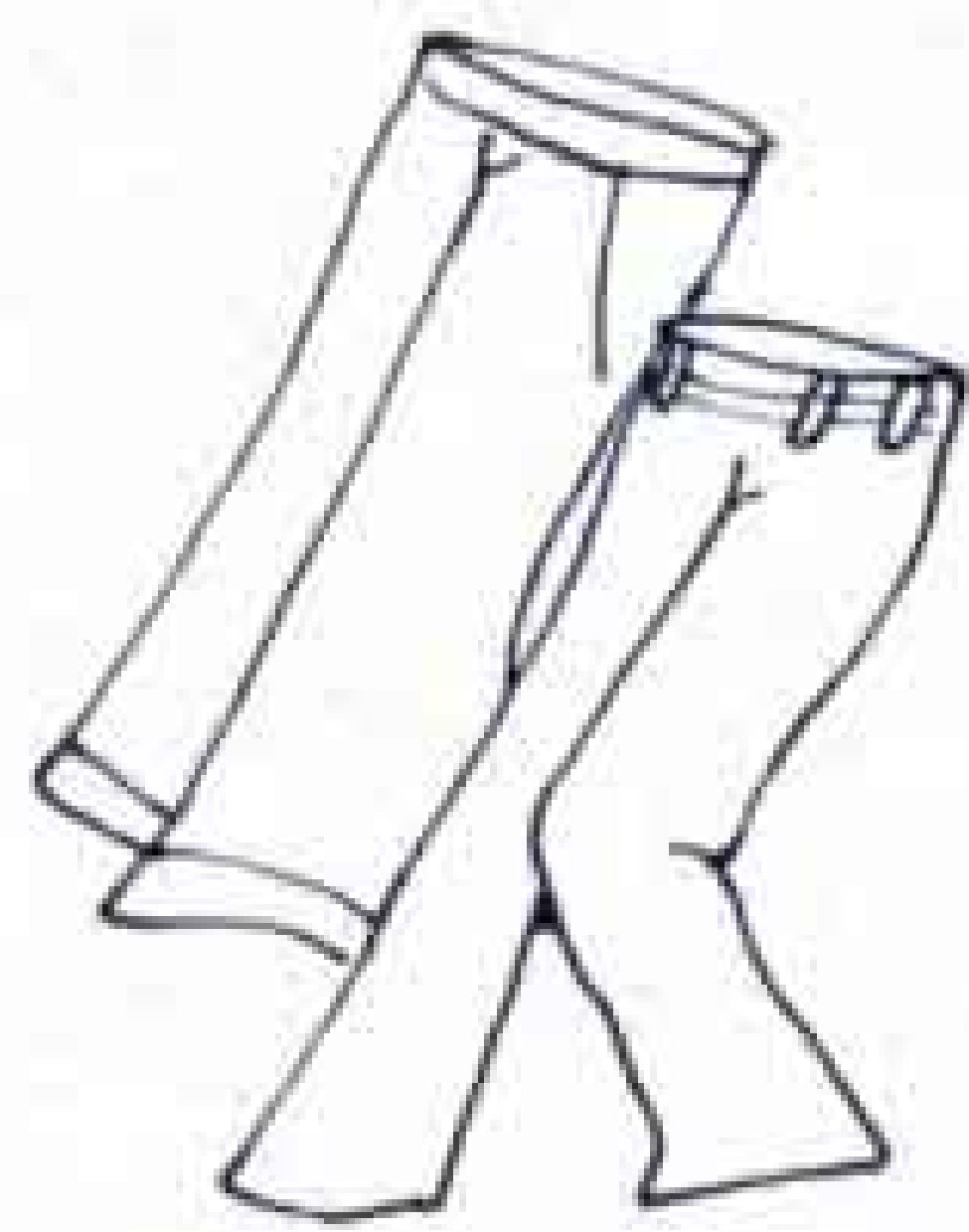


# くらしのちえ

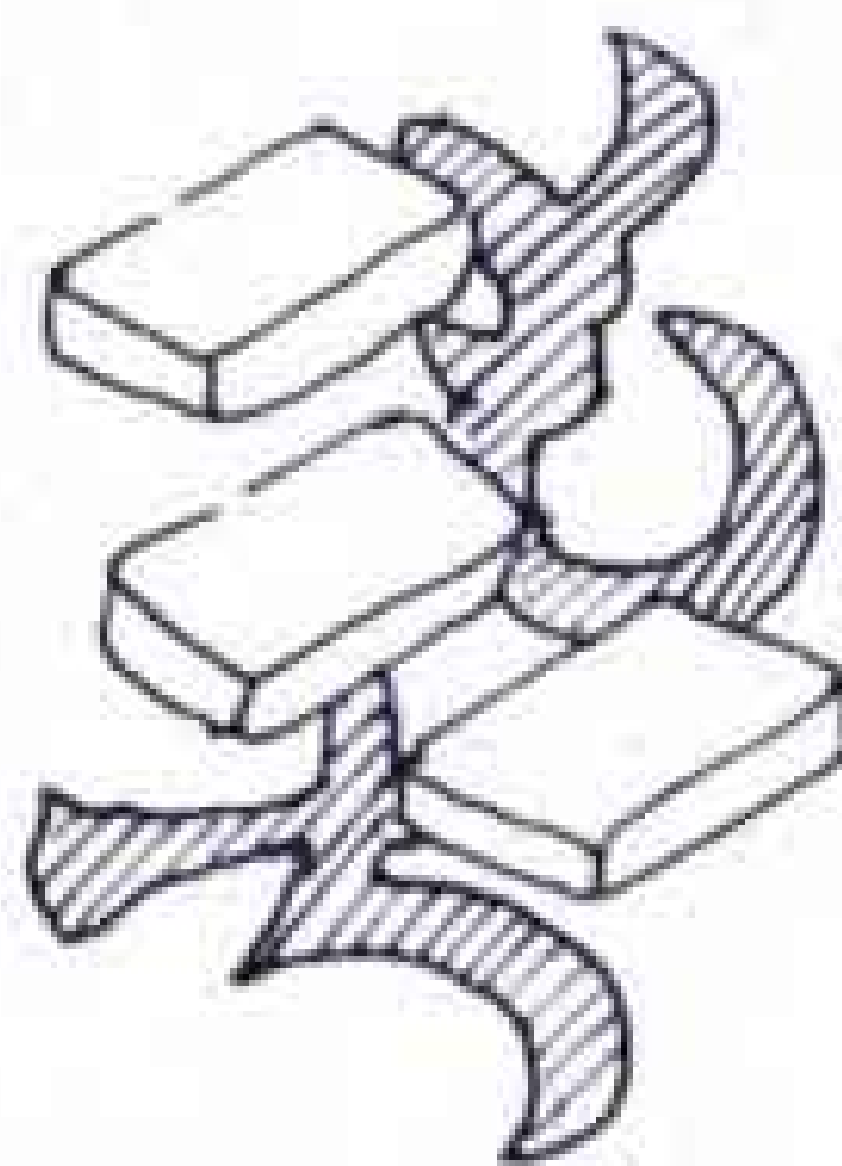
## ●ズボンのテカテカは



目のつんだギャバジンやサージなどのズボンは、着ているうちにテカテカ光ってきます。できるだけ光らせない方法としては、アイロンをかけるとき、水に1~2杯のアンモニアをたらした中に当て布を浸し軽く絞ってからズボンの上に当てます。こうしてアイロンをかけておくとかなり効果があります。かなり光ってきた場合には、ズボンにスプレーで水をたっぷり含ませてから、光った部分にクレンザーを振りかけ、洗たくブラシで軽くこすります。織り目にそって、丹念に繰り返してやるのがコツです。

