

# 朝ごはん習慣で未来を切り拓く一中生に！

## 【STEP 1】 学生時代

「規則正しい生活」が脳を活性化させる



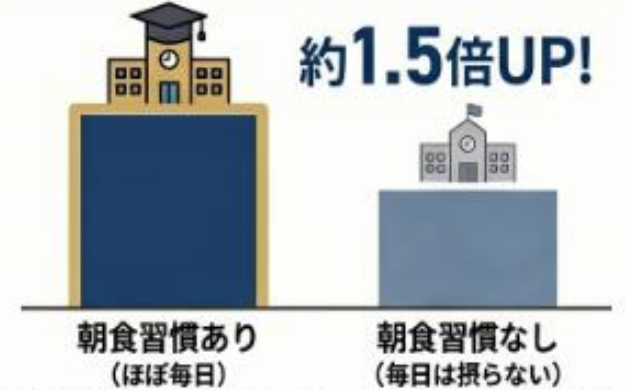
朝食が生活リズムのスイッチとなり、午前中から集中して活動できる体質を作ります。

第一志望への現役合格をグッと引き寄せる



朝食派の現役合格率は74.4%に達し、過半数が第一志望の大学に入学しています。

偏差値65以上の大学合格率が約1.5倍に！



朝食習慣がある学生の29.1%が高偏差値大学に合格しています (習慣なしは19.3%)。

## 【STEP 2】 将来

毎日の朝食が「人生の幸せ度」を決定する



バランスの良い朝食は、仕事の満足度だけでなく経済的な充実感や幸福度も高めます。

勝負の朝は「ごはん+みそ汁」が鉄則！



脳のエネルギー源となるごはん、具たくさん、汁物でパフォーマンスを最大化しましょう。

年収1,000万円以上のビジネスマンは8割が朝食派



高収入や「勝ち組」意識を持つ層の多くが、学生時代から朝食習慣を継続しています。