

宮城県は

塩分  
取りすぎ!  
待ったなし!



1日あたりの**塩分摂取量**が男女とも全国上位!

男性 **ワースト1位**

摂取量  
11.9g

女性 **ワースト13位**

摂取量  
9.4g

(全国平均 男性:10.8g 女性:9.2g)

**40歳以上**  
の方は  
**特定健康診査**

様々な病気予防の  
ためにも、きちんと  
**健診・保健指導を**  
受けましょう!



**75歳以上**  
の方は  
**健康診査**

宮城県保険者協議会

(宮城県・市町村国保・国保組合・後期高齢者医療広域連合・全国健康保険協会・健康保険組合・共済組合の各医療保険者)