



Part22『みなみあそ減塩応援プロジェクト』 試してみよう！減塩白菜漬け

減塩白菜漬け

材料

- ・白菜 ……………400g
- ・食塩 ……………小さじ1
- ・やさしお ……………小さじ1
- ・味の素 ……………1g (10振り程度)

〈作り方〉

- ①白菜をカットして袋に入れ、調味料を事前に混ぜておき、振りかける。
- ②重石をのせて (写真のような容器を使う) 冷蔵庫に保管。24時間以降は重石を外しても良い。



JAグリーン
なんごう・
スーパーみつい
中松店
にて販売中♪

【塩分】1.5%相当 (8訂比食品成分表30%減塩)
理論値 1.89% → 推定値 1.5%

〈問い合わせ〉健康推進課 保健係 Tel0967 (67) 2704

南阿蘇 消費者相談室から Vol.107

自宅にいと、いろんな電話がかかってきませんか？
まあ、最初の一言で何かの売り込み目的なのだろうなあ
と察知出来れば、少し警戒するところです。

なので、売り込みではないように思わせるために事業者の方でも工夫して、「どこか痛いところはないですか？」などと質問してきて、こちらが「ある」と答えたらしめたもの、マッサージ器や健康食品の勧誘に繋がっていきます。

私は先日、「お腹周りの脂肪が気になりますか？」という電話を受けました。これは男女問わず、それなりに気になるところですね？ きっかけ作りが上手だなと思いましたが、やっぱり「痩せているので、問題ありません。必要ありません」と、断りました。

他に電話がかかってくるとすると、警察、弁護士、行政機関、金融機関などをかたる「電話でお金詐欺」の予兆電話があります。毎日のように熊本県警のホーム

南阿蘇消費者相談室 Tel0967 (67) 2244
相談日 火曜・木曜日 午前10時～午後3時 南阿蘇村役場総務課
高森町消費者相談室 Tel0967 (62) 1111
相談日 月曜・水曜・金曜日 午前9時～午後4時

ページに被害件数が報告されています。これだけ啓発していても、声が届いていない人もいますし、また、聞いたことがあったとしても、つい話を信じてしまったということもあります。決して他人事ではありません。

先月、相談室にも「熊本県警から委託された…」という内容の電話があったと情報提供がありました。詳細は分かりませんが、警察が委託となると安心する要素になりますよね。

高森警察署に確認したところ、「熊本県警が委託する業務がないとは言えないが、身に覚えがなければ、相手にせず、電話を切るように」言われました。

とにもかくにも、見えない電話先の相手を信じ切ることには危険なので注意しましょう。

普段から留守番電話に設定して、知人以外の電話に出ないようにすると安心ですね。

心配なこと、気になることがありましたら、お気軽に相談室にお問い合わせください。