

平成26年6月中旬の「おすすめ野菜」

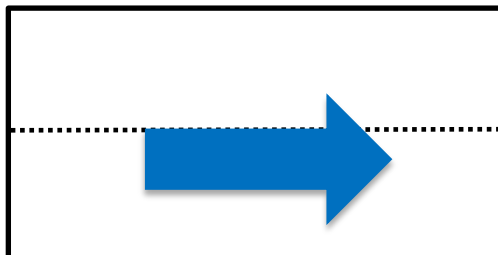
野菜の供給と価格は、季節や天候等によって大きく変化します。その中で比較的価格が落ち着いて推移し、食べごろである野菜のうちから数品目を、「おすすめ野菜」として紹介します。

6月中旬の「おすすめ野菜」は、次のとおりです。

今後の卸売価格動向

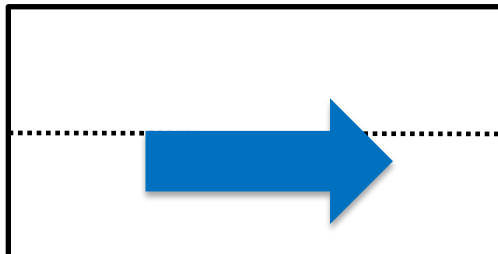
(点線は、平均価格)

だいこん



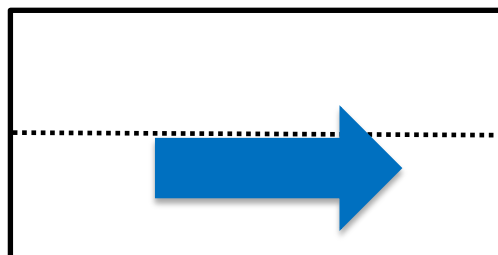
平年を下回って推移

ピーマン



平年を下回って推移

ほうれんそう



平年並みかやや下回って推移

なお、主要な野菜の需要・価格動向についての詳細は農畜産業振興機構ホームページ「[野菜の需給・価格動向レポート](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html)」に掲載しています。
http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html

野菜足りてますか？

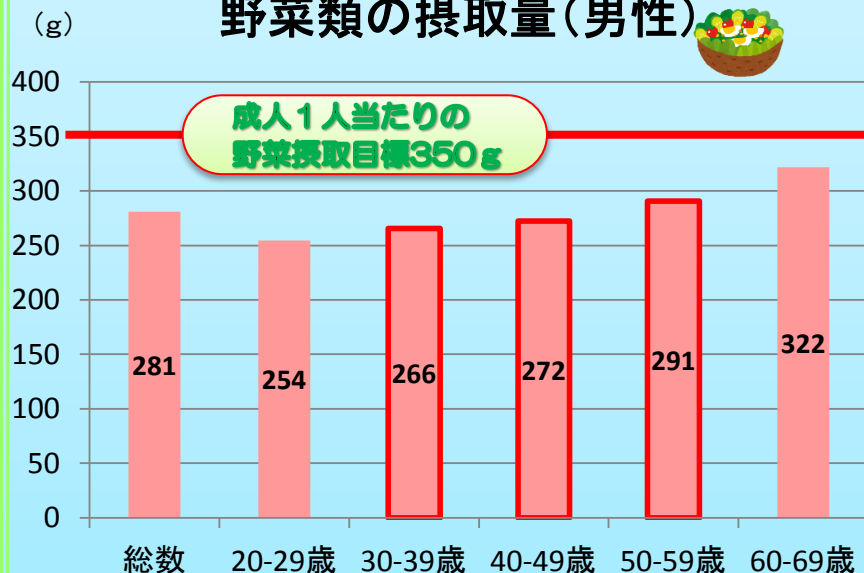
お父さん達の野菜摂取量



6月15日(日)は父の日です。そこでお父さん世代の野菜摂取量を調べてみました。年代が上がるにつれ、野菜の摂取量が増えていることが分かります。しかし、野菜の摂取目標量350gにはどの世代も届いていません。

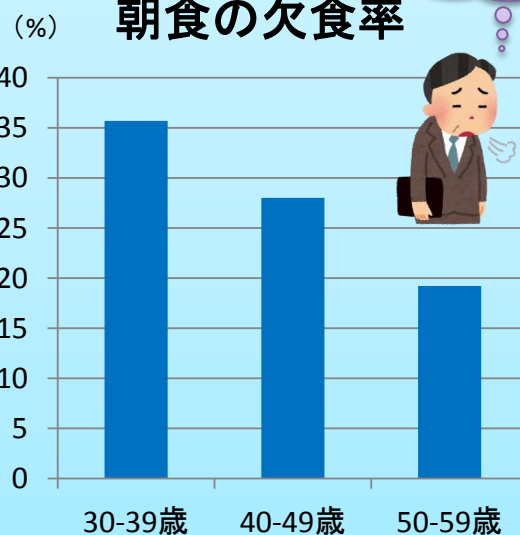
また、1日の食生活を見てみると、朝食を食べないお父さん世代が多く、昼食の欠食率も女性に比べて多いことが分かりました。毎日のお仕事に追われて食事をする時間が無いお父さんが多いのでしょうか。ぜひ朝食から野菜をたっぷり食べて、いつまでも健康なお父さんでいてください♪

野菜類の摂取量(男性)



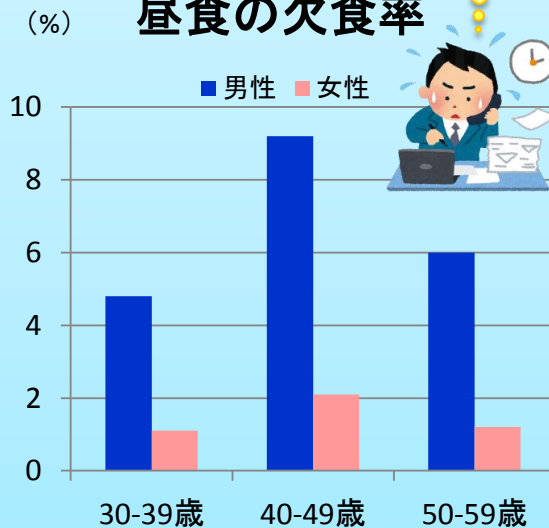
成人1人当たりの
野菜摂取目標350g

朝食の欠食率



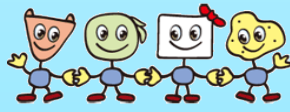
昨日飲み過ぎて
食欲ないな...

昼食の欠食率



お腹減った...

参考:厚生労働省「平成24年国民健康・栄養調査報告」より
食品群別摂取量(年齢階級別、平均値)
朝、昼、夕別にみた1日の食事状況



●ご意見・ご要望をこちらまでお寄せください。
©発行元 独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部需給業務課
TEL 03-3583-9483 <https://www.alic.go.jp/form/vegetan.html>

●この「おすすめ野菜」は、下記のURLに掲載しています。 http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_osusume.html