

- 01 日本一安心で安全なまちを目指して
- 02 防災：耐震、避難所、水害
- 03 防災：防災ガイドブック
防犯：特殊詐欺・自転車盗難対策
- 04 消防団：活動紹介
お楽しみコーナー

すすめ! 安安丸

「バランスよく日常備蓄!」

今日の夕飯、おいしそう! ふふふ、実はこれも備蓄対策の一つなのだ。

保存がきく食べ物や日用品を少し多めに買っておき、日常で使ったらなくなる前に買い出しする。

こうして非常時に必要なものを常に備えておくのだ! いつも使っても大丈夫なもので、レシビを覚えてみたよ!

栄養バランスが悪い...

保存がきくお米を中心とした備蓄がおすすめだぞ!

4コマ漫画「すすめ! 安安丸」はブログで連載中!
<http://blogs.yahoo.co.jp/anshinkomae/>

日本一安心で安全なまち狛江市 推進キャラクター紹介

守助 (もりすけ)

とても素直で純粋な性格。安安丸のように、狛江市の立派な番犬になりたいと日々奮闘しているが、やる気が空回りして間違った方向に突っ走ることもしばしば...? でも、小さいながら一生懸命がんばる姿を、みんなが応援している。

安安丸 (あんあんまる)

顔や風貌で怖く見られがちだが、困っている人は放っておけない面倒見のいい性格。市民をいつも見守っている。卑劣な犯罪などを見ると激昂し、果敢に犯人に立ち向かう。守助のことを弟分としてかわいがっている。誕生日は10月25日(安心で安全なまちづくりの日)

今年もゆるキャラ®グランプリに参加します!

応援よろしくをお願いします!

■投票期間
7/22(金) 10:00~10/24(月) 18:00
※投票期間になると投票できるようになります

ゆるキャラ®グランプリ2016
<http://www.yurugp.jp/>



(写真:平成27年度 45人リレーの様子 安安丸(左)と狛江市長 高橋都彦)

安心安全情報紙が できました

創刊にあたって

自然は人知を超えてやって来ます。今年4月に発生した熊本地震然り、昨年9月の鬼怒川の堤防決壊も然りです。自然災害の恐ろしさが改めて浮き彫りになり、誰もが、『安心』して『安全』に暮らすことの尊さを再認識したことを思います。しかし、この『安心』『安全』は、当然に与えられるものではなく、日頃の備えの積み重ねから築かれるものです。こうした思いから、この度、『安心安全通信』を創刊しました。この通信には、『防災』『防犯』『消防』の3つのテーマについて、役立つ情報や行動するためのヒントを掲載してまいります。

特に、今号では、熊本地震等を踏まえ、『防災』を特集し、皆さんに取り組んでいただきたい備えについて、紹介していきます。ぜひ、この通信を活用して、ご自身で何が出来るかを考え、行動を起こしてください。

ともに日本一安心で安全なまちを目指しましょう。

狛江市長 高橋都彦

熊本地震義援金等 ご協力ありがとうございました

1コマ目のレシビを紹介するよ!

安安丸のお鍋にお任せ鯖缶ポトフ

材料
 鯖水煮缶...大1缶(鯖でもOK)
 にんじん(小) (皮をむいて、乱切り)...1本
 たまねぎ(楕円に切る)...1個
 じゃがいも(皮をむく)...2個 他 野菜適宜
 固形コンソメ...1個

作り方
 お鍋の中央に鯖水煮を入れ、周囲に野菜を彩りよく入れ、水と固形コンソメを入れて煮る。野菜が柔らかくなったら、塩・こしょうで味を調え、出来上がり。

守助大好き 簡単豆カレー

材料
 ひよこ豆の缶詰め...1缶(ざるにあげ、缶汁をきっておく)
 たまねぎ...1個 しょうが・にんにく...各1カケ
 トマト(ざく切り)...3~4個 ローリエ...1枚
 カレールウ・スパイス各種適当に...

作り方
 ① たまねぎ、しょうが、にんにくをみじん切りにする。
 ② 鍋に油(オリーブ油など)、しょうが、にんにく、ローリエを入れて熱し、香りが出たら、たまねぎも入れて炒める。
 ③ あれば、カレー粉大さじ2くらいと、スパイスを入れて炒める。
 ④ 豆、トマトを入れて炒め、水をひたひたになるくらいに入れる。
 ⑤ 少し煮たらカレールウを入れ、お好みのお味に調整したら完成!

備えよう! 防災特集

防災 STEP 1 日常備蓄をはじめよう!

みなさん日常備蓄という言葉をご存知ですか? 普段食べない物を備蓄品としてたくさん保管しておくのは、奥にしまったりして、賞味期限の管理も大変です。そのため、日頃から調理に使える食品を少し多めに購入し、使用して減ったらまた買い足しておく日常備蓄(ローリングストック)で、普段から食べ慣れているものを備蓄しましょう。

CHECK
 狛江市防災ガイド... P.2
 狛江防災... P.4
 東京防災... P.84~93

次のページへつづく