

日本人は1日に何をどれ位食べている？

-2016年 国民健康・栄養調査の結果から-

日本人成人の1日あたりの摂取量



お年寄りと若い人で食事内容が違う!?

現在、若い人はお年寄りよりも食事の内容がよくないことが調査で分かっています。

例えば、野菜の摂取量は...

