

【参考文献】

- 菊池 眞帆ほか：女子大学生における朝食欠食と食物摂取の関連日本スポーツ健康科学誌, 1(1), 41-49 (2014)
- 中井 あゆみほか：首都圏における女子大学生の朝食欠食と健康的生活行動との関連, 日本食育学会誌, 9(1), 41-51 (2015)
- 丸山 広達ほか：地域住民における朝食欠食と循環器疾患危険因子との関連についての横断的検討 Circulatory Risk in Communities Study, 日本循環器病予防学会誌, 50(1), 14-26 (2015)
- 矢野 義記ほか：朝食欠食と肥満に関する検討 朝食欠食する肥満者の食事摂取状況の特徴, 総合健診, 35(3), 317-323 (2008)
- 山本 美紀子ほか：青年期女子の栄養素等摂取量および食品群別摂取量に及ぼす朝食欠食の影響, 健康支援, 8(2), 97-105 (2006)
- Umemura Utako et al. : 食事が日本人男女大学生の血清脂質, 脂肪酸, 血圧に及ぼす影響 (Possible Effects of Diets on Serum Lipids, Fatty Acids and Blood Pressure Levels in Male and Female Japanese University Students), Environmental Health and Preventive Medicine, 10(1), 42-47 (2005)
- Tatsuya KOYAMA et al. : Relationship of Consumption of Meals Including Grain, Fish and Meat, and Vegetable Dishes to the Prevention of Nutrient Deficiency: The INTERMAP Toyama Study, Journal of Nutritional Science and Vitaminology, 62(2), 101-107 (2016)
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jnsv/62/2/62_101/_pdf/-char/en (2025 年 6 月 11 日)
- Xiumei Ma et al. : Skipping breakfast is associated with overweight and obesity: A systematic review and meta-analysis, Obesity Research & Clinical Practice, 14(1), 1-8 (2020)
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1871403X19305472?via%3Dihub> (2025 年 6 月 11 日)
- 関野 由香ほか：食事時刻の変化が若年女子の食事誘発性熱産生に及ぼす影響, 日本栄養・食糧学会誌, 63(3), 101-106 (2010) https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsnfs/63/3/63_3_101/_pdf/-char/ja (2025 年 6 月 11 日)