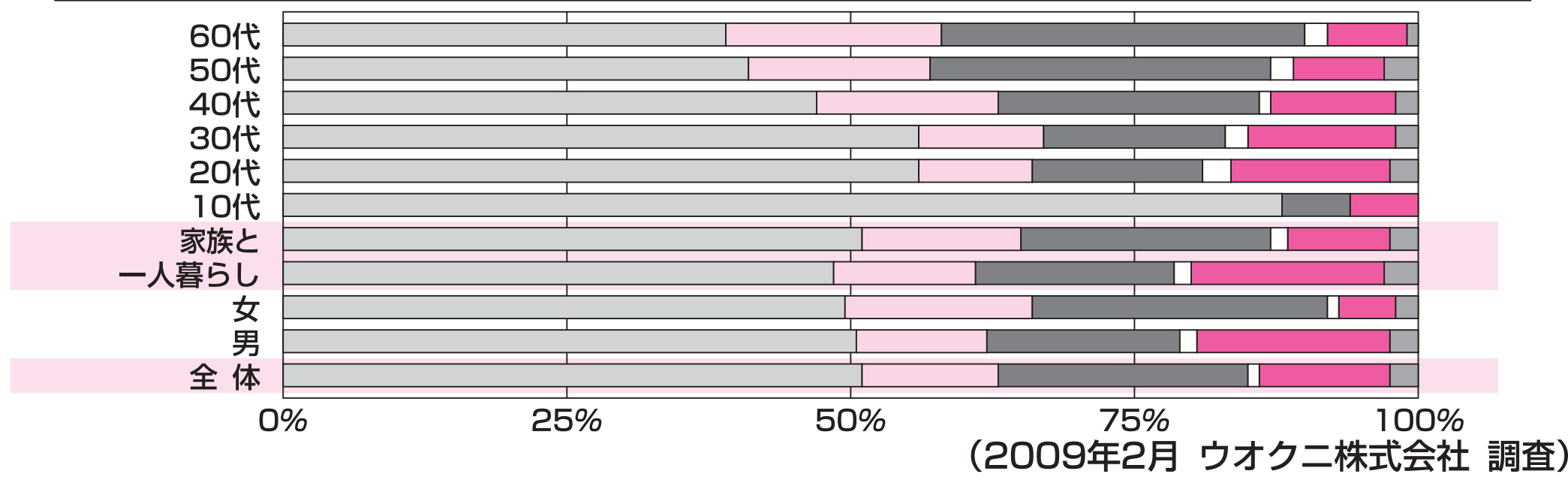


Stop!ざ・メタボNo.28 Stop!ざ・メタボ キャンペーン 結果その9

2008年4月に「特定健康診査」が開始され、ウオクニではメタボリックシンドロームに関する情報をご提供させていただきました。同年7月にお客様に「健康意識調査」を実施し、2009年2月に再度同じ調査を行い、情報提供がお客様の健康づくりにお役立ていただけたかどうかを調査しましたので、結果をご紹介します。

質問：献立で何をチェックされますか？

1.料理名 2.栄養価 3.バランス 4.アレルギー 5.見ない 6.その他



回答では「栄養価」をチェックするとの回答が約12.5%、「バランス」が約25%ありました。健康づくりのためにはバランスのよい食事が基本です。バランスコマで「主食：副菜：主菜=2：2：2」が理想的です。食事のバランスをチェックしてみましょう。