

Part9 『みなみあそ減塩応援プロジェクト』



「みなみあそ減塩応援プロジェクト」とは？

南阿蘇村では、高血圧や脳血管疾患が多いことから、妊娠中からライフステージごとの保健事業の中で減塩の普及啓発に力を入れる「減塩応援プロジェクト」に取り組んでいます。

減塩から高血圧予防…さらに!! 認知症予防に鍵となるのは! アブラナ科野菜が持つ植物化学物質

イソチオシアネート



いちおしアブラナ科野菜を減塩で!

アブラナ科の野菜が
たいぎや、えーばな!



我らが南阿蘇自慢

高菜・小松菜・菜の花・水菜
ブロッコリー・チンゲン菜 など

あそ望の郷で
減塩食品(減塩白だし)の
販売が始まりました!

あじわい館で
減塩白だしを使った
減塩料理が食べれます!



青菜のおひたし



茶碗蒸し