

# 町のよきん③

## ③ 自然と環境にやさしい町

今月号は、③自然と環境にやさしい町の主要事業について紹介します。

### ■久賀・大島地区公共下水道事業 2億3,325万4千円

用水路や公共水域の水質保全、快適な生活環境の保全および定住促進を図るため新たに久賀・大島地区において公共下水道整備を行います。

◆問い合わせ 上下水道課 ☎0820(79)1011

### ■合併浄化槽設置事業 2,211万6千円

下水道未整備地区における合併浄化槽の設置を支援します。

◆問い合わせ 上下水道課 ☎0820(79)1011

### ■公衆トイレ新築事業（実施設計） 181万7千円

公衆トイレを新設し、地域の住環境の整備を行います。

◆問い合わせ 生活衛生課 ☎0820(79)1010



▲安下庄に完成した公衆トイレ (26年度)

### ■前島し尿収集運搬車整備事業 739万8千円

前島地区のし尿収集運搬車を整備します。

◆問い合わせ 生活衛生課 ☎0820(79)1010

しつちよる？ やつちよる？ 健康づくり！  
「ちよび塩」でおいしく元気に！ 28

▼うす味で豊かな「味わい」を楽しもう

うす味に慣れるコツ

人間の味覚（塩味、酸味、苦味、甘味、うま味）の中で「おいしさ」を表すものは「甘味」と「塩味」です。特に、和食文化の日本人にとって「塩味」は慣れ親しんだ「おいしさ」と言えます。

◆よく噛んで味わう  
よく噛むことで、ゆっくり素材そのものの味を楽しむことができます。

しかし、「おいしさ」を「味わう」ためには、味のバランスや組み合わせ、歯ごたえや食感、温度といった口の中の感覚や、彩り、香り、調理の音などの五感を使った刺激がとても重要になります。

◆冷めないうちに食べる  
温かいものが冷めると味を感じにくくなるため、塩やしょう油を足しがちになります。

味の感じ方には嗜好が影響し、大の甘党や脂っこいもの、濃い味を好む方もいますが、それは調味料の味に頼り過ぎていると言えます。

◆外食は控えめに  
外食や総菜の多くは、濃い目の味付けになっています。

うす味に慣れることで、食べ物素材が持つ本来の味やうま味に敏感になります。うす味で豊かな味わいを楽しみ、「ちよび塩（減塩）」に挑戦しましょう。

◆調味料を控える  
少しずつ調味料を控えることで味覚が鋭くなります。砂糖を控えると一緒に使う調味料の量も減ります。

町民アンケートにご協力いただきありがとうございます。まだお持ちの方は、ぜひご返送ください。よろしくお願います。

#### ●ちよび塩クイズ

そうめん1束（乾燥で74g）の食塩量は0.4gですが、つけつゆの食塩量はいくらでしょう。 ※めん6〜7割につゆをつけて食べた場合  
①約0.5g ②約1g ③約2g（答えは15ページに掲載）

