



この運動は、火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災予防思想の一層の普及を図ることで、火災の発生を防止し、高齢者を中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的としています。

2023年度全国統一防火標語の「火を消して 不安を消して つなぐ未来」をスローガンに、全国一斉に秋の火災予防運動が実施されますので、皆さまも今一度、防火体制の確認をしましょう。

11月9日から15日までは、秋の火災予防運動を実施します



タコ足配線で最大消費電力を超過すると危険!

また、ホコリや水分が電気の通り道(トラッキング)となることで異常発熱するトラッキング現象とよばれる現象があります。普段から定期的に掃除し、電源プラグとコンセントをしっかり差し込み、すき間が生じないようにすることでトラッキング現象を防ぎましょう。

延長コードやテーパータップなどの配線器具は、同時に複数の電気製品を使うことができ、とても便利ですが、使い方を誤ると思わぬ事故に繋がります。

接続可能な最大消費電力を上回る状態で使うと、異常発熱して出火する危険性があります。配線器具には「何ワットまで接続できる」といった最大消費電力と「何アンペアまで接続できる」といった定格電流が定められています。最大消費電力などは、本体や取扱説明書に表示されています。電気製品を接続する際には、これを超えないように注意してください。

電源タップ火災が多発しています!



今月の料理

食生活改善推進協議会

〈副菜〉のっぺ汁

片栗粉でとろみががついているため、やさしい口当たりで野菜のうまみと甘みをたっぷり味わうことができます。次世代に伝えたい大切な味です。

作り方

- ① 干しいたけは水で戻して、軸を切り、薄切りにする。
- ② 里いもは、1個を3等分する。にんじんと大根は、皮をむき、5mm厚さのいちょう切りにする。
- ③ 鍋に分量の水を入れて沸騰させ、かつお節を入れる。1分ほど煮たら、火を止め、ざるでこす。
- ④ ③のだし汁と干しいたけのもどし汁、干しいたけ、大根、にんじん、里いもを鍋に入れ、大根がやわらかくなるまで煮る。
- ⑤ 油あげは半分に切り、短冊切りにして、④に加える。しょうゆ、みりん、塩で調味し、小口切りにしたねぎを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。

材料(2人分)

里いも	2個	水	300cc
にんじん	20g	かつお節	7g
干しいたけ	1枚	しょうゆ	大さじ1/2
大根	40g	みりん	大さじ1/2
油揚げ	1/2枚	塩	少々
青ねぎ	10g	片栗粉	大さじ1/2

● 1人分栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量	野菜摂取量
56kcal	1.9g	0.6g	67mg	1.2g	36g

養西診療所 ☎0584-71-6658
女性医師

内科・消化器内科・小児科
月曜・火曜・金曜・土曜

午前診 8:45~11:30まで受付
午後診 15:00~18:00まで受付
木曜 13:30~18:00まで受付

耳鼻いんこう科
火曜・土曜

午前診 8:45~11:30まで受付
午後診 13:00~18:00まで受付
木曜 13:30~18:00まで受付

鎮静下の内視鏡検査(胃カメラ)可 眠った状態で受けられます

内科 消化器内科 小児科 耳鼻いんこう科

養老町オンデマンドバス 養老10から 養老駅から 養老町飯ノ木337-1
バス停 養西診療所 車で5分 車で10分 養西診療所

RE HOUSE 外壁塗装・屋根工事専門店
株式 会社 エイトリハウス 養老町大場 888-8

雨漏り修理 塗装 漆喰 防水
雨樋・板金 大工・窓サッシ 白アリ

養老密着の外装専門店をお探しの方お電話を!

☎0120-35-1557 代表取締役 三輪 大介