## ●おモチの保存

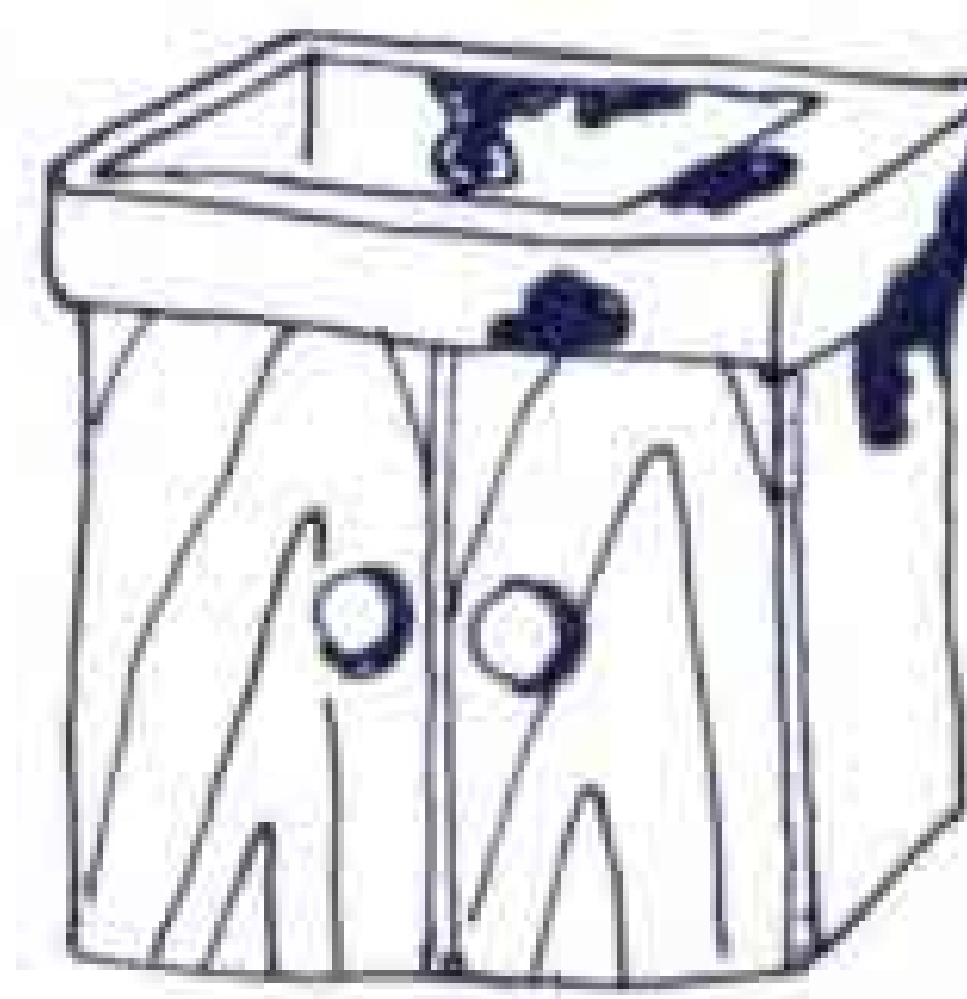
モチは柔らかいうちにマッチ箱ぐらいに切りそろえ、家族の一回分ずつ三カ日分をラップに包んで冷蔵庫に入れておきます。それ以上おく分はフリーザーで冷凍して保存



するのがいちばん。もしフリーザーがいっぱいなら表面にシヨウチュウをふってからラップで包むと、カビを防ぎます。

## ●台所の油よごれは

ガス台、壁、天井、換気扇などの油よごれは、強力住まいの洗剤の原液を布につけて拭き、その後、お湯で絞ったタオルで拭きあげます。これで取れないようなコビリついた汚れは強力住まいの洗剤にクレンザーを混ぜたものをスチールウールにつけ、熱いお湯をかけながら、ごしごしみがきます。水拭きでない場所の油よごれは、乾いたスチール



ウールかサンドペーパーを木片に巻きつけて、こすり落します。

## ●カゼの予防

カゼの予防には、十分な休息とバランスのとれた栄養をとることが一番です。とくに食品では、のどや鼻の粘膜を丈夫にするビタミンAを欠かさないように。卵黄、レバー、チーズ、バターを始め野菜に多く含まれています。

また外出先から帰ったら、必ずウガイを忘れないで。ビールスを取り去る意味で効果があります。水でもいいのですが2杯の食塩水か番茶ならなお結構です。ヒフを鍛える乾布マサツも有効です。

# 役所の仕事への苦情や不満は行政相談委員に

役所（国、県、市などの行政官庁国鉄、電報電話局などの公社）の仕事について処理方法がまちがっているとか、説明に納得ができない、役所の仕事の原因で不利益を受けたなどの苦情や相談意見をお持ちの方はいらっしゃいませんか。

これらの相談に応じてくれるのが「行政相談委員」です。この行政相

談委員は、市内の有識者の中から行政管理庁長官が委嘱しています。自宅で相談を受けるほか市民相談室では、毎月第2および第4金曜日午後1時から午後3時まで市役所2階の市民相談室で開いています。相談は無料、秘密は守ります。お気軽にご相談ください。

(電話51-0123 内線243番へ)

# 工業統計調査にご協力ください

ことしも、12月31日現在で、製造業を営んでいるすべての事業所を対象に「工業統計調査」が行われます。市の統計調査員が訪問しますので、その節はご協力をお願いします。

通商産業省  
広報広聴課統計係

この調査 確かな明日への 基礎がため!