

# い き い き 生 活 情 報



◆妖艶  
◆吉高の大桜(吉高)  
◆中根英治(埼玉県久喜市)

(評) 暗闇に浮かび上がる大桜はまさしく幽玄の美そのもの。夢と現の境に咲いたような姿には見る者を引き込む艶やかさがある。

## 印西市観光協会主催

### 第24回 ふるさと発見フォトコンテスト

# いんざいの原風景



④ 紛らわしい使用を避ける  
ジュースの缶をタバコの灰皿代わりにしたり、漂白剤などを代わりの入れ物に入れたりしないようにしましょう。

⑤ 対象年齢を守る  
子どもが遊ぶ玩具は各年齢に応じた配慮がされているため、安全に配慮した対象年齢の玩具

⑥ 危険な物を子どもに教える  
錠剤やシロップの医薬品またアルコール飲料は、お菓子やジュースでないことを教えてい

子どもは、日々成長しており、今までできなかったことが、ある日突然できるようになります。それは成長の証ともいえますが、誤飲などの事故を引き起す危険もあります。そのため、日ごろから安全な環境を作っていく必要があります。

【誤飲の予防策】  
① 子どもがいることを意識する  
リモコンや玩具などの電池ボックスのふたが確実にしまっているか確認しましょう。また、床に置く液体蚊取りなどは、子どもの前では使用せず、保冷剤などは、玩具代わりに持たせないようにしましょう。

② きちんと片づける  
タバコの吸殻が入った灰皿や危ない物が入ったバッグなどは、子どもの手の届かない場所に片付けましょう。

③ 保管方法を工夫し、成長に合わせて保管場所を変える  
洗剤やアルコール類は洗面台や流し台に見えないように保管しているからといって安心せず、子どもでは扉が開けられないような工夫が必要です。また、子どもが台に上ったり、テーブルクロスを引っ張り高い場所の物を取ることもあるので、テーブルの上や棚の奥でも危ない物は置かないようにしましょう。

【誤飲時の対処方法】  
誤飲した場合、吐かせても良い物といけない物があります。タバコは、すぐに吐かせ受診しましょう。水や牛乳はニコチンが体内に吸収されやすくなるため、飲ませないよう注意しましょう。また、コインやピアスなどの尖った物は、吐かせず受診しましょう。

まず、いつ、何を飲んだか確認し、薬剤などは減った量を確認しましょう。また、いざという時のために相談窓口を知り、事故が起こらないよう普段から家族みんなで注意しましょう。そのほか電話相談窓口として、中毒110番があります。  
大阪中毒110番(☎072-727-2499、3651・24時間対応)、つくば中毒110番(☎029-852-9999、3651・午前9~午後9時対応)。

4月を思い浮かべる色と聞かれ、桜の花色を思い浮かべる人も多いと思います。桜の中でも特に知られているのは「ソメイヨシノ」ではないでしょうか。春の訪れを告げる花として、多くの人に親しまれ、枝いっぱい桜の花が咲いた姿は、息吹にあふれ見ていることもすがすがしい気持ちになります。街にはリクルートスーツ姿の新人会社人と思われる人をたくさん見かけ、彼らの初々しい姿は気持ちの良いもので、自分の時を思い出し、初心を忘れないようにと気が引き締まります。春は出会いの季節、自然、人、その出会いが、気持ちが良いものであるなら、素晴らしい一年なすてきな出会いの出発でありたいと願っています。

## 子どもの誤飲事故を防ごう



## 元気な食卓

229

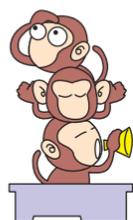
### キャベツとじゃがいものおやき

材料(2人分)  
キャベツ3枚(100g)、ジャガイモ中2個(200g)、ベーコン2枚、ニンニク1片、塩、こしょう少々、万能ネギ(小口切り)少々、オリーブ油大さじ2。

作り方  
① キャベツは細かいざく切り。ジャガイモは皮をむき、1cmぐらいの薄切り。ベーコンは5mm幅に切る。ニンニクは皮をむき薄切り。  
② 鍋にジャガイモを入れ、その上にキャベツをのせて水をひたひたに加え中火にかける。ジャガイモが煮えたら、水気を切りマッシャーでつぶす。  
③ フライパンにオリーブ油大さじ1とニンニクを入れ、香りがでるまで炒め、ニンニクを取り出す。①のベーコンをカリッとさせるまで炒めて取りだし、半分は飾り用に取っておく。残りの半分を②に加えて混ぜ、塩、こしょうで味を調える。  
④ フライパンにオリーブ油大さじ1を加えて熱し、③のポテトを小判形にして、両面を焼く。  
⑤ ④を器に盛り付け、万能ねぎと③ののんにくとベーコンを上に乗る。

★1人分の栄養価  
エネルギー 247kcal、たんぱく質 6.4g、脂質 14.2g、食塩相当量 0.5g  
提供…地区健康推進員のみなさん。

### こちら編集室



よく見…よく聞き…  
正しくお知らせ  
秘書広報課広報広聴班