

# 6月は「食育月間」です！

— あなたの食習慣を見直してみよう —

## ご存じですか！？ 福島県健康指標

### メタボ該当者

全国ワースト **4** 位  
R2特定健診データ

### 食塩摂取量

全国ワースト **2** 位  
H28国民健康・栄養調査

### 高血圧該当者

全国ワースト **8** 位  
H26患者調査（受療率）

### 糖尿病該当者

全国ワースト **8** 位  
H26患者調査（受療率）

### 急性心筋梗塞の死亡率

全国ワースト **1** 位

H27人口動態統計・年齢調整死亡率（人口10万対）

福島県健康指標は、**“ヤバい”** 状況です！！

こうした生活習慣病の予防には、毎日の食習慣のちょっとしたコツを知ることが大切です！  
あなたの食習慣を手軽に改善できる**“具体的なアクション”**を**2**つお知らせします！