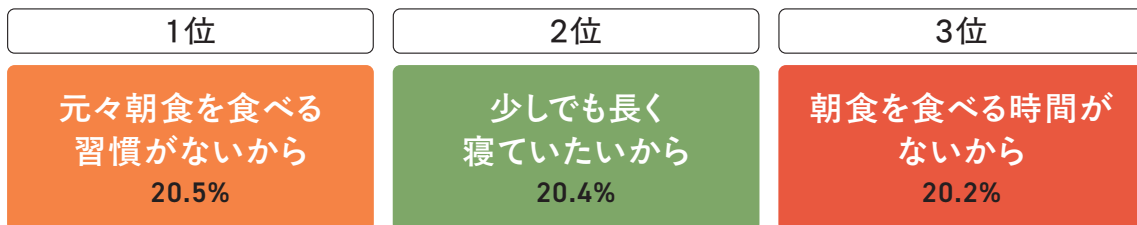


朝食欠食の 3大理由とは

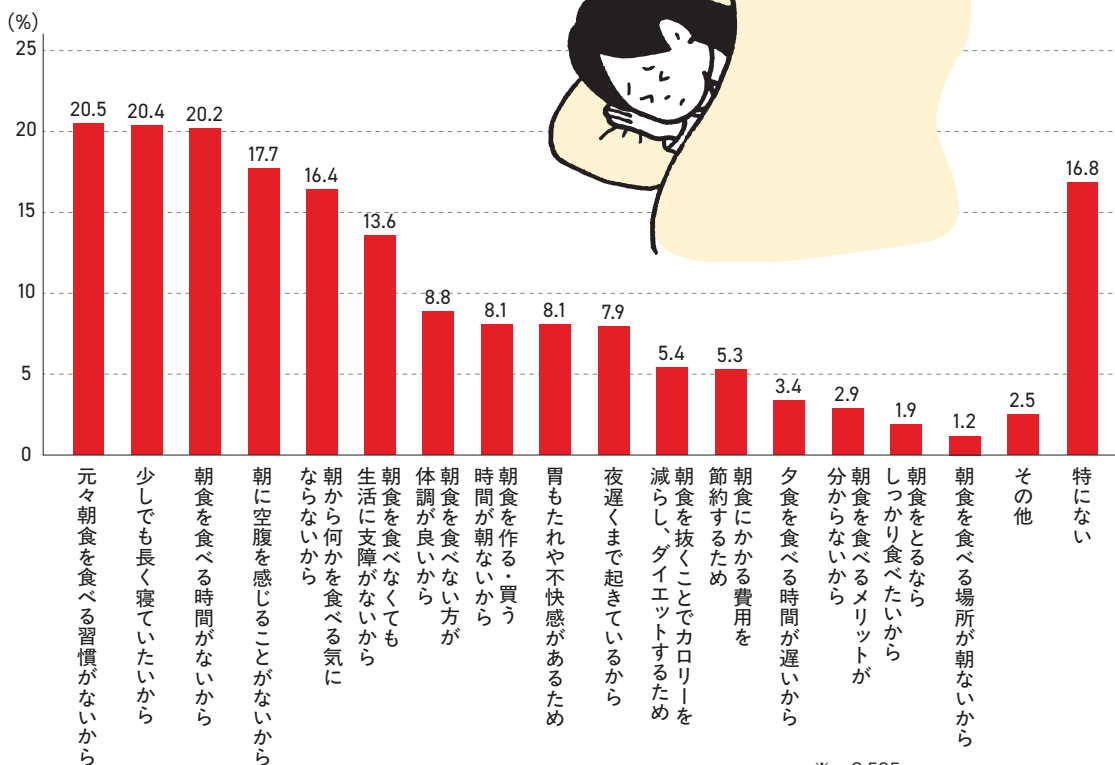


「元々食べる習慣がない」「少しでも長く寝ていたい」は平日・休日ともに朝食欠食理由の上位で、平日は「朝食を食べる時間がないから」が続きます。3大理由に続くのは、「朝に空腹を感じることがないから」「朝から何かを食べる気にならないから」「胃もたれや不快感があるから」「夜遅くまで起きているから」も含めて、生活習慣やリズムとも関係がありそうです。

● 朝食欠食理由TOP3 (平日)



● 朝食欠食理由 (平日)



※n=2,595

※朝食欠食あり、又は、完全欠食者ベース

※複数回答