

DANGER

生活習慣病

純アルコール量



生活習慣病のリスクを高める飲酒量

純アルコール量 40g ※女性はその半分



ビールなら
500ml 缶

※アルコール 5% の場合

2 本



泡盛 なら

※アルコール度数 30 度 の場合

1 合

健康づくりのヒントがいっぱい! 詳しくは [健康おきなわ 21](#) [検索](#)

[健康おきなわ 21](#)

お問い合わせ先:
沖縄県保健医療部健康長寿課 TEL098-866-2209