

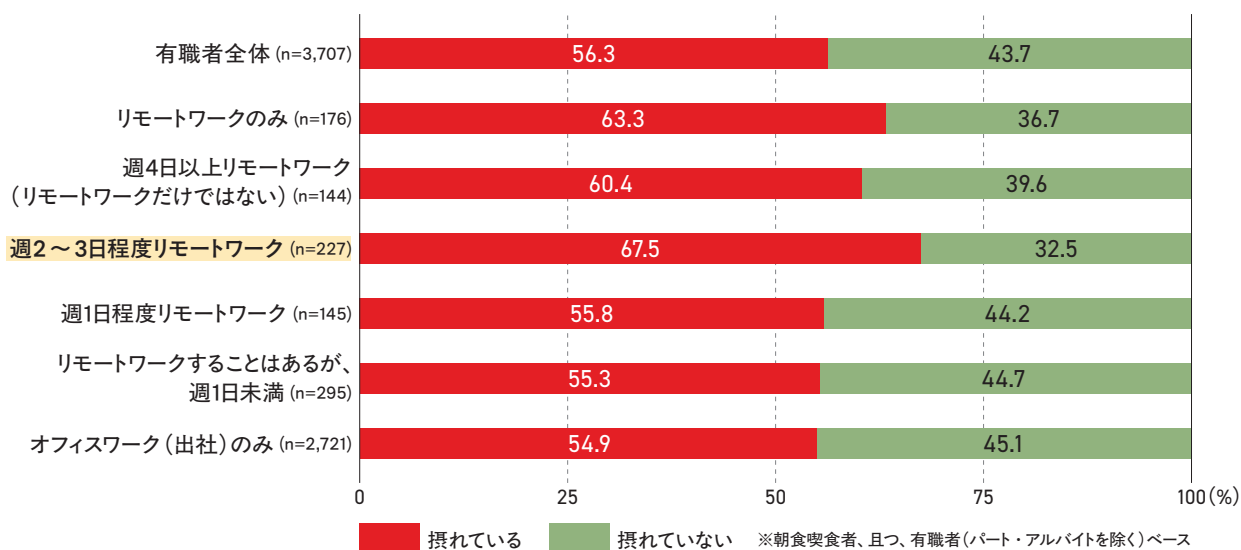


適度なリモートワークが しっかりいい朝食につながる

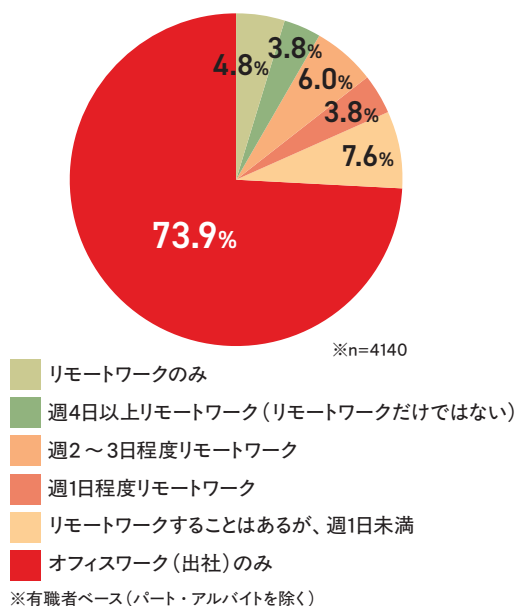


「しっかりいい朝食が摂れている」かどうかをワークスタイル別に見ると、出社比率が高い方が全体的にスコアが低く、「オフィスワークのみ」が最も低い結果となりました。最もスコアが高かったのは「週2～3日程度リモートワーク」をしている人で、「リモートワークのみ」よりも良い結果となっています。リモートワークも「適度」が「しっかりいい朝食」につながるのかもしれません。

● 「しっかりいい朝食が摂れている」人の割合（ワークスタイル別）



● ワークスタイルの状況



有職者のうち、オフィスワーク(出社のみ)派が7割以上と大多数を占めており、リモートワークありの人は4分の1程度となっています。