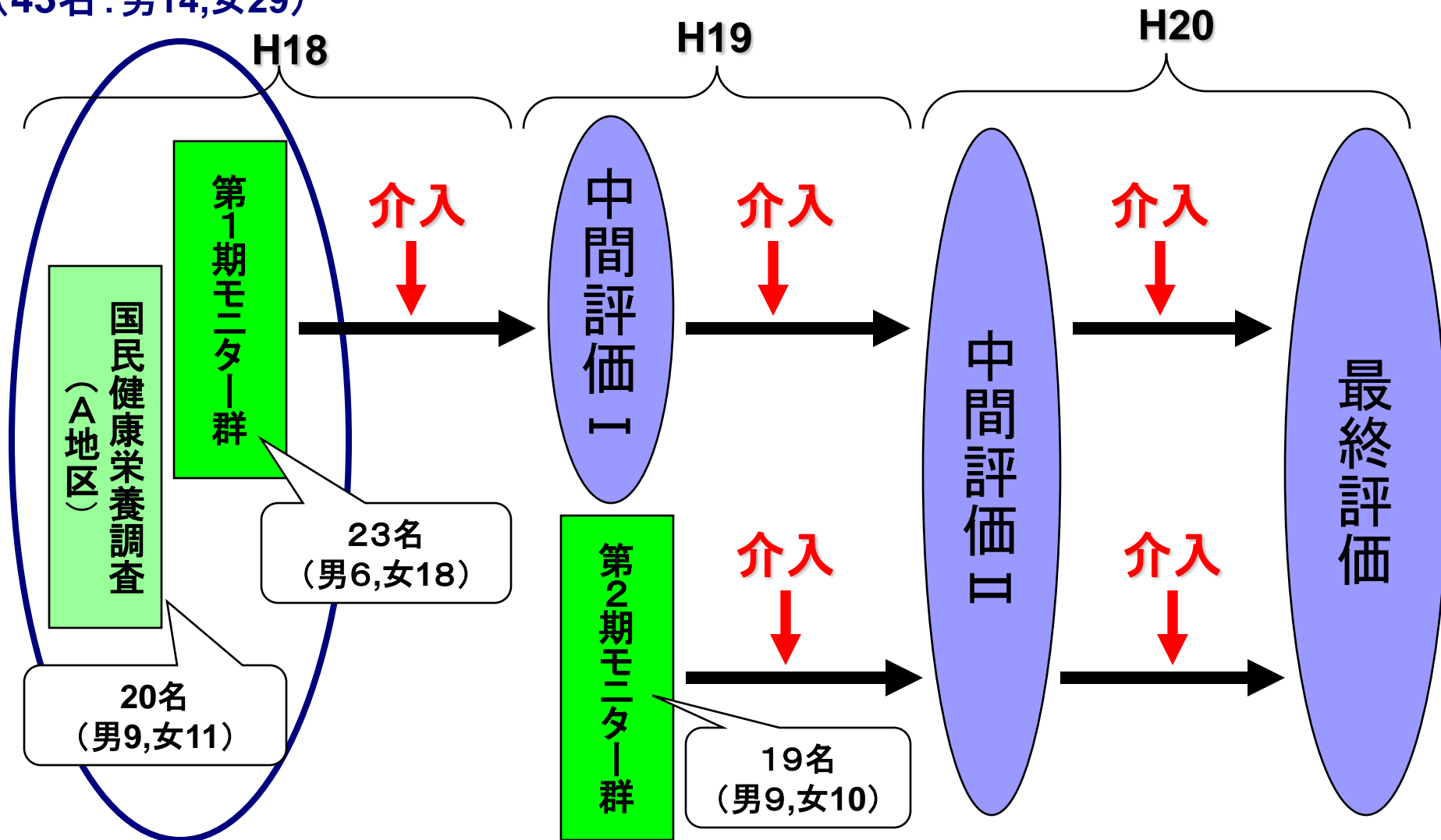


プロジェクト進行図

