

あなたの家の地震対策は大丈夫ですか！

2021年3月で東日本大震災の発生から10年の節目を迎えます。世界的に見ても地震の多い国「日本」で30年以内に首都直下型地震が起こる確立は70%と予測されています。

家庭でできる地震対策



もし家にいる時は

身を安全に守る。身の安全が最優先。急いでテーブルの下に身を隠したり、家具の少ない部屋に移動したりします。



脱出口を確保します

揺れが大きいとドアや窓が変形して開かなくなり室内に閉じ込められることがあります。ドアや窓を少し開けて逃げ口を確保して下さい。

火の始末をします

目の前で火を使っていた場合や揺れが小さい場合は、すぐに消すようにしますが、身を守ることが優先です。火が出なくてもガスの元栓は確実に閉めて下さい。電気のブレーカーも切して下さい。



揺れが収まっても油断しないで下さい

改めて家族や同居人の安全を確認して下さい。大きい地震の後には余震が発生することがあります。倒れかかったタンス、本棚、冷蔵庫などには近づかないで下さい。転倒する恐れがあります。テレビやラジオからの情報を入手して下さい。



★まだまだコロナ禍なのでお気をつけ下さい。

今回の数独／ナンバープレースです。

			8	6	9			
			5		7			
4				1				5
	8							5
1			9		4			8
		2					6	
7	3		1	8	5			2
		1	4		2	9		
2								1

(ルール)
タテ列の9マスと、ヨコ列の9マスに、1～9の数字が1つずつ入る。太い線で区切られた、3×3の9つのブロックの中にも1～9の数字が1つずつ入る。 ※答えは次号で発表致します。

前回の数独／ナンバープレースの答え

1	7	3	4	2	8	9	6	5
4	2	8	9	5	6	3	7	1
9	5	6	3	1	7	8	4	2
3	1	4	5	9	2	6	8	7
6	8	5	7	4	1	2	9	3
7	9	2	6	8	3	1	5	4
8	4	1	2	7	9	5	3	6
2	6	7	8	3	5	4	1	9
5	3	9	1	6	4	7	2	8

いかがでしたでしょうか？
バッチリでしたでしょうか？

〈まぜるだけで簡単にできます。〉

- (1) ボウルに無塩バターと砂糖を入れ、泡立て器で白っぽくなるまで混ぜ合わせます。
- (2) 溶き卵を3回に分けて入れ、泡立て器で混ぜ合わせます。
- (3) 薄力粉とベーキングパウダーを入れ、ゴムベラでさっくりと切るように混ぜ合わせます。
- (4) チョチップを入れて混ぜ合わせ、全体になじんだら型に入れます。
- (5) 170℃のオーブンで20分程焼き、ほんのりと焼き色がついたら完成です。

スイーツ特集

チョコチップカップケーキ



材料 無塩バター・・・100g
砂糖・・・100g
6個分 溶き卵 (Mサイズ)・・・2個分
薄力粉・・・150g
ベーキングパウダー・・・3g
チョコチップ・・・50g



お住まいのリフォームはお気軽に、当社へご相談下さい。

有限会社瀬古住建

営業
内容

屋根、雨樋、外壁工事、外壁塗装
太陽光発電工事、エクステリア工事、
修繕工事

〒511-0938 三重県桑名市大字友村1308-2

ご相談・お見積り無料！

TEL. 0594-33-3777

HP <https://www.sekojuken.com>
E-mail: info@sekojuken.com