

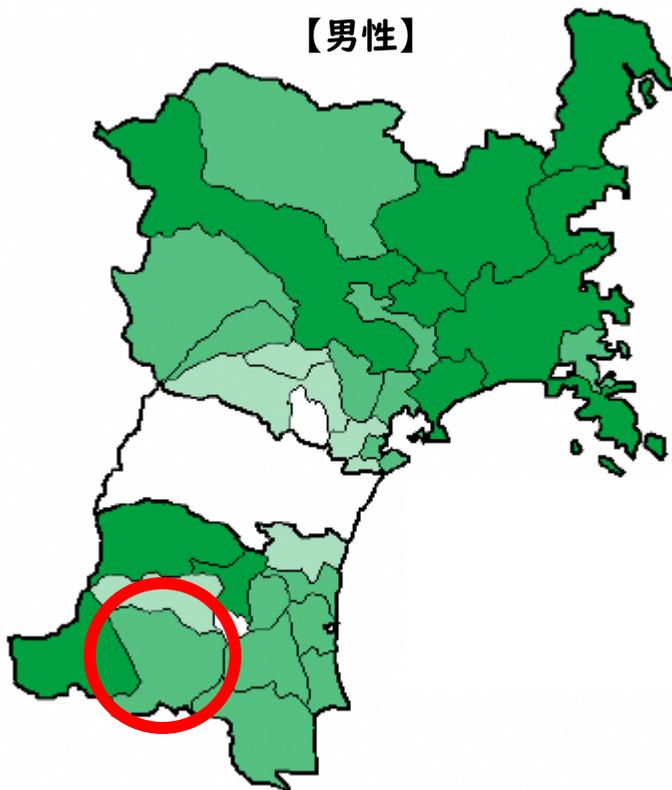
# 宮城県の男性は塩分摂取量、全国ワースト1位!



(平成28年の国民健康栄養調査結果より)

宮城県男性の1日食塩摂取量は11.9g。全国で1番多く塩分をとっており、目標量(男性は7.5g)よりも、4g以上も多いです。塩分のとりすぎは高血圧をまねきます。平成29年度の特定健診の結果から、白石市は、高血圧の方の割合が多いことが分かりました。高血圧は、重症化すると脳血管疾患や心疾患を引き起こし、要介護や死亡の原因となります。この機会に減塩してみませんか?

【特定健診結果で収縮期血圧130mmHg 又は拡張期血圧85mmHg 以上の方の割合】  
(市町村国保+協会けんぽ)



緑色が濃いほど血圧が高い  
方の割合が多いことを表  
しています。

出典：データでみるみやぎの健康  
令和元年度版より



※今回同封した『減塩温麺』は、白石市が実施している「減塩プロジェクト」の一環でお配りしている試供品です。

作成：白石市保健福祉部健康推進課