

風を感じて No. 337 R4. 7月

早くも梅雨が明け、暑さ厳しい毎日です。
皆様いかがお過ごしでしょうか。

編集 原誠一 文代
6/30 TEL FAX 0968-26-4339
info@haranoujiyo.com

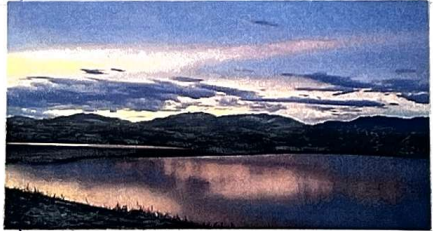


6月25日から田植えが始まりました。
軽トラックに苗運び専用の棚を乗せ、苗を積み
ます。一度に84枚の苗を運ぶことができます。
が、苗床から苗をはがしてトラックに積むのも
重労働です。今年は異例の早さで梅雨が明け

気温は急上昇！ 真夏のような炎天下での苗運びとなり、体への負担が
大きい中、娘たちが毎日頑張っています。

主人は、6月16日から毎日代かきをしています。息子もこの炎天下で黙々と
田植えを続けています。田植えは7月6日ごろまで続く予定です。

6月30日現在、全体の半分ほどを終え、これから折り返し、厳しい暑さですが
家族総出で毎日頑張っています！ 土日には中学生の孫たちも苗運びの
手伝いに来てくれ、感謝です。



代かきをした田んぼは、大きな鏡となり、
風景が映り込みます。この日は、きれいな
夕焼け空が水面に映り、とても感動的でした。
昼間には、カルガモが泳いでいることもあり
ます。一昨年、親ガモの後ろに7~8羽の
ヒナたちが連なって田んぼを泳いでいるのを見かけました。そんな1羽のぼん
した光景に今年もお逢えたらいいな、と思っています。

ツバメ 糸内屋や、家の裏に巣を作り、それぞれ
無事に巣立っていきまして、「ハイポーズ」と見事に
カメラ視線で映ってくれた。このツバメたちは、巣立
ち後も数日間は巣に帰ってきていましたが、もう
いなくなりました。別のツバメが新しい巣で卵を温めていますので、これからが楽しみです。



食中毒 これから暑い季節には、様々な細菌による食中毒が発生しやす
くなります。下記の事に、十分注意しましょう。

① **買い物**…・傷みや古い食材は最後に買う。保冷剤などを使い菌が増殖
しやすい危険温度帯(10~60度)を避ける。
・ポリ袋を使い、生ものの水分を他の食材につけないようにする。

② **食材の保管**…・冷蔵は10度以下、冷凍はマイナス15度以下が目安。危険温
度帯を避け、室内に放置しない。そして、早目に使い切る。
・温度が上がるため、冷蔵庫内に物を入れ過ぎない。定期的に清掃し、庫内で
菌を広げない。

③ **調理の前に**…・せっけんで十分に手を洗う。手拭きは食事の支度ごとの交換か、
ペーパータオルを使う。・生の肉、魚、卵を扱ったときは手を洗い、他の食材に
対への二次汚染を防ぐ。・解凍は、冷蔵庫を使い、おく使い切る。

④ **調理**…・動物を触る、トイレに行く、おむつを交換する、鼻をかんだ後は、
手を洗う。・十分に加熱する。野菜は100度で5~10分、肉や魚は75度
以上で中心部を1分間加熱する。

⑤ **食事**…・食卓につく前に手を洗う。・室温で放置しない。腸管出血性大腸
菌O157は、室温で15~20分放置すると2倍に増える。

⑥ **残った料理の保存**…・常温に置かない。料理用パックなど、浅く平らな
容器に小分けして早く冷まし、冷蔵庫に入れる。・温め直しは十分に加熱
する。75度以上で1分間が目安。

⑦ **おにぎり、弁当類**…・おにぎりは、素手ではなくラップフィルムで包むようにして
握る。・弁当は、水分が多いと細菌が繁殖しやすいので、弁当箱のふたの
裏に水蒸気がたまらないように、中身をよく冷ましてからふたを閉める。

家庭での衛生管理は、買い物から始まっています。そして、台所や調理器具、
食器は見た目のきれいさよりも衛生的であることが重要です。家で調理する
時、「どこに菌や異物が入る危険性があるか」を考えると、食中毒発生リスクが抑え
られます。