



11月23日は

「ちよび塩サミット」

ちよび塩がスタートしたのは平成23年。開始当初は「減塩はおいしくない」「減塩だと料理が傷む」など、厳しいお言葉もたくさんありました。

あれから8年…、少しずつですがちよび塩の必要性も伝わり、黄色のちよび塩ポロシャツがトレードマークの私たちに「がんばって!」と声援を送ってくれる方も増えました。そんなちよび塩活動を町全体で盛り上げ、楽しみながら減塩に親しむ「ちよび塩サミット」を開催します。皆さん、奮ってご参加ください!

誕生!ちよび塩エクササイズ

この8年間で、ちよび塩シンボルマークやちよび塩ソング、ちよび塩ダンスが生まれ、たくさんのお目見えしました。皆さんも

一度は、目や耳や手に触れたのではないでしょうか?

今回新たに「ちよび塩エクササイズ」が誕生しました! 軽快なリズムにあわせ、手足の屈伸や体を前後左右に曲げて結構筋肉を使います。ぜひ一度、ちよび塩エクササイズを体験し、少し凝った体をほぐしてみませんか? マウンテンマウスの歌声にあわせ、サミット会場で皆さんにお披露目します。

目玉は「素材の祭典」

今回のお楽しみは「素材の祭典」。ちよび塩の秘訣でもある旬の素材の旨みや味わいを楽しめる物産コーナーも開店します。

何と言っても注目は、全国減塩料理コンテスト※の最終決勝に選ばれている本町考案の「サバ缶を使ったカラフルベジランチ」の登場。この他にも、ちよび塩認定第1号商品の「ちよび塩ココモコ丼」も

楽しめます。何が出るかは来週のお楽しみ♪どうぞご期待!

※国の専門機関である「国立循環器病研究センター」が主催する減塩レシピ大会

ちよび塩サミット in 周防大島

・日時
11月23日(土)・(祝)
午前9時30分〜午後2時

・場所
大島文化センター周辺
○参加記念品やクイズに答えて減塩グッズをプレゼント

●ちよび塩クイズ

ちよび塩ココモコ丼1食の食塩量は2・2gです。次の内、食塩2・0g前後のものはどれでしょう
①カレールウ1かけ(20g)
②塩さば半身(130g)
③麦みそ大さじ1杯(18g)
(答えは11ページに掲載)

■問い合わせ

健康増進課 健康づくり班
☎0820(73) 5504

めざせ!
かしこい消費者

SNSを通じた「個人間融資」で借入れをするのはやめましょう

相談

SNSで「個人で融資します」という書き込みを見た。現金が必要なので借りたいが、どのようなことに気を付けたら良いか。

アドバイス

SNSなどを通じた「個人間融資」で、見知らぬ相手からの借入れはしないことです。

ワンポイント講座

SNSや掲示板サイトなどで「個人間融資」の投稿や書き込みを見て、見知らぬ相手から一時的に借入れができたとしても、高額の利息の支払いを求められることがあります。「個人間融資」を掲げていても反復継続の意思をもって金銭の貸付けを行う場合には、貸金業法に基づく登録が必要です。

高金利で貸し付けられて返済に困るおそれがあるほか、個人情報が悪用されるなどのトラブルに巻き込まれる危険性があるため、SNSや掲示板サイトなどを通じた「個人間融資」で、見知らぬ相手から借入れをするのはやめましょう。

困ったときは、柳井地区広域消費生活センターまたは山口県消費生活センターに相談してください。

ご相談は…

柳井地区広域消費生活センター
☎0820(22) 2125
山口県消費生活センター
☎083(924) 0999