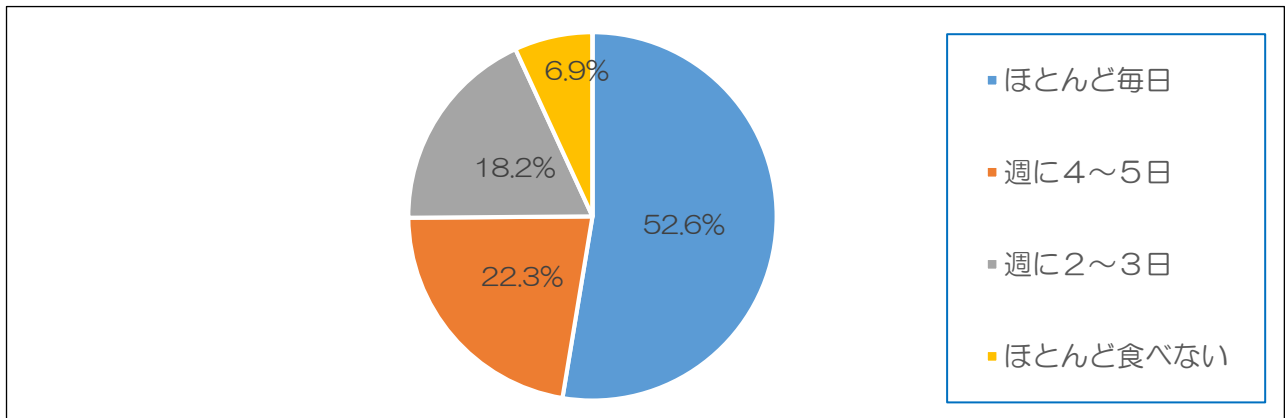


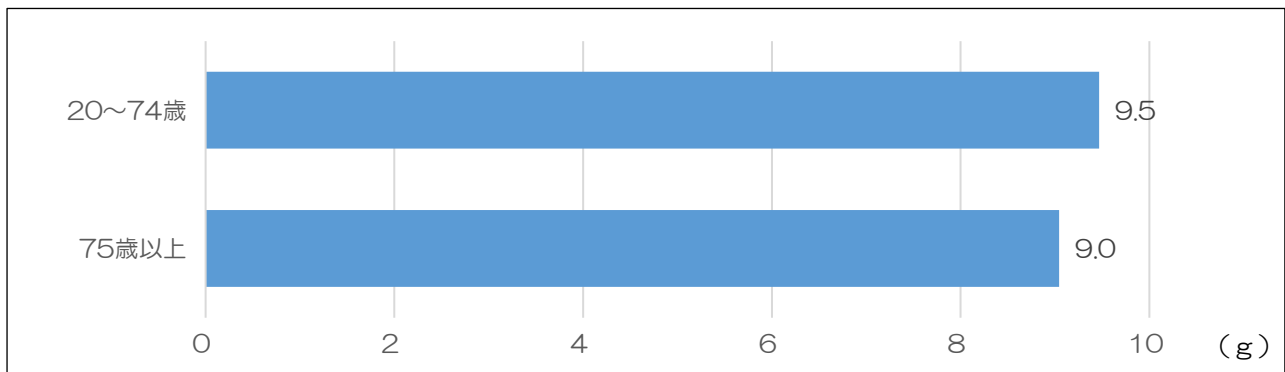
■主食・主菜・副菜をそろえた食事をする頻度



資料：R6 市民健康意識調査（回答数：422人）

主食・主菜・副菜をそろえた食事をほとんど毎日とっている人は52.6%、週に4~5日の人は22.3%、週に2~3日の人は15.2%、ほとんど食べない人は6.9%です。

■推定塩分摂取量



資料：R5 久慈市健診実績（回答数：4,005人）

推定塩分摂取量は、20~74歳では9.5g、75歳以上は9.0gです。