エイシン通信

No.133　7月号

工事実績　１５，２４２件 / 平成２９年7月３日現在

なるほど！生活雑学

食中毒を防ぐ
3つの原則･6つのポイント

腹痛や下痢、おう吐などの症状が急に出たことはありませんか？そんな時に疑われるもののひとつが「食中毒」です。飲食店だけでなく家庭での食事でも発生しています。
特に夏場（６月～８月）に多く発生しているこの時期に家庭での食中毒を防ぎましょう。

＜＜３つの原則＞＞

①手洗いをして菌を食材に付けない！
・調理を始める前　・生の肉や魚、卵などを取り扱う前後　・調理の途中でトイレに行ったり鼻をかんだりした後
・おむつを交換したり、動物に触れたりした後　・食卓につく前　・残った食品を扱う前

②菌を増やさない！
細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では繁殖がゆっくりとなりマイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。

③加熱処理でやっつける！
ほとんどの殺菌やウイルスは加熱によって死滅しますので肉や魚だけでなく野菜も加熱して食べれば安心です。
ふきんやまな板、包丁などの調理器具も洗剤でよく洗ってから熱湯をかけて殺菌しましょう。

＜＜６つのポイント＞＞

①買い物
・賞味期限を確認して購入する・肉や魚などは汁が他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れる

②家庭での保存
・持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に分けて保管する・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は－15℃以下に保つ

③下準備
・包丁やまな板は<肉,魚,野菜>別々に揃え使い分けると安心・冷凍食品は使う分だけ解凍し冷凍,解凍を繰り返さない

④調理
・調理の前に手を洗う　・肉や魚は十分に加熱し中心部を75℃で1分間以上の加熱が目安

⑤食事
・清潔な食品を使う　・作った料理を長時間室内に放置しない

⑥残った食品
・温め直す時も十分に加熱　・時間が経ち過ぎたものや、あやしいと思ったら思い切って捨てる

不動産 情報

新物件おすすめ！

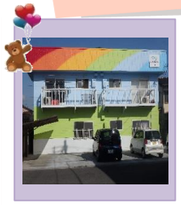
賃貸

賃貸　アパート
場所：岡山市北区門前
家賃：40,000円～
（共益費4000円）
間取り：２ＤＫ
POINT：駐車場1台含
総社ＩＣそば

賃貸　一戸建住宅
家賃：45,000円
場所：三豊市三野町吉津
面積：58.21㎡
POINT：カーポート有
風情ある日本家屋
平成22年リフォーム

詳しい情報は **０１２０－５１２－３３７** までお問い合わせください。ホームページにも掲載しています。

賃貸



賃貸　アパート
家賃：40,000円(図3,000円)
場所：三豊市詫間町松崎
面積：35.6㎡(２ＤＫ)
POINT:ペット可,JR詫間駅から600m

売土地

売土地　宅地 **340万円**
場所：さぬき市津田町
面積：371㎡
POINT:海が近く、国道11号線、津田寒川インター、マルナカがあり便利

売土地　宅地 **550万円**
場所：三豊市仁尾町
面積：262.55㎡
POINT:マリーナや公園が近く、閑静な住宅地

【名言･格言】
家庭は衣食住のもと、精神のすわり場所
倫理法人会

7月の簡単レシピ

液体塩こうじで♪
枝豆ナゲット♪

今月は「枝豆」

枝豆は夏バテ解消にとっても効果の高いビタミンＢ１、またビタミンＣやＡも豊富に含まれている優秀食品なのです。また貧血の予防に役だつ鉄分も含まれているので女性が鉄分不足になりやすい月経期に取り入れると良いでしょう☆

材料（２人前）

鶏胸ひき肉…２００ｇ
豆腐…５０ｇ
枝豆（塩ゆでしたもの）
…さや付きで１００ｇ
液体塩こうじ…大さじ１
片栗粉…大さじ２
ケチャップ…適量

作り方

1、豆腐は水をよく切る。
2、ボウルに鶏胸ひき肉・豆腐・枝豆・液体塩こうじ・片栗粉すべての材料をいれ混ぜ合わせる。
3、２をよく揉み込み３０分～1時間ほど冷蔵庫で寝かせる。
4、フライパンに多めの油を熱し、肉だねを2本のスプーンを使って形をつくり落とし入れる。
5、きつね色になったら裏がえし両面を焼く。
6、ケチャップやレモンを添えたら出来上がり。

塩麹とは麹に塩と水を加え発酵させた、日本の伝統的な調味料の一つです。買ってきたお肉の両面に塩麹を塗って1時間以上漬けておくだけでとても柔らかなお肉に変身！！丸のままの野菜も短時間でサッパリ味の漬物になります★

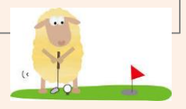
スタッフが日ごろのおすすめを紹介するコーナー

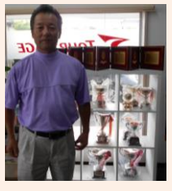
ゴルフ工房　ＳＨＩＭＩＺＵ

ゴルフ用品の販売から修理をメインに行っているお店です。ベテランゴルファーからビギナーの方にも1人1人のスイングや特徴に合わせた調整・最適なクラブ選び・調整のサポートをしています！
店主の清水さんは、香川県シニア選手権４連覇やその他多数の優勝の実績の持ち主☆
店内奥にはインドア２打席とパター練習施設も完備されており、２時間利用できる10回分のお得な回数券を３千円で販売しています。
無料レッスンも行っていますので、お気軽に声を掛けて下さい◡̈

店舗データ

■店舗名　ゴルフ工房SHIMIZU(シミズ)
■住所　香川県三豊市詫間町詫間310
■電話番号　0875-83-5677
■営業時間　10:00~19:00
■駐車場　１０台
■定休日　水曜日

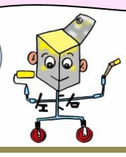




スタッフのペット紹介

職人をしている舞ちゃんに飼われているウサギのう～1才です♪甘えん坊でいつも親友の猫さんにくっついて遊んでるよ❤好き嫌いなく何でも食べるけど一番はドライフルーツが大好きなんだ

エイシンキャラクター紹介



NO．３０
「いっとろかん太郎」

（株）　エイシン
住所：香川県三豊市三野町下高瀬1015-1
TEL：0875-73-4856　FAX：0875-73-4658
0120 FreeDial　０１２０－５１２－３３７
ホームページアドレス　http://www.eishin-1.co.jp

おかげさまで29周年

エイシン　検索