

しゅちよる？ やっちよる？ 健康づくり！

「ちよび塩」でおいしく、運動・活動で元気に！ 54



広がれ！ちよび塩ソング
「アイコトバは「ちよび塩！」

皆さんは、地元が誇る兄妹ユニットのミュージシャン「マウンテンマウス」が軽快なリズムで歌う「ちよび塩ソング」を耳にしたことはありませんか？

この「ちよび塩ソング」は、町民の皆さんに減塩活動を知ってもらい、一緒に広げていくためのテーマソングとして平成25年に制作し、保育園や学校、サークル、商店、イベント、保健事業などを通じて、あらゆる世代の方に「ちよび塩に親しんで欲しい！」との願いを込めて発信しています。

歌詞に「ちよつとだけ、塩減らして、美味しくいただきまーす」とあるように、自然豊かな大島でとれる季節の野菜や魚など、素材本来のおいしさを知るためにも、ちよびつとの塩で味付けし、うまみを感じながら、こころを育み、味覚を育て、自分や家族の健康を守りませんか？

10月15日に橘総合センターで行われる第6回町民健康福祉大会でも披露しますので、ぜひお越しください。

★マウンテンマウスからのメッセージを紹介します

こんにちは！
やまぐちふるさと大使マウンテンマウスまあちゃんです！

周防大島町がちよび塩ソングで子どもたちと一緒にこの曲を広める事に関われてとても嬉しいです！

8月で子育ても一年経ち、改めて食事の大切さを実感している日々を過ごしています。今後も大好きな音楽でちよび塩を広めていけたらと思います！
感謝ありがとうございますの連鎖！

●ちよび塩クイズ

「ちよび塩ソング」同様、ちよび塩を知ってもらう機会として「ちよび塩の日」を掲げ、街頭キャンペーンを行っています。ズバリ！「ちよび塩の日」は毎月何日でしょうか？（答えは13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



沖浦地区では、毎年夏休みを利用して地域の子どもたちと保護者を対象に、「おやこ料理教室」を開催しています。今年もたくさんの参加があり、大賑わいでした。

参加者の中には、小学1年生の頃から毎年皆勤賞で参加してくれた6年生が3名もおり、今年が最後ということで一言ずつあいさつをしてもらいました。「この料理教室に参加したおかげで家での手伝いや学校での調理実習に活かせた」「毎年夏休みの楽しみにしていた」と話してくれ、とても嬉しく思いました。

今年のメニューのひとつであるデコレーション寿司は、低学年の子どもたちも一生懸命盛り付けをし、立派にできあがりしました。食事の際も「おいしい」「苦手な野菜も食べられた」という声があり、笑顔あふれる会となりました。

周防大島町食生活改善推進協議会大島支部

西岡 幸子

