

# 台風シーズン到来

## 台風が近づいてきたら早めの対策を



- 家の外の備え
  - 家の周囲を点検し、必要に応じて補強を行う。
  - ▼屋根の瓦のひび・ずれ、トタンのめくれ・はがれはないか。
  - ▼窓ガラス・雨戸のガラスのひび割れ・窓枠のたつき、雨戸のたつきはないか。
  - ▼雨どい・落ち葉や土砂が詰まっているか。つなぎ目のはずれ等はないか。
  - ▼外壁等ひび割れ・破損・

- 家の中の備え
  - ▼窓や雨戸はしっかり力がかけて、飛来物の飛び込みに備えてカーテンやブラインドをおろしておく。
  - ▼非常持ち出し品を準備し寝るときには枕元へ。
  - 非常用食料(3日分)
  - 飲料水(3日分)：1日1人3リットルが目安
  - 懐中電灯
  - ローソク、発煙筒
  - マッチ、ライター

毎年、全国各地で台風や大雨による被害が発生しています。被害を最小限にするためにも、日頃からの備えと点検を万全にしておきましょう。

★台風が近づいてきたら

- 気象情報に十分注意
- テレビ、ラジオ、インターネット等で最新の情報を確認。

- ▼くらつき等はないか。プロパンガスのボンベは固定されているか。
- ▼植木鉢や物干し竿など風で飛ばされそうな物は室内に入れるか、飛ばないように固定する。
- ▼家のまわりの側溝や排水口を掃除して水はけを良くしておく。
- ▼テレビアンテナ等の線や支柱を確認し、補強しておく。

### 警戒と早めの避難を心がけましょう

- 携帯電話
  - 携帯ラジオ
  - 予備電池
  - 衣類、下着類、タオル
  - 救急セット
  - 貴重品
  - ロープ等
- 大雨や台風が近づいてきたら、田畑や河川には絶対に近寄らない。大雨が降ると水路や側溝、河川の水流が早くなり大変危険。

地震と違い、台風や大雨はテレビ、ラジオ等により危険を事前に知ることができず。早め早めに避難を行うことが命を守る基本です。役場では、警報等の気象情報や河川の水位情報、土砂災害警戒情報等を基に避難準備情報、避難勧告・指示を発令することとしております。役場からの避難情報に注意するとともに、周囲の状況に常に注意を払い、早めの自主避難を心がけてください。

- ・避難は動きやすい服装で、2人以上で行動すること。
- ・風で飛ばされている物から頭を保護するため、帽子・ヘルメット・頭巾等を着用すること。
- ・水没した道路は側溝等が見えず危険。長い棒を杖代わりにするなど、足元の確認を忘れずに。

図総務課(☎88-6066)

役場では、状況に応じて地域ごとに避難に関する情報を3段階に分けて発令することとしています。ただし、同じ地域でも場所によって状況は異なりますので、周囲の状況を判断し、早めに自主避難するように心がけましょう。

### 役場からの避難情報に注意

- 避難準備情報…避難勧告や避難指示を行うことが予想され、避難の準備を呼びかけるために発令
- 避難勧告…災害の発生する危険性が高まったときに発令
- 避難指示…避難勧告より更に災害発生の危険性が非常に高いときに発令

サイレン		
0- 約1分	休止 5秒	0- 約1分 5秒

### 9月1日は「防災の日」

台風や大雨、地震等の災害に備え、『自分たちのまち・地域は自分たちで守る』といった防災意識の啓発と、防災に関する知識普及のため、昭和28年の「南山城水害」の写真、田原川浸水想定区域図等の展示を行っています。

期間 9月7日(月)まで

場所 総合文化センター(2階) ギャラリー

図総務課(☎88-6066)

### 食改の窓 ～食を通じた健康管理・町食生活改善推進員協議会～

#### No.102 『きゅうりの干しえびいため』



- 材料 (4人分)
- きゅうり ……………160g
  - 干しえび ……………8g
  - 春雨 ……………40g
  - 油 ……………8g
  - しょうがの薄切り ……………1枚
  - 干しえびのもどし汁 ……1/2カップ
  - A 塩 ……………小さじ1/2弱(2.5g)
  - ゴマ油 ……………小さじ1/2(2g)

#### 作り方

- ①きゅうりは縦4つ割りにし、幅1cm長さ3～4cmの斜め切りにする。
- ②干しえびはぬるま湯又は水(1カップ位)でもどす(20分間)。もどした干しえびの皮を取り除く。春雨は10cm位の長さに切り熱湯でもどす。
- ③なべに油を熱し、しょうがを炒め香りをだす(取り出す)。干しえび、きゅうり、春雨の順に入れ炒める。
- ④③にAの調味料を入れ、ふたをして弱火で10分ほど煮る。  
※干しえびのもどし汁は状態を見てもう少し入れても良い。

(1人分) エネルギー 68kcal 蛋白質 1.4g 脂質 2.6g カルシウム 159mg 塩分 0.7g



第2班(南) 福田 保子さん

春雨に干しえびの風味が効いていて、きゅうりの炒めた食感がマッチしています。カルシウムがたっぷりです。

### 社協通信

**チャイルドシートリサイクル**  
ご家庭で不要になったチャイルドシートをお持ちの方、またはチャイルドシートが必要な方は社協へご連絡ください。  
現在、チャイルドシート3台、ジュニアシート1台あります!

**『不要な入れ歯』ご寄付のお願い**  
入れ歯に付いている小さな金具には、貴金属が微量に含まれています。沢山の入れ歯をまとめて熔かすと大きな価値が生まれます。ゴミとして捨てるのはもったいないことです。みなさん、ご協力をお願いします。

**寄付の仕方**  
①汚れを落として熱湯消毒し乾燥させます。  
②ビニール等でしっかり包み粘着テープか輪ゴムで止めて回収箱に入れてください。

**回収箱設置場所**  
●社協 ●役場 ●保健センター

図社会福祉協議会(☎88-3294・FAX88-4094)



毎週日曜日に新聞折込しています  
快適住まいのリフォーム

**Refine**  
パナソニックのリファインショップ

介護保険対象工事・太陽光発電・オール電化・バリアフリー改修・省エネ改修・耐震改修 ネットで検索

リファイン京田辺

**Refine 京田辺**  
京田辺市三山木初メ4 お問合せ  
通話料無料 0120(806)200へ

二十歳の門出に輝く女性を演出!  
美容予約受付中

ヘア・メイク・着付・フェイシャルエステ 顔そり・写真=35,000円

**WaKaHaYaShi**  
HAIR・FACE・BRIDAL  
URL http://www.wakahayashi.co.jp

本店 ☎0120-22-8684  
わかはやし 検索

子ども子育て応援パスポート

18歳未満の子どもさんのいるご家庭には、プレミアムカードを役場住民福祉課へお申し出ください。

**The700 U.P CARD**  
スーパーカード  
PREMIUM

地域のみなさんといっしょに、この町の人々を応援します。  
U.P CARD  
宇治田原町商業振興協同組合