



3月25日(月)と26日(火)の2日間、沖電気工業(株)による「高機能消防指令センター」操作説明会が開催されました。

新入職員を対象として、119番受信時の操作方法を確認するとともに、火災をはじめとした各種災害時における初動対応となる消防指令センターの重要性を認識しました。

### 高機能消防指令センター 操作説明会実施



### 119番通報について

養老町内の固定電話から発信された119番通報は、養老町高田にある町消防本部の指令センターへ繋がりますが、携帯電話から発信された119番通報は、養老町に隣接する他の消防本部へ繋がることがあります。その際は町消防本部に転送されますので、電話を切らずにお待ちください。

また、携帯電話から発信された119番通報では、場所の特定に時間がかかります。近くに固定電話がある場合は、そちらを使用してください。消火活動や救急救助活動は1分1秒を争う時間との勝負です。119番通報の段階からすでに勝負は始まっています。迅速、的確な活動を行うためにも、119番通報の際は、通信員が質問してきますので、落ち着いて・ゆつくりと・はっきりと・正確にお答えください。



## 今月の料理

食生活改善推進協議会

### (主菜) みぞれチキン(主菜)

生姜の香りが効いてさっぱり美味しい鶏むね肉レシピです。味付けは市販のめんつゆだけで簡単に、片栗粉と大根おろしでお肉が柔らかく仕上がります。レタスに包んで食べるのがおすすめです。

#### 作り方

- ① 大根は皮をむいてすりおろす。
- ② 鶏肉は一口大のそぎ切りにし、包丁で両面をたたき、Aをもみ込んで片栗粉を薄くまぶす。
- ③ フライパンでサラダ油を熱し、鶏肉の両面をこんがり焼き、お皿に取り出す。
- ④ フライパンの油をふき取り、Bを入れ、大根おろしを汁ごと混ぜ、弱火にかけ、とろみがついたら火を止める。
- ⑤ お皿にレタスをしき、③の鶏肉をのせ、④のみぞれソースをかける。

#### 材料(4人分)

大根	2cm	片栗粉	適量
鶏むね肉	240g	サラダ油	大さじ1
酒	大さじ1	レタス	2枚
A しょうがのすりおろし		片栗粉	小さじ1
	小さじ1/4	B めんつゆ(2倍濃縮)	大さじ3

#### ●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
129kcal	12.8g	4.3g	22mg	1.0g	37.5g

## 50歳代以上の方向け! 終活マネー講座 人生100年時代のセカンドライフに向けて ~日常生活費の見直し~

- 高齢者の増加と少子化の進展
- 終活全体像と備えておきたい4つのポイント
- 老後の必要資金・将来の年金計算
- 日常生活費の見直しポイント 等

日時: 5月25日(土) 13:30~15:00

場所: (株)オフィス養老(石畑299) 参加費: 無料

※参加者の方には【エンディングノート】をプレゼント!

保険と資産形成の生涯パートナー  
(株)オフィス養老 申込 ☎0584-34-0008

## 【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 さわやか ☎0584-34-3215  
さかえグループの店