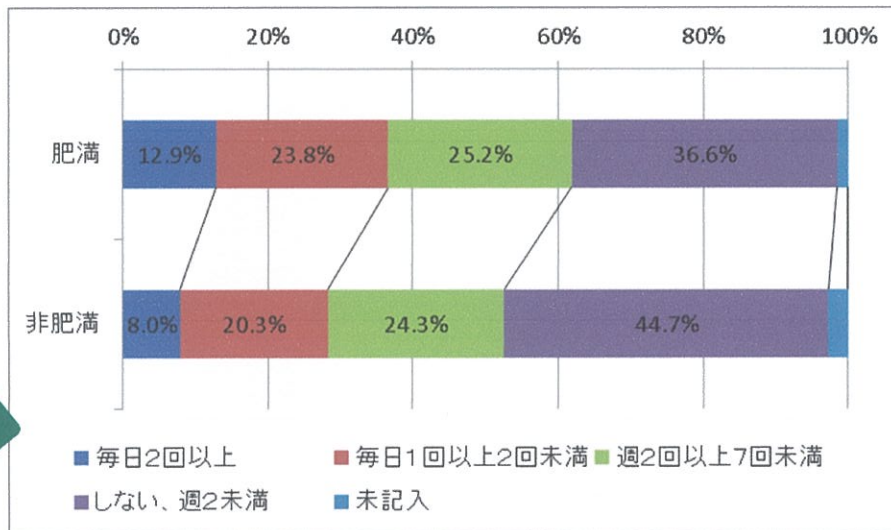


# 間食の食べ過ぎ 注意！

肥満の方は、間食の頻度が多い傾向があります。  
 「毎日2回以上」摂取する割合は、肥満者では、非肥満者の1.6倍、  
 「毎日1回以上2回未満」の割合も非肥満者の1.2倍多い状況です。



(平成26年度京都府壮年期男性食生活アンケート調査)

