

始めよう、続けよう!!

減塩 は自分でできる簡単健康法

減塩

脳血管疾患

腎臓病

心疾患

高血圧

胃がん

館山市マスコットキャラクター

ダッペエ

©studio crocodile・館山市

1日の塩分摂取量は、
男性7.5g未満、女性6.5g未満
(血圧の高い方は6g未満)が目標です!

【お問合せ】館山市役所 健康課(コミュニティセンター2階) ☎0470-23-3113