

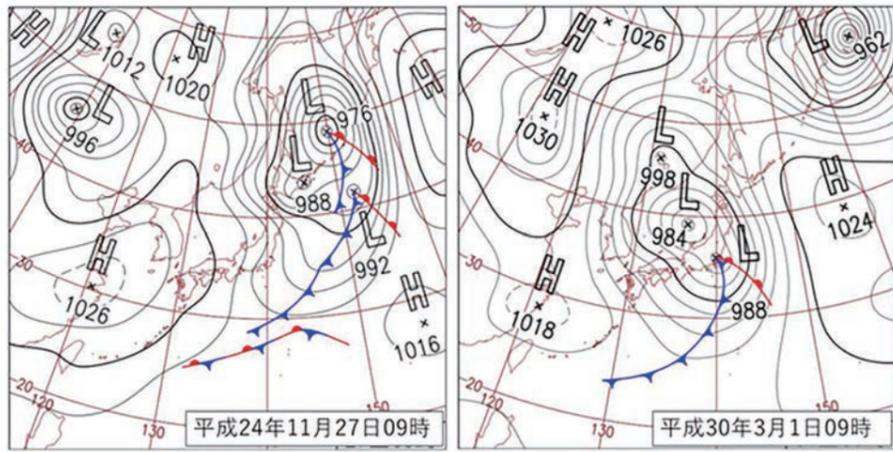
竜巻注意情報について

問い合わせ 室蘭地方気象台 ☎0143-22-4249

北海道では、厳冬期に発達した低気圧が通過すると大雪や暴風雪になり、交通障害、停電、湿った重い雪による農業施設等の倒壊などの災害が発生します。最悪、人命に関わる災害を引き起こすこともあります。

低気圧が移動すると風向が変わる、つまり雪雲が入ってくる方向や雪の降り方も変わります。胆振東部では、北西から北の方向に高い山がないため、冬型の気圧配置になると日本海（石狩平野）から雪雲が入り続き、大雪になることもあります。また、北海道の南海上を発達した低気圧が東進すると太平洋に接する市町には大量の湿って重い雪が降ることがあります。それから、大雪の後の雪崩や春先の大雨での融雪洪水にも十分に注意すべきです。

大雪や暴風雪の中の外出はとても危険です。暴風雪や大雪となった場合は、緊急以外、自分の命を守るために外出は止めて自宅に留まることが最も適切な選択になります。自分の行動計画を、「お出かけは、晴れて、道路の除雪が終わってから。」に変えれば良いのです。危険を冒してまで出かけなければならない場合は、その行動と被災のさまざまな場面を想定した命を守るためのアイテムが必要となります。



気象台ノート



町では、災害情報や町からのお知らせが放送される「防災行政無線」を無償貸与しています。

「もしものとき」は明日かもしれない

問い合わせ 総務課 情報防災グループ ☎27-2481

防災のページ 「北の災害食」レシピの紹介



地震や台風、洪水など、近年、日本各地で大規模・激甚化する災害が多発しています。特に、電気・ガス・水道などライフラインが途絶えた避難生活では、乾パンなどの災害非常食、支援物資のカップラーメンやおにぎりなどの食事だけでは栄養が偏りがちになり、飽きからくる食欲減退など身体的な負担に加え、心にも大きな影響をおよぼします。

避難生活の経過と共に「非常食」から手に入れやすい食材で作る日常の食事に近い「災害食」が必要とされています。

今回は、北海道主催の「北の災害食レシピコンテスト」のアレルギー対応食部門で審査員特別賞を受賞したレシピをご紹介します。



おしるこ〜ん

- 材料 (4人分)**
- ジャガイモ・・・中3個 (450g)
 - ニンジン・・・中1/2本 (100g)
 - タマネギ・・・中1/2個 (75g)
 - スイートコーン缶・・・2缶 (460g)
 - こしあん・・・350g (あんこに対し水分0.8倍)
 - 片栗粉・・・大さじ5 (45g)
 - アレルギー対応の油・・・大さじ1 (12g)
 - 飲料水・・・600ml程度
- ※飲料水は鍋に材料が浸るまで水量を加減するとよい

- ジャガイモとニンジンは1cm角のサイコロ状に、タマネギはみじん切りにする。スイートコーン缶は実と汁に分けておく。
- 鍋にジャガイモとニンジン、飲料水を浸る程度入れて加熱する。沸騰したら、タマネギを加え15分ほど煮る。
- 柔らかくなったら火を止め、中身をざるにあけて鍋に戻し、煮汁はボウルにとっておく。
- 3にスイートコーンの実を入れて火にかけ、余分な水分を飛ばし、ボウルにあけ、熱いうちにスプーンでつぶす。
- 片栗粉を入れ粉っぽさがなくなるまで混ぜたら、直径5cmほどの平らな団子を作る。
- フライパンに油をひき、5を並べ、焼き色が付くまで両面を焼く。
- 鍋にあんこと1の缶汁、3の煮汁を入れて加熱し、沸騰させて少し煮詰める。
- 器に6の団子と7を盛り付けてできあがり。

栄養価(1人分) エネルギー 437kcal / 水分 289g / たんぱく質 8.7g / 脂質 4.1g
炭水化物 92.4g / 食物繊維 9.8g / 食塩相当量 0.5g ※水分は蒸発分を考慮済み

料理のコツ・ポイント

- スイートコーンといももちでやさしい甘味のおしるこができる。
- 材料を小さめに切ると水やガスを節約可能
- スイートコーン缶の汁や煮汁も使い、栄養分を無駄なく摂取できる。
- ブロッコリーがあれば入れてもよい。

レシピは下記ホームページからご覧いただけます。



北海道防災情報



クックパッド

パブリックコメント

意見募集

厚真町地域防災計画(改訂案)

胆振東部地震の災害対策本部活動で得られた教訓や反省を生かし、より強い防災体制の確立を目指して「厚真町地域防災計画」の改訂を行います。皆さんの意見を反映するため、「厚真町地域防災計画(改訂案)」への意見を募集します。

意見を提出できる方

- ・町内に住所を有する方
- ・町内に事務所または事業所などを有する個人、法人その他団体
- ・町内の事務所または事業所に勤務する方
- ・町内の学校に在学する方
- ・このパブリックコメント手続きに係る案件に利害関係を有する方

募集期間

1月18日(月)～2月16日(火)17時30分必着

資料の閲覧場所

- ・総務課情報防災グループ、上厚真支所(書面の縦覧)
- ・町ホームページ

意見の提出方法

意見提出用紙にて提出(氏名および住所、法人その他の団体は名称、代表者の氏名および主たる事務所の所在地を記入)を郵送、持参、ファックス、電子メールにて提出

意見の提出先

- ・持参・郵送
〒059-1692 京町120番地
総務課 情報防災グループ
※開庁時間…8時30分～17時30分(土曜・日曜日、祝日を除く)
- ・☎27-2481 ファックス：27-2328
- ・電子メール：kanbou@town.atsuma.lg.jp