

表4 改善率一覧

摂取群 (/日)	血小板凝集 抑制	8-OHdG 生成量減少
緑黄色野菜 350g	↓	↑ ↑ ↑
その他野菜 350g	↑	→
緑黄色野菜 350g + 点数指定	↑ ↑	↑ ↑ ↑
その他野菜 350g + 点数指定	↑	↑ ↑ ↑
推奨値野菜量※ 350g + 点数指定	↑ ↑ ↑	↑ ↑ ↑
推奨値野菜量※ 350g	↑	↑ ↑

※ 推奨値野菜量は緑黄色野菜120g+その他の野菜230g

改善率(%)	1.0 ~ 5.0 %	↑	-1.0 ~ -5.0 %	↓
	5.1 ~ 10.0 %	↑ ↑	-5.1 ~ -10.0 %	↓ ↓
	10.1 % 以上	↑ ↑ ↑	-10.1 % 以下	↓ ↓ ↓