

食塩の摂りすぎは 胃がんのリスクを 高める！？



食塩摂取量が増えるに
従い、胃がんのリスクが
高くなるという報告があり
ます。
減塩生活はじめてみませ
んか？



第3次みやぎ21健康プラン目標値：男性**7.5g**未満

女性**6.5g**未満

参考：日本人の食事摂取基準（2025年版）

健康チャレンジウィーク参加中！！

事業所名：

宮城県仙南保健所