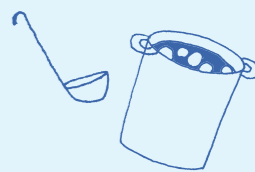


夏休みのイベントで注意したいこと



大量調理に発生しやすい「ウェルシュ菌」

ウェルシュ菌はどこにでもいる食中毒菌で、酸素を好まない嫌気性菌です。特に、大容量の鍋の中心は酸素がいきわたりにくく、再加熱による殺菌も不足しがちなため、この菌の住処としては好条件。大量調理の中途半端な加熱は、かえって菌を活性化させるきっかけにもなります。

海で釣った魚を刺身にする際の注意

昔は、海水温の上がる夏に活性化する「腸炎ビブリオ菌」による食中毒が多発していました。現在は、外食産業の規制強化により、ずいぶん減りましたが、家庭で調理する場合は自分たちで気をつけなければなりません。

【注意事項】

- 腸炎ビブリオ菌は、塩分がないと生存できません。釣りをして、それを刺身にする際には、しっかり真水で洗うこと。アニサキスなどの寄生虫にも注意しましょう。
- バーベキューと同様、温度管理や他の食材への二次汚染を防ぎましょう。

実際に、不注意から食中毒を招いた事例を中心に、注意事項を挙げました。食べるのが怖くなってしまってもかもしれませんが、きちんと知識を得て対応すれば、食中毒は未然に防ぐことができるものです。せっかくの行事を台無しにしないよう、注意すべきことを押さえて、楽しい夏をすごしてください。

夏休みをむかえ、行楽の予定がある家庭も多いと思います。しかし気温の上がる夏は食中毒に、より気をつけなければなりません。今回はイベントを楽しくすごすために、気をつけたい点をお話します。

バーベキューの注意

バーベキューのメイン食材である肉。しかし生の肉には、食中毒の原因となる菌がいることも。むしろ「菌はいるもの」と割り切り、生焼けと生肉からの二次汚染に注意しましょう。

【注意事項】

- 自分たちで食材を調達する際は、温度管理に十分気をつけましょう。
- 中心部までよく加熱するようにしましょう。
- 生肉を触った手で、ほかのものを触らないこと。生肉を扱った tong や箸で、これから食べるものを触らないようにしましょう。

大鍋調理の注意

地域の催しや親戚の集まりで、大人数分の料理をつくることも多い季節です。特にカレーは一晩おいた方が美味しいともいわれますが、この時期は夜の気温も高いので腐敗しやすく、食中毒菌が増殖する危険があります。

【注意事項】

- 前日からの調理は避けましょう。やむを得ず前日から調理する際は、小分けして冷蔵保存し、翌日、再加熱するように。
- 大鍋ではなく、冷蔵保存しやすく、再加熱がしっかりできる小さな鍋で、複数つくるようにしましょう。



ライフプランアドバイザー
の井戸 恵子
L P A

LPA 竹中恵子

家電の買い替えて
見えてきたこと

先日、15年間使用していた冷蔵庫を買い替える決断をしました。費用は家計費以外の年間予算費から捻出することにしました。いきなり家電には行かず、やることリストを書き出してから実行しました。

- ① ネットやカタログでサイズ、容量、価格などを調べる。
- ② 店で実際に、色やデザインなどがわが家にあうかを確認してから購入する。
- ③ 納品時に冷蔵庫内を整理する。
- ④ 冷蔵庫内の整理にあわせて、台所の整理も行う。食料品のストックを見直し、食器棚も整理する。

①、②で2日、③、④は半日かかり大変でしたが、いいこともたくさんありました。

- 忘れていた引出物の高級食器を発見。それが普段使えるようになった。
- 食器棚の整理によって使い勝手がよくなった。
- ネットやカタログでじっくり調べたおかげで、高性能な省エネ商品に買い替えられ、電気代が安くなった。
- 食料品ストックの整理で必要なものがよくわかり、無駄買いが少なくなった。

● 食器の処分が大変だった経験から、買う前に本当に必要なものか考えるようになった。

冷蔵庫、衣類、カメラ、車など金額はさまざまですが、必要なものは買わなければなりません。買いたいものが、本当に必要かどうかをよく考えてから購入に踏み切り、「いい買い物」を心がけましょう。買わなければよかったと後悔しないよう、買ったあとのくらしを少し想像してみてもよいでしょう。

不用品を処分して部屋を片付けると、自身の無駄が見えてきます。そして、スッキリした部屋はやる気を湧かせてくれ、幸福感が増しました。



家計費以外の「年間準備費」って何?と思われる方はぜひLPAの学習会にご参加ください。左記までお問い合わせください。
コピーからLPAの会事務局
TEL 05833706713
(月)金曜日/9時~17時

おすすめ商品



ミネラルファンデーション
SPF15 PA++
内容量 5.5g
本体価格 1,428円
税込価格 1,542円

化粧下地なしで使い、きれいな素肌感を演出。洗顔料で落とせます。

主な成分がミネラル(鉱物)で構成されているファンデーションで、通常のファンデーションに配合されている油性成分を含みません(オイルフリー)。そのため肌への負担が少なく、軽いつけ心地が特徴です。「汗をかきやすいこの時期、できるだけ軽やかでいたい」「肌にやさしいものを使いたい」「ナチュラルなメイクがしたい」という方におすすめです。

ミネラルファンデーションの使用方法

- STEP.1 洗顔後、化粧水、美容液でしっかり保湿します。
- STEP.2 パフにミネラルファンデーションをとり、パフ全体になじませます。
- STEP.3 顔の中心から外側に向かい、螺旋を描くようにパフをすべらせませます。
- STEP.4 目の周りや鼻は、パフを2つ折にして、軽く押さえるようにしてつけます。



Point

化粧水などは、しっかりお肌になじませてから使しましょう。ベタつきが残ったお肌につけると、のびが悪く、均一に仕上がらない場合があります。

キレイのエッセンス

株式会社クラブコスメチックス 小山 悦美

夏におすすめ！ミネラルファンデーション

2015年度 第1回理事会だより

6 / 16

5月期決算について承認しました

5月期事業結果 単位:百万円

	5月実績	予算差	累計実績	予算差
商品の供給高	2,116	+ 52	4,106	+ 91
総事業高	2,186	+ 53	4,229	+ 89
事業経費	462	- 6	928	- 18
経常剰余金	36	+ 18	28	+ 36

組合員数 226,039名 計画比 99.8% (加入 823名)
出資金 39億1,275万円 一人当たり出資金 17,310円

2 2014年度剰余金処分(出資配当金・利用分量割戻金)のお知らせを7月13日(月)の配達で配布(郵送分は7月10日発送)する事の報告がありました。

3 組合員レポート企画として、2015年度は、ヨコオフーズ・プリマール・北日本ホーム食品・ふくれんの4社にて実施する事が確認されました。

4 9月から「野菜セット」を、岐阜県産野菜を中心にした内容にリニューアルします。また、機関誌DEKOで紹介する事が確認されました。

