

消防だより



暖房器具の取り扱いに注意！

ますます寒さが厳しくなり、空気も乾燥してきました。誤った暖房器具の取り扱いが「思わぬ事故」につながる可能性があります。取り扱いに十分注意し、安全に使用してください。

◇暖房器具を使用しての乾燥

洗濯物がストーブの上に落下し、火災になるおそれがあります。

こたつの中で洗濯物を乾燥中、洗濯物がヒーターに接触したため、火災になったケースもあります。

【対策】

洗濯物を乾かすのに暖房器具を使用することはやめましょう。

◇暖房器具への給油方法

給油タンクキャップの締め方が不十分な場合、灯油が漏れて火災になるおそれがあります。

【対策】

給油は必ず火を消してから行い、給油キャップは確実に締めましょう。



◇間違った種類の燃料を使用

暖房器具にガソリンを誤給油すると火災になるおそれがあります。

【対策】

給油をする際には、燃料の種類を確認し誤給油を防ぎましょう。また普段から容器を決めて燃料を保存しましょう。



◇壁際やカーテンの近くでの暖房器具の使用

壁に貼られているポスターなどが落下したり、風にあおられたカーテンが暖房器具に接触することにより、火災になるおそれがあります。

【対策】

暖房器具は壁などから離し、カーテンなどから遠ざけましょう。



今月の料理

食生活改善推進協議会



<副菜>煮なます

大根とにんじんを使うことから紅白なますといわれ、平安と平和を願うおせち料理の縁起物とされています。おせち料理には生野菜が少ないため、酢を使ったなますはお口直しにもなります。材料は手に入りやすいものばかりですので、おせちの1品として作ってみてください。

作り方

- ① 大根、にんじん、油揚げはせん切りにする。
- ② フライパンにごま油を熱し、①を入れて軽く炒める。
- ③ ②にAの調味料を加え、軽く煮、器に盛る。

※野菜のシャキシャキ感を残す程度に。

材料(4人分)

大根	1/3本(300g)	酒	大さじ1
にんじん	1/2本(30g)	酢	大さじ1
油揚げ	2枚	砂糖	小さじ2
ごま油	大さじ1	薄口しょうゆ	大さじ1・1/2
		だしの素	小さじ1/3

●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
82kcal	2.1g	5.1g	37mg	1.2g	82.5g

