

ご存じですか？

ナトカリ



©宮城県・旭プロダクション

食塩に含まれる**ナ**トリウムは血圧を上げ、
カリウムは血圧を下げる働きがあります。
ナトカリを整えて、高血圧を予防しましょう。

野菜や果物を**プラス**
カリウム **+**



食塩を**マイナス**
ナトリウム **—**

健康チャレンジウィーク絶賛参加中!!

事業所名:

宮城県仙南保健所

詳しくは
こちら→

