

新年に誓う!

ちよび塩のさらなる飛躍!

いよいよ新しい年が始まりました。今年度は2度目の東京オリンピックが開催されます。ちよび塩においても活動10年目を迎え、その効果を評価する大事な年。どんな結果が待っているのか、感動のドラマが繰り広げられるのか楽しみです。

●ちよび塩クイズ(答えは17ページ)

この時期のお風呂は格別です。ズバリ! 高血圧の方にはどちらの入浴方法がおススメでしょうか?

①食事の前 ②食事の後



▲減塩レシピコンテスト。90分間の料理対決



▲減塩レシピコンテスト、表彰式の様子。(ちよび塩メニュー作成プロジェクトチーム: 上段右から宮城恵子、竹本よし江、小柳さおり、村井祐佳)

健康増進課 健康づくり班
☎0820(73)5504

祝! 全国第3位

「減塩レシピコンテスト」

先月12月14日、大阪で開催された「全国減塩レシピコンテスト」の最終決勝に参加しました。結果は見事第3位! 本気でグランプリ獲得を狙っていた分、少々早目に名前が呼ばれたショックはありますが、次の活動につながる大きな一歩を踏み出しました! このコンテストに挑むのはこれで2回目。1度目は予選敗退、2度目となる今回は第3位・・・となると次回こそは第1位を目指して精進していきたいと思えます。ホップ・ステップ・ジャンプでさらなる飛躍を目指します。

こんにちは母推です

周防大島町母子保健推進協議会 大島支部

吉兼 和子



母子保健推進協議会は、久賀・大島・東和・橘の各支部で定期的に親子交流会を開催しています。秋のお楽しみ会や、クリスマス会では、3歳6カ月児健診でむし歯がなかったお子さんに、むし歯ゼロっ子表彰を行っています。大人も子どもも、自分の健康な歯でしっかりとんで食べることはとても大切です。歯磨きの習慣は親から子への一生の贈り物となるでしょう。

そして子育ての輪をつなぐ親子交流会が新たな出会いのきっかけとなることを願っています。

今年の親子交流会は各地区から

本当に多くの親子の参加があり、リトミックや読み聞かせ、工作や食推さんの手作りおやつなどを楽しみました。

子育ては、たくさんの驚きと発見の連続です。ご家族が不安や悩みを抱え込まないように、私たち母推は、地域で子育てを見守り、



▶むし歯ゼロっ子表彰の様子