

# はぐくむ光のびる若芽

(16)

## 谷中 平山 漸

我が家は、母、私たち夫婦、小6の長女、小2の2女、幼稚園年長の3女、メス犬1匹、オス猫1匹、ウサギ1匹、セキセイインコ1つがいの6人と5匹の家族です。

長女は割とのんびり屋だが、社交的で物おしせず、くよくよしないカラツとした性格です。動物が多いのは子供たちが好きな為だが、とりわけ長女は大好きで将来の夢は、「北海道のムツゴロウ王国に行きたい」と言っている位です。動物好きは良い事で、私も忘れていたが子供の頃同じ様な夢を見た事があつたので、その辺は以ているのかも知れない。

せめて世話がちゃんとして出る様になつてもらいたいものである。

2女はとりわけ元気で1人で3人分位元気で、そのくせ1番寂しがり屋でもあつた。物を自分で考えて作つたり、絵を書くのが好きで

## 思い出を一緒に作る



るので、この点がちよつと心配である。

私が子供たちにしてやる事はあまり無いが、せめて思い出になる様な事は出来るだけ一緒にしてやり、普段は近くで見守る事位かも知れない。あと一番困っているのはしつけ関係です。とにかく全然な

この辺は両親に似ず長所になつている。今の夢はアイドルになる事らしい。

3女は素直で聞き分けも良く一番おとなしいが、精神的に弱い所が有り、親としては子供のこれからの思えば、健康で元気で精神的にも強いのが一番安心出来

出来ればあとは下の子達にも伝わっていくものだと云つ。まあそれが出来なかつた私たち親の責任だが、いまさら言つてもしかたがないので、これからまた、一緒になつて出直したいと思ひます。

# 食中毒を

## 防ぼう

シリーズ III

### 保菌湯とモ

◎食品を保存するときの注意ポイント

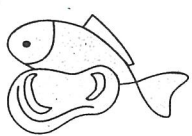

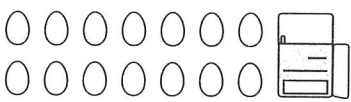
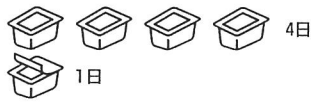
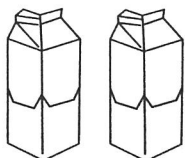
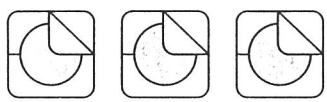

- ①早く食べきる(表)
- ②食べきれないものは冷凍処理を
- 密閉して冷凍庫へ
- トレイなどについでいるものは、他の容器に移して冷凍する。
- 冷凍したものは長く保存せず1か月位で使う。

◎調理用具はいつも清潔に

- ①洗剤で洗ひよくすすぐ
- ②熱湯で殺菌(まな板等)

- ③煮沸で殺菌(包丁・ふきん・その他の調理用具)
- ④漂白剤で殺菌
- ⑤乾燥させて保管
- ◎調理用具の扱い方(まな板)
- 肉・魚用と野菜用の2枚を常備
- プラスチック製の方が傷つきにくく汚れが落ち、乾燥しやすく衛生的
- 調理の度に熱湯をかけて殺菌、黒ずみが出たら漂白剤で消毒
- 汚れにくいものを選ぶ
- 材質に合わせた殺菌を
- (包丁・鍋・フライパン類)
- 柄の方が汚れやすいので念入りに殺菌
- (ふきん・タオル)
- 清潔なふきんを常備
- 手を洗つてもタオルが汚れていると菌がつくため1日1回は替える
- (その他の調理用具)
- 材質の違うところは、つなぎ目などに汚れがたまりやすい

## 食品別 食べきる期限一覧

<p><b>肉・魚類</b> その日中に使いきるのが基本(最長でも次の日まで)</p> 	
<p><b>野菜・くだもの類</b> 2~3日(長く置くと栄養価も低下)</p> 	<p><b>卵</b> 冷蔵保存で2週間</p> 
<p><b>油揚げなどの豆製品</b> 未開封で4日、開封したらその日中</p> 	<p><b>牛乳</b> 開封したら次の日中</p> 
<p><b>ハム・ソーセージ・ベーコンなど</b> 開封したら2~3日</p> 	<p><b>ねりもの類</b> 開封したらその日中</p> 

※製品によっても違いますので、賞味期限を必ず確認しましょう。