

Minamiuwa 青春！食育！high school ～南宇和高校農業科活動日記～

宮城県で愛南ゴールドを販売しました！



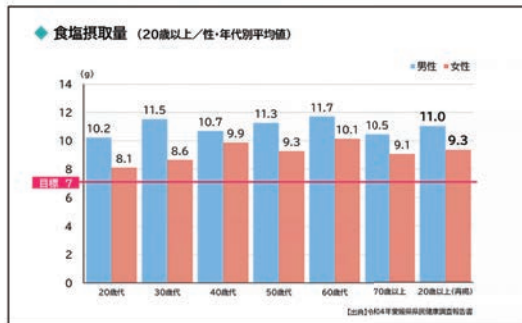
みやぎ生協幸町店で愛南ゴールドを販売しました。「去年おいしかったから今年も来たよ」というお客さんや、伊達家のつながりで愛媛に親近感を持つ方など、うれしい交流がたくさんありました。現在は、物流費高騰の影響で愛媛の柑橘が東北まで届きにくい状況が続いているそうです。そのような中で、愛南町の特産品を自らの手で直接PRできたことは、生産から流通まで肌で学ぶことができる非常に貴重な経験となりました。

毎月19日は **食育の日** **食育 アカデミー**

【愛南町食育協働部会健康部会より】

＼ 愛媛県は塩分を摂りすぎています！ ／

◇食塩摂取量(20歳以上 / 性・年代別平均値)



引用：愛媛県高血圧予防対策「減塩」推進ポータルサイト

愛媛県では、1日当たりの食塩摂取量7g未満を目標値としていますが、愛媛県民は、1日当たり平均10.1gを摂取しており、塩分を摂り過ぎている状況です。

◇おいしく減塩できるコツ

選ぶときのコツ	作るときのコツ	食べる時のコツ
加工食品の食塩量に気を付けましょう。	だし、酸味でうすあじでもおいしく。	調味料は「かける」より「つける」!



あなたの塩分量をチェックできます!!!

▲愛媛ご塩慮活動HP

それいけ 愛南ぎょレンジャー

なーし君のお仕事

実は ぼく 愛南町の PRのお仕事を したるんよ

しかも 特別職員!

いったあ〜い!!

また 噛んどる!

これも仕事のうちかなあ...

はあ....

制作：南宇和高校美術部
久保田 雪華

南宇和高校美術部による愛南ぎょレンジャーやなーし君の4コマ漫画を掲載します。

今月の笑顔

子どもたちの笑顔と子育てサポートをご紹介します。

今月の子育てサポートご案内

はまゆう乳幼児保育所 地域子育て支援センター

「どんぐりの会」では

●サークル活動

火・木・土曜日 8:00~13:00

●園庭・保育室開放

水・金曜日 8:00~13:00

●育児(電話)相談

火~土曜日 8:00~17:00

11日(出)「お楽しみ会」

保育所と合同で行います。

14日(火)「手作りおやつの日」

16日(木)「親子スイミング」

B&G海洋センタープールで行います。

※全て要予約

問い合わせ

はまゆう乳幼児保育所内 電話:72-4328

愛南町子育て支援センター

「こあら」では

●サークル活動

月~金曜日 8:30~13:30

●育児(電話)相談

月~金曜日 8:30~17:15

13日(月)からプール遊びを始めます。

暑い夏を涼しく乗り越えましょう。

15日(水)は『親子ヨガ教室』を行います。

親子で一緒に楽しみましょう。

問い合わせ

あいなん幼稚園内 電話:72-0836

こぶたたんぽぽポケットとんぼ

「こぶたの広場」では

●育児相談・つどいと交流・各種ワークショップ

月~金曜日 10:00~16:00

3日(金)『ことばの発達』

7日(火)『ベビーマッサージ交流』

10日(金)『出張わんぱく えのぐ&水遊び』

16日(木)『おはなし会』

29日(水)『おしゃべりタイム』

※全て要予約

問い合わせ

こぶたのお家 城辺甲2652番地 電話:73-7321

※詳しくは「こぶた通信」に記載



● あいなん幼稚園 全園児

毎日わくわく探し!! みんなで楽しもう~!!



● 船越保育園 全園児

みんな仲よし♪

次回(8月号)は、一本松保育所を紹介します。
次回も、お楽しみに!!

子育てサポートをご利用の方へご案内

体調のすぐれない方は利用を控えていただき
すようお願い致します。感染症の流行状況や周囲の混雑に
応じたマスクの着用や咳エチケットにご協力ください。

