

無料

毎月**17**日は「減塩の日」
4月は減塩の強化月間です！

4/24(水)イベント開催

☑塩分量チェック

料理に含まれる塩分はどの程度わかりますか？

1日の塩分摂取量は、高血圧症の方は6g未満に
抑えることが推奨され、

減塩により高血圧が改善することが証明されています。

この機会に塩分量を見直してみましょう。