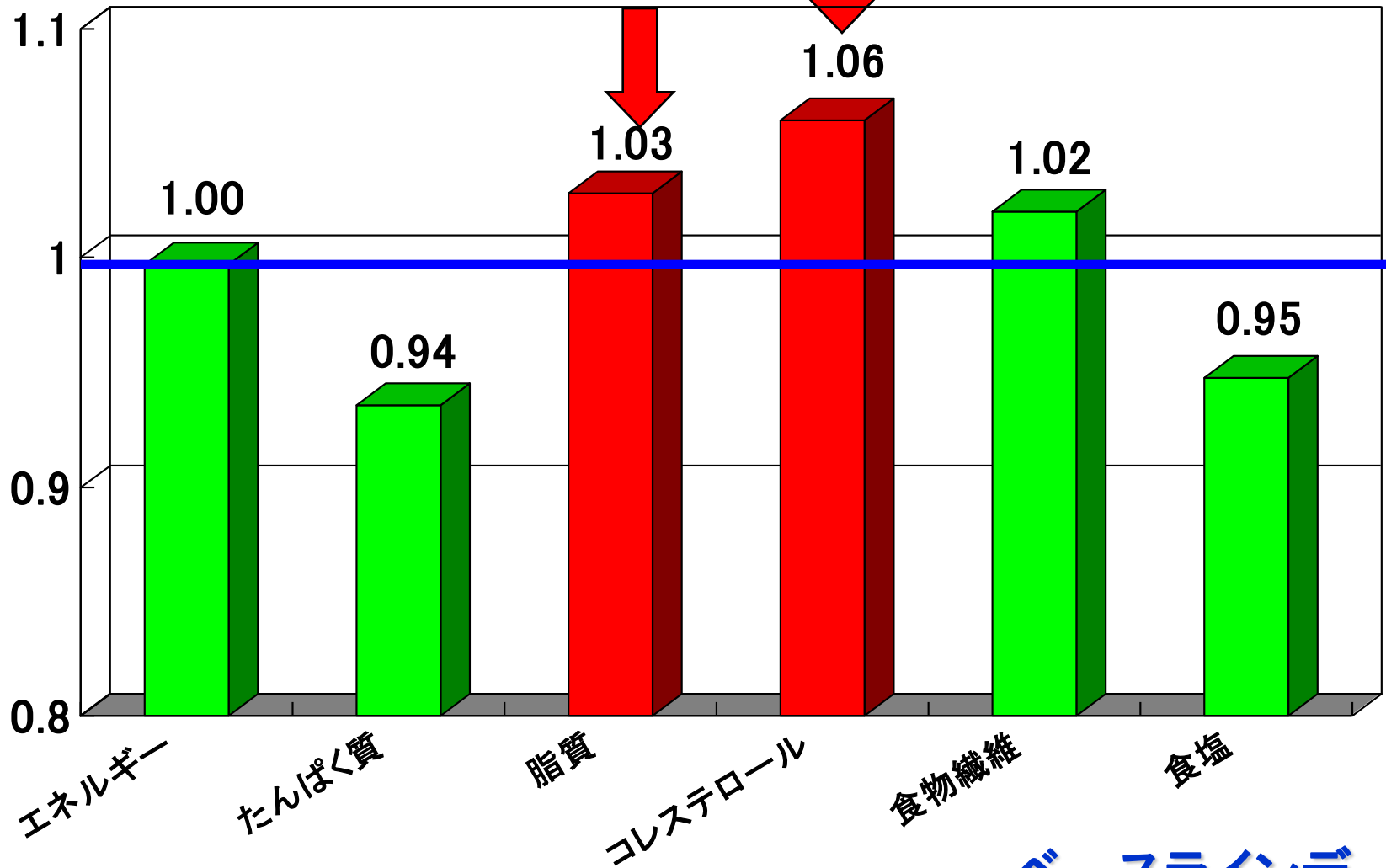
ベースライン

(43名: 男14, 女29)



