

手に取ってくださり
ありがとうございます

いつまでも健康で
自分らしくいるために
減らそう、塩分

↓ 答え ↓

クイズ Q1 答え

① 高い

(日本人の平均摂取量 9.8g)

【令和5年度国民健康・栄養調査より】

↓ 答え ↓

クイズ Q2 答え

① ② ③ 全部