

## 11月7日~13日 秋の火災予防運動

## 住宅用火災警報器の設置はお済みですか？

住宅火災で亡くなった方の約6割が「逃げ遅れ」です。警報器の設置により火災の早期発見と避難が可能になります。



## 設置箇所の基準

- 主に寝室として使用している居室の天井か壁面。
- 2階以上に寝室がある場合は、階段を上ったところの天井か壁面。
- 設置義務はありませんが、台所や仏間など、火を取り扱う場所にも設置すると、より安全です。

横手市消防本部「住宅用火災報知器設置の義務化」HPより

## 受講者募集

## 旭・健康の駅

月に1回「健康」をテーマに健康講座を開催しています。

開催日時 11月25日(木) 午前10時~11時

講座内容 健康講話 らくらく体操

## 脳内スッキリ 脳トレ問題

ひらがなを並び替えて、ことわざ・慣用句をつくりましょう

(例題) んしかんんせ → (答え) しんかんせん

① ずかていしん →

③ ぶくらきふさ →

② がけたえつき →

④ んうてきほよ →



(答えは2面)

# Yokote's Kitchen

## ■しいたけの豆腐肉詰め■

### ★材料

しいたけ 12個  
(肉厚でかさ大きめ)  
薄力粉 適宜  
サラダ油 大さじ2

A { 鶏ひき肉 200g  
木綿豆腐 200g  
長ねぎ(みじん切り) 60g  
おろししょうが 小さじ1  
片栗粉 大さじ2  
酒 小さじ2  
塩・こしょう 各少々

B { 柚子胡椒 小さじ1  
酒・みりん 各大さじ1  
水 大さじ4  
片栗粉 小さじ1/2

### ★作り方

- しいたけは、石づきをとり、かさに切り込みを入れ飾り切りにする。かさの裏側に薄力粉をまぶしておく。
- 豆腐はちぎり、耐熱皿にのせラップをかけずに電子レンジで1分加熱する。粗熱をとり、キッチンペーパーで水気を絞る。
- Aと②を混ぜ合わせよく練り、かさの裏側に詰める。
- フライパンに油を熱し、肉の面を下に並べ入れ2~3分焼く。焼き目がついたら裏返して弱火で蓋をし5分程蒸し焼きにし、皿に取り出す。
- Bを合わせ、フライパンで軽く煮立たせ、しいたけにかける。

食農推進課【食と農からのまちづくり】HPより

**ゴミ焼きは迷惑行為です！**



## 11月の旭地区・ごみ収集日

日	曜日	予定
1	月	びん
2	火	燃やすごみ
3	水	ペットボトル
4	木	プラスチック製容器包装類
5	金	燃やすごみ
6	土	
7	日	
8	月	飲食品用缶、古紙・衣類
9	火	燃やすごみ
10	水	
11	木	
12	金	燃やすごみ
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	燃やすごみ
17	水	燃やさないごみ
18	木	プラスチック製容器包装類
19	金	燃やすごみ
20	土	
21	日	
22	月	飲食品用缶、古紙・衣類
23	火	燃やすごみ
24	水	
25	木	金属類、ガラス・せと物、小型家電・乾電池
26	金	燃やすごみ
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	燃やすごみ