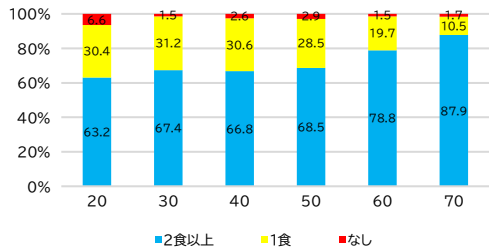


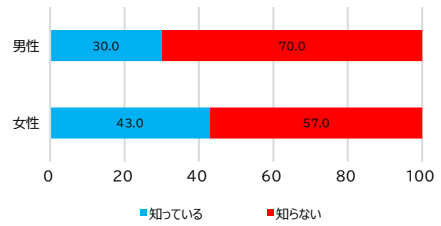
# 「岐阜市健康基礎調査」から見える食生活の課題

主食・主菜・副菜のそろった食事の頻度



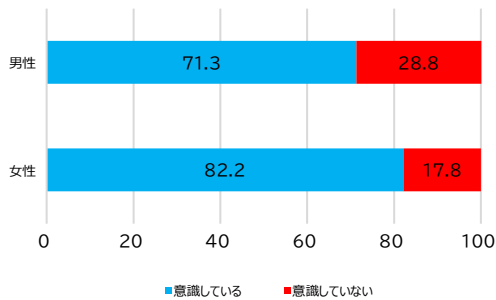
若年層になるほどバランスの良い食事の頻度は低くなる

1日あたりの望ましい食塩摂取量を知っていますか



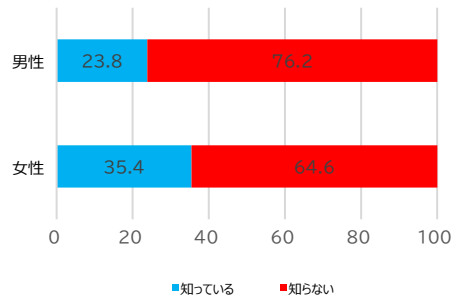
1日あたりの望ましい食塩摂取量を知らない人の割合が多い

野菜を意識して多く食べるようにしていますか



野菜を意識して多く食べるようにしている人の割合が7割以上ある一方、1日あたりの望ましい野菜摂取量を知らない人の割合が多い

1日あたりの望ましい野菜摂取量を知っていますか



(出典:岐阜市健康基礎調査)