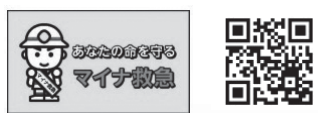


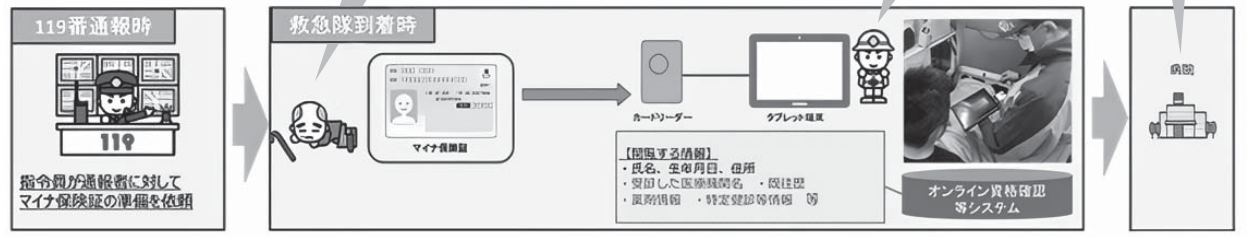
マイナ保険証を
携行しましょう

令和7年度にマイナ救急の実証事業が全国的に行われ、各種データの収集・分析が行われました。その結果、マイナ救急が「未実施」となった理由として、ほとんどが「マイナ保険証(健康保険証の利用登録がされたマイナンバーカード)の所持」であることが分かりました。外出時には、あなたの命を守るマイナ保険証を携行しましょう。

※マイナ救急とは、救急隊員が傷病者の同意を得たうえでマイナ保険証を活用し、医療情報(受診状況、既往症、服薬情報など)を閲覧することで、より適切な処置を行うことができ、円滑な搬送先の選定を実現する仕組みのことです。



マイナ救急の流れ



〈副菜〉ハツシュドオニオン

玉ねぎの甘味とベーコンのうまみがマッチして、料理教室でも人気が高かった料理です。チーズやベーコンなど食塩を多く含む食品を利用する時は、味付けの調味料を少なめにしてもおいしいです。

作り方

- ① 玉ねぎは1cm角に切る。ベーコンはみじん切りにする。
- ② ①をAと合わせて混ぜる。
- ③ フライパンに油を熱し、②を広げる。ふたをして弱火～中火で焼き色がつくまで焼く。裏返して同様に焼く。
- ④ 皿に盛り、ドライパセリをふる。

材料(4人分)

- 玉ねぎ 1個
- ベーコン 1枚
- 油 大さじ1
- ドライパセリ 適宜
- A
 - ピザ用チーズ 40g
 - 片栗粉 大さじ3
 - 水 大さじ1
 - 塩 少々

● 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 |
|---------|-------|------|-------|-------|-------|
| 111kcal | 3.2g | 6.8g | 72mg | 0.7g | 50.0g |

【プロのおそうじ】ご予約受付中

レンジフード...16,500円～
キッチン...19,800円～
浴室...16,500円～
洗面所...6,600円～
トイレ...6,600円～

お値打ちなセット価格!
水回り5点掃除セット
57,200円～
※価格表示は税込です。

お部屋の片づけ、床洗浄
ガラス、定期清掃
生前のお片付け
など予約受付中(見積無料)

家庭用壁掛けエアコンクリーニング
10,780円～(自動掃除機能付きは18,700円～)

おそうじ代行
さかえやグループの店 **さわやか** ☎0584-34-3215

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 雨樋・板金 防水
玄関・窓 フェンス 白アリ ハト

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