



くらしの知恵袋



災害用伝言ダイヤル 171

災害用伝言ダイヤル171は災害時にお互いの安否を確認することができるサービスです。災害時にサービスが開始されるので普段は利用することができませんが、体験できる期間があるので、いざという時に慌てないためにも、試してみたいはいかがですか？実際にやってみる！が非常時の行動につながります。



◆体験利用期間

・毎月1日と15日

・お正月三が日

・防災週間

8/30・9時～9/5・17時

・防災とボランティア週間

1/15・9時～1/21・17時

◆使い方は・・・



① 171に電話

② ガイダンスが流れるので伝言を録音する場合は1、音声を確認したい場合は2を押す。

③ ガイダンスに沿って伝言を入れる先の電話番号、または伝言を確認したい電話番号を入力

④ 「伝言ダイヤルセンターに接続します」と流れ、その後のガイダンスに沿って伝言を録音、または再生する。

☆録音できる時間は30秒ですので、伝えたいことをあらかじめ決めておくといいですね。

かんたんレシピ



ツナと枝豆の冷奴

【材料：1人分】

木綿豆腐・・・1/2丁 ツナ缶(ノンオイル)・・・小1缶

ミョウガ・・・1個 茹でムキ枝豆・・・適量お好みで

えごま油・・・大さじ1 ごまだれ(市販)・・・大さじ1

ポン酢(市販)・・・大さじ2

火を使わないので、暑い日にピッタリです。枝豆の緑が涼やか♪

① 茹で枝豆はさやから出す。みょうがは小口切りにして水にさらしてからザルにあげておく。

② ボウルに軽く水気を切ったツナ缶と枝豆をいれ、ポン酢とえごま油で合わせる。

③ 豆腐はスライスして皿に並べ②と刻んだみょうがを乗せる。その上に残ったポン酢とごまだれを混ぜ合わせてかければできあがり。



夏の定番、冷奴と枝豆。2つの食材にツナ缶を加えてたんぱく質たっぷりのおかずです♪

白井市の新築・リフォーム Google クチコミ



信頼を大切に地域 No.1

かみの こうむてん
(株)神野工務店

〒270-1431 千葉県白井市根 1780-116 0120-461-206

工事のご依頼、ご相談お気軽にお問い合わせください！

