

レシピ 川西・猪名川地域活動栄養士協議会

●材料 2人分

- 栗 150g^㉗
- タマネギ 1/2個
- セロリ 小1/2本
- バター・小麦粉 各大さじ1
- 牛乳 150cc
- 塩・コショウ 各少々

【A】^{かりゆう}顆粒コンソメ (小さじ1/2)、水 (1カップ)

熱量 (おとな1人分) : 257kcal^㉘、塩分 : 0.8g^㉙

●作り方

- ①栗は鬼皮と渋皮をむいて4つ割りにする。タマネギ、セロリは粗めのみじん切りにする。
- ②鍋にバターを溶かしタマネギ、セロリをさっと炒める。小麦粉を入れて炒め、栗とAを加え、柔らかくなるまで煮る。
- ③飾り用の栗を2粒ほど残し、残りをミキサーにかけてなめらかにする。鍋に移して火にかけ、牛乳を加えて沸騰直前で止める。塩・コショウで味を整える。
- ④器に盛り、飾り用に残した栗を荒く刻み、散らす。

消費生活センターだより

消費生活センター
☎(740)1167

通信販売に気を付けましょう

広告を隅々まで読みましょう
お試し価格での購入は慎重に

事例1：欲しいと思っていた形のかばんが新聞広告に載っていたので注文した。届いたかばんは思っていたような重厚感がなかったのでクーリング・オフしたい。(70歳代男性)

通信販売にはクーリング・オフ制度(一定期間内であれば、無条件で申し込みの撤回や契約の解除ができる制度)はありません。通信販売は「返品特約」という通信販売業者が決めたルールがあり、それに従うことになります。広告に返品できないと書いてあれば原則返品できません。通信販売を利用する時は広告をよく読み、必ず「返品特約」を確認しましょう。

事例2：「定価9,000円のダイエットサプリを初回500円、2回目以降は8,500円でお届けする定期コースです。解約はいつでもお電話で承ります」という広告を見て注文した。2回目を解約しようと思いつつも電話をするが「混み合っています」というアナウンスが流れ30分待ってもつながらない。どうしたらいいか。(40歳代女性)

通販業者に連絡ができないという相談が増えています。他にも「1袋お試し価格10円のダイエットサプリメントを申し込んだ2週間後に、20袋(約4万円)の商品が届いた。広告を見直すと支払い後でないと解約できないと小さな字で書いてあった」という相談も寄せられています。初回無料やお試し価格の商品を注文する時は広告を隅々まで確かめ、購入するかどうかは慎重に考えましょう。困ったことがあれば消費生活センターに相談してください。



マロンスープ

市特産の栗を使った秋の味覚

生きる

人権推進課
☎(740)1150

子どもたちに伝えること

伝え続けることで
生まれた感謝の気持ち

子どもたちには3歳から、僕自身のことを伝えていきます。「パパは昔ママと同じ身体やったんや。おっばいがあつてな。おちんちんはないやろ。神様が間違えておっばい付けたから、パパおっばい取ったんや」と。もちろん最初の頃は、意味も分からず、「ふ〜ん」と聞いているだけでした。

成長するにつれて、新しい情報をプラスして話し続けました。すると子どもたちの方から、「知ってるで。ママと同じ身体やって…」と説明するようになりました。

講演会にも一緒に付いて来ることがあります。子どもたちからすると、いつも聞かされている内容なので、「も一分かってるで」という感覚で聞いています。小さいうちから言い続けているから、わが子にとっては当たり前のことなのです。

先日も、「お母さんとお父さんどちらにも卵があつて、それが結び付いて子どもは生まれるんやで。でもな、パパには卵がないから、別の男の人の卵をもらった。その卵がママの卵と結び付いて、あなたたちが生まれたんやで」と話しました。すると上の子が、「その卵をくれた人を知りたい」と言ってきました。なぜ知りたいのか尋ねたら、このように答えました。「パパには卵がなかったから、別の人の卵を借りてお世話になった。ありがとうって言いたい。その人がおらんかったら、生まれてなかったもん。生んでくれたママにも感謝したり、見守ってくれたパパにも感謝したり、卵を分けてくれた人にも感謝したり」。

僕はうれしく、心が温かくなりました。伝え続けることの大切さを改めて感じました。

(Like myself 代表 前田良)