

# 健康応援ブース in 国東市 誕生祭

5月15日(日)に行われた国東市誕生祭で生活習慣病予防の啓発を目的として、市民健康課で健康応援ブースを設けました。塩分を極力控えて作った『国東 TAKO ライス』『国東干し椎茸のポタージュ』の無料配布の他、健康クイズ、舌の塩味に対する感度をチェックできる食塩味覚閾値判定ろ紙(ソルセイブ)の体験コーナーを実施しました。



▲国東TAKOライスに長い行列ができました



▲ソルセイブ体験コーナーの様子



▲干し椎茸のポタージュもたくさんの方に試食していただきました

ブースにお立ち寄りいただいた方からは、「椎茸の新しい食べ方を知ることができてよかった」「たこは苦手だけどこれなら食べることができた」「もう少し工夫が必要…」「味が足りない」「とてもいい取り組みだと思う」など、大変貴重なご意見をいただきました。『食』を通して市民の皆様の健康を応援できるよう、今回の取り組みを、今後の保健事業に生かしていきたいと思えます。

なお、『国東 TAKO ライス』は国立循環器病研究センターが主催する全国各地の特産品を活用した美味しい減塩食を発掘・応援する『ご当地かるしおレシピ』コンテスト(第3回S-1g大会)において、一次選考を通過し、6月に大阪で行われる最終選考会に出場することが決定しました。

国保発 **さいしょに野菜!きちんと野菜!!**  
**健康応援レシピ**

『食』を通してあなたの健康を応援したい! 季節の食材を使って、簡単・手軽にできる体によさしいレシピを毎月お届けします。



今月の旬『レタス』



加熱することで量もたっぷり食べられる!  
**レタスのオリーブオイル蒸し**

◆材料(2人分)

- ・レタス…………… 1/2 個
- ・にんにく(うす切り)…………… 1 片
- ・オリーブオイル…………… 小さじ 2
- ・ブラックペッパー…………… 適量

◆作り方

- ① レタスはざく切りにする(手でちぎってもOK)。
- ② フライパンにオリーブオイルをひき、にんにくをカリカリになるまで炒める。
- ③ ②にレタスを入れてふたをし、約2分蒸し焼きにし、好みでブラックペッパーを振る。

(1人分: エネルギー 56kcal / 食塩相当量 0g)



食中毒が起きやすい時季。冷蔵庫の中はきちんと整理されているかな? いろいろな食品を乱雑に入れると取り出すのに時間がかかるだけでなく、冷気が逃げて庫内の温度が上がリ、食べ物がいたみやよくなるよ! 整理整頓をして、よく使うものはすぐ取り出せるようにしましょう!

問合せ先 市民健康課 ☎0978-72-5166

## ●くにさき地域創生推進枠対象事業のお知らせ● 創業・起業に対する支援補助金の募集

市では、市内において特に需要が高い事業を主な対象として、この対象事業の創業・起業の支援補助金制度を新設します。

<b>補助対象事業</b>	次のいずれかひとつに該当する場合は補助対象となります ●レストラン・カフェ等の飲食業 ●おみやげ・特産品の製造業 ●新規性・先駆性のある事業 ●移住者が創業・起業する事業
<b>補助金額</b>	最大150万円(ただし、対象経費の2分の1以内)
<b>補助対象経費</b>	・店舗等の新築費や改修費・備品、設備購入費・広報、宣伝費…など
<b>スケジュール</b>	平成28年6月30日(木) 申込の締め切り 平成28年7月中旬 ・一次審査(書類審査) ・二次審査(プレゼンテーション・面接審査) 平成28年7月末 補助金の交付対象者決定

★詳しくは市のホームページ、または下記の連絡先まで  
**活力創生課 産業創出係 0978-72-5183**

### 「乾しいたけ種駒助成事業」について

乾しいたけ種駒助成について、**植菌完了駒数**を基本とし、下記のとおり受付を開始しています。現在、**植菌途中の生産者**につきましては、**植菌完了後**に申請して下さい。

- (1) 補助対象者: 国東市内に住所を有する乾しいたけ生産者となります。
- (2) 補助対象要件: 「**原木しいたけ再生回復緊急対策事業(リース事業)**」を含む3万駒以上購入・植菌された生産者が対象となります。
- (3) 補助対象品種: **低温菌品種及び中温菌品種**
- (4) 補助対象経費: 個人総植菌数-原木しいたけ再生回復緊急対策事業(リース事業)を控除した駒数を補助。
- (5) 補助金額: 低温菌品種=1.0円/駒(27年度から0.5円/駒増)  
中温菌品種=0.5円/駒(28年度より追加)  
※「原木しいたけ再生回復緊急対策事業(リース事業)」に応じて補助金額が異なりますので、下記(例)を参考ください。
- (6) 提出先: 林業水産課林業係もしくは各総合支所地域産業建設課まで※申請書についても、提出先にて配布しています。
- (7) 受付期間: 平成28年7月29日(金)まで

(例1) Aさんの場合

低温菌70,000駒+中温菌30,000駒=100,000駒①	【補助金】低温菌70,000駒×1.0円=70,000円
リース事業=対象外②	中温菌30,000駒×0.5円=15,000円
<b>補助対象駒数 ①-②=100,000駒</b>	<b>補助金合計=85,000円</b>

(例2) Bさんの場合

低温菌70,000駒-50,000駒(リース事業分)=20,000駒①	【補助金】低温菌20,000駒×1.0円=20,000円
中温菌30,000駒(リース事業対象外)②	中温菌30,000駒×0.5円=15,000円
<b>補助対象駒数 ①+②=50,000駒</b>	<b>補助金合計=35,000円</b>

(例3) Cさんの場合

低温菌20,000駒-20,000駒(リース事業分)=0駒①	【補助金】全てリース事業でカウントされるため、補助金は
中温菌30,000駒-30,000駒(リース事業分)=0駒②	ありません。
<b>補助対象駒数 ①+②=0駒</b>	

問合せ先 林業水産課 ☎0978-72-5198