脂質・コレステロール摂取が多い

長野県との比較

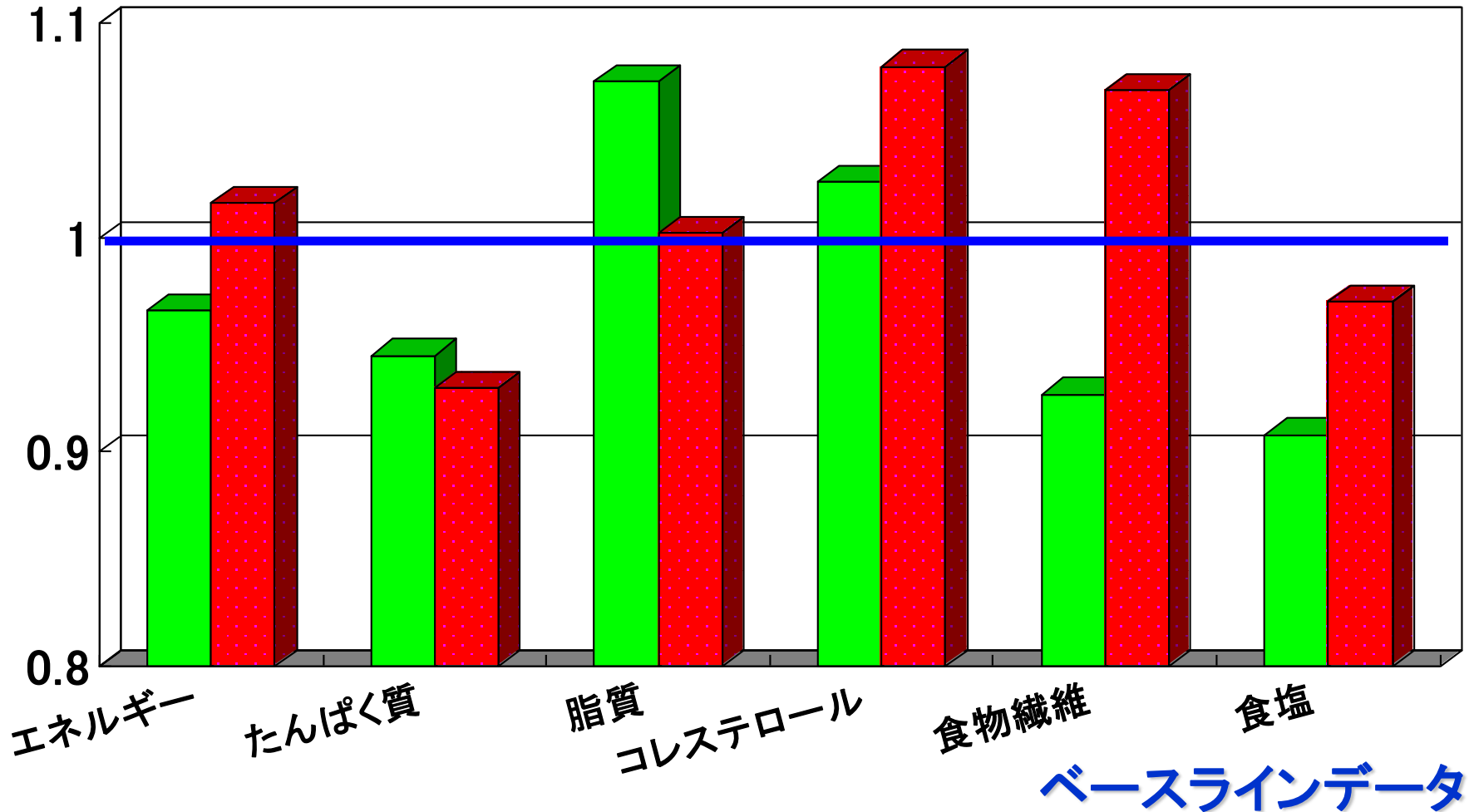


ベースラインデータ

栄養素の摂取量は男女差が大きい

長野県との比較(男女別)

■ 男性 ■ 女性



介入方法

集団対象

- ・講話(減塩・運動・食事内容)
- ・体験(減塩料理の試食)
- ・食事指導・グループワーク

個人対象

- ・みそ汁の塩分濃度測定
- ・個人の状況に応じた食事指導

評価方法

- ・FFQによる食事評価
- ・24時間蓄尿
- ・アンケート調査
- ・血液生化学検査

介入前後での変化