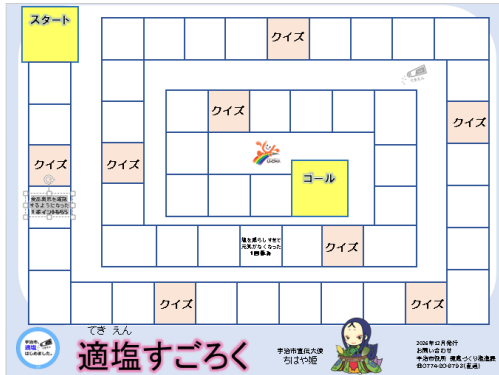


『適塩すごろく』 マスの内容、クイズカードの内容 を募集します



宇治市宣伝大使
ちはや姫

※デザイン案

こんなマス、クイズカードがあったら楽しそう、
などみなさんのアイデアお待ちしております☆

詳しくは裏面へ

マス

クイズカード

どちらかに



をお願いします♪

団体名

名前

電話番号

ご協力ありがとうございました



仮『適塩すごろく』のマスの内容、クイズカードの内容を募集します。

●適塩すごろくの概要

宇治市では健康寿命の延伸を目指し『宇治市、適塩はじめました』をキャッチフレーズに、適塩の推進に取り組んでいます今年度は適塩を幅広い市民の皆様に適塩の工夫や高血圧予防の知識を身近に感じてもらうことを目的とする仮「適塩すごろく」（以下、「すごろく」）を作成することといたしました。「すごろく」には、さまざまな「マス」を用意します。「マス」内には適塩に関する「クイズ」のマスも設けます。皆様には、すごろくの「マス」や「クイズ」欄に入れる適塩に関する行動、クイズ、ワンポイントアドバイスなど例の内容をもとに「こんなのがあったら楽しいな♪」「役に立つな♪」というものをご提案お願いします。

※名称は変更になる場合がございます。

●募集内容

マスの内容、クイズカードの内容

(例)

適塩に関するクイズ、高血圧予防のワンポイントアドバイス
塩分が多い食べ物・少ない食べ物の豆知識、健康的な食生活へのチャレンジ企画
血圧測定や運動に関する励ましメッセージ
塩を排出する役割のある野菜や果物の取り方アドバイス

マス：塩を減らしすぎて元気がなくなった **1回休み**
食品表示を確認するようになった **1ポイントもらう**
クイズ：野菜、果物をたくさん食べる○か×か？

●エントリー期間

2026年6月30日（火）まで

Webはこちらから→

●エントリー方法

記入していただき、健康づくり推進課へメール、郵送、FAXでお送りください。またはwebにて。



採用の場合、ご協力いただいた団体欄に団体名を記載させていただきます。

※団体名記載不要の場合はご連絡ください。

こんなマスがあったら楽しそうなどみなさんのアイデアお待ちしております☆

※提出していただいた内容が記載されない場合もあります。

ご質問やご相談はお気軽に健康づくり推進課までお問合せください★

〈お問い合わせ・お申込み先〉

宇治市健康づくり推進課 地域企画係

担当：吉門・蒲原

電話：0774-20-8793

FAX：0774-21-0406

Email：kenkozukuri@city.uji.kyoto.jp