



## だしを上手に活用しましょう

町食生活改善推進員協議会では、12月1日に行われた長島フェスタで、みそ汁の塩分調査を行いました。

みそ汁を飲んでもらい、味の濃淡をどのように感じたか113人に調査しました。結果は次のとおりです。

- ・「薄い」 8人
- ・「ふつう」 79人
- ・「濃い」 26人

調査で使用したみそ汁は、少ない量のみでも味覚を感じやすいよう、昆布とかつおの混合だしを使用し、香り高く調理しました。



現在、町には、多くの高血圧のかたがいます。その原因のひとつとして、「塩分の取りすぎ」が考えられます。

だしを上手く活用して、減塩に取り組みましょう。

### 問い合わせ先

食生活改善推進員協議会事務局  
(役場町民保健課内)  
☎(86)1157「直通」

### ◇フェスタで調理したみそ汁◇

- ・水……………2カップ(400mL)
- ・だし昆布……………3g
- ・削り節……………6g
- ・合わせみそ……………25g



## リユースの日開催

北薩広域行政事務組合では、ごみを資源として循環させる取り組みとして、リユース品の無料回収を行います。

回収したリユース品はリサイクル祭りでの還元や、業者により国内外で販売されます。

詳しくは、北薩広域行政事務組合ホームページから閲覧できます。

### ○日時

2月16日(日)  
午前8時30分～正午

### ○場所

リサイクルセンターエコリア北薩  
(野田町上名6499番地9)

### ○対象者

阿久根市、出水市、長島町在住のかた

### ○持ち込めるもの

食器・家具・工具・家電・ゲーム・雑貨・自転車などのリユース品で、「次の人」がそのまま使って、使うのに不自由なもの」を対象とします。

### ○持ち込めないもの

冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・エアコン・テレビ・パソコンなどは持ち込めません。

### ○留意事項

・無料頒布などは実施しません。  
・自転車は防犯登録の抹消をお願いします。

### 問い合わせ先

リサイクルセンターエコリア北薩  
☎0996(84)4111

## 肉用牛ヘルパーを募集します

出水地域肉用牛作業受託組合では、次の内容で、肉用牛ヘルパーを募集します。

経験や年齢、性別は問いません。

詳しくは、出水地域肉用牛作業受託組合まで問い合わせください。



### 問い合わせ先

出水地域肉用牛作業受託組合  
☎080(5253)3375

業務内容	肉用牛への給餌・水やり作業などの軽作業
就業場所	阿久根市・出水市・長島町のヘルパー利用組合員(17農場)の牛舎
試用期間	あり(3ヵ月間)
勤務時間	午前7時30分～午後6時 のうち最大8時間(農家による)
休日	月6日、年末年始6日の休日を保証(変則休で、有給あり)
賃金	月給 26万6千円～28万円(交通費含む)
その他	普通自動車運転免許、自家用車を所有のかた