

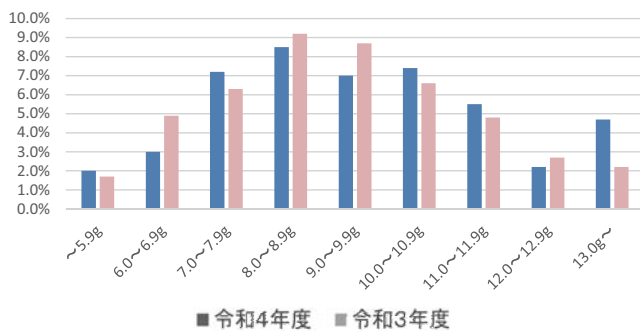
総合健診時における尿中塩分量測定結果について

下表は、令和3年度と令和4年度春に行われた尿中塩分量測定結果で男女別の塩分量率分布です。令和4年度について、男性は8.0～8.9gの人数が多く、女性は9.0～9.9gが多い結果となっています。

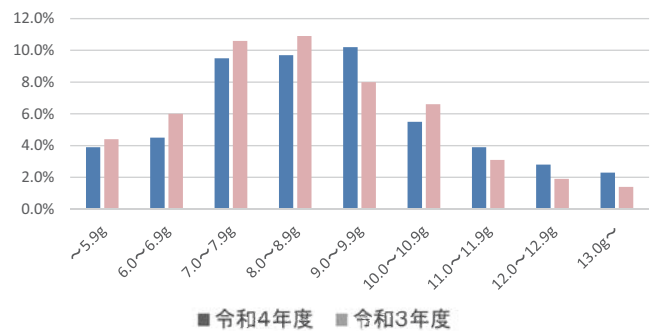
男性	～5.9g	6.0～6.9g	7.0～7.9g	8.0～8.9g	9.0～9.9g	10.0～10.9g	11.0～11.9g	12.0～12.9g	13.0g～
令和4年	2.0%	3.0%	7.2%	8.5%	7.0%	7.4%	5.5%	2.2%	4.7%
令和3年	1.7%	4.9%	6.3%	9.2%	8.7%	6.6%	4.8%	2.7%	2.2%

女性	～5.9g	6.0～6.9g	7.0～7.9g	8.0～8.9g	9.0～9.9g	10.0～10.9g	11.0～11.9g	12.0～12.9g	13.0g～
令和4年	3.9%	4.5%	9.5%	9.7%	10.2%	5.5%	3.9%	2.8%	2.3%
令和3年	4.4%	6.0%	10.6%	10.9%	8.0%	6.6%	3.1%	1.9%	1.4%

尿中塩分量(男性)



尿中塩分量(女性)



令和4年度最高値が、男性は80歳代で18.3g、女性は80歳代で18.6gでした。塩分の正常範囲は、**男性は7.9g**以下、**女性は6.9g**以下です。自分の健診結果をもう一度見返し、日常の減塩生活に努めましょう。

毎月第1水曜日の午後に保健福祉センターにおいて「何でも健康相談」を行っています。食事内容や栄養の相談、血圧測定、尿検査などができますので、お気軽にご利用ください。

会津若松税務署からのお知らせ

■確定申告書の作成・送信は国税庁ホームページから！

国税庁ホームページ『確定申告書等作成コーナー』をご利用いただくと、ご自宅のパソコン・タブレット・スマートフォンから24時間いつでも申告書を作成できます。

作成した申告書は、e-TAXで送信（ID・パスワード※1又はマイナンバーカード※2）、印刷して郵送のいずれかにより提出できます。詳しくは、国税庁ホームページ（www.nta.go.jp）をご確認ください。

※1 ID・パスワードは事前登録が必要です。既に確定申告会場等で取得されている方もいますので、申告書の控えをご確認ください。

※2 マイナンバーカードでの送信は、パソコンからのみご利用できます。また、別途ICカードリーダーライター又はマイナンバーカード読取対応のスマートフォンが必要です。



◆問い合わせ先 会津若松税務署 ☎ 0242-27-4311