



気象情報を活用しよう

気象庁のホームページには、普段の生活から、防災に役立つものまで多方面から気象に関する情報提供をしています。

気象庁ホームページに掲載されている気象の情報について

＜普段の生活で役立つ情報＞	＜大雨時に活用できる情報＞
- 天気予報 - 天気分布予報 - 地域時系列予報 - 雨雲の動き - 今後の雨 - 紫外線情報 - 熱中症警戒アラート	- 早期注意情報（警報級の可能性） - 気象情報（全般・地方・府県） - 台風情報 - 警報・注意報（今後の推移） - 大雨警報（浸水害）・注意報 - 土砂災害警戒情報 - 大雨警報（土砂災害）・注意報 - 洪水警報・注意報 - 指定河川洪水予報 - キキクル（危険度分布） - 線状降水帯に関する情報



※ 気象庁HPの使い方

※ 気象庁HPより

警報・注意報（今後の推移）

地域別で今後の予想が表示しているので、行動の予想が立てやすいです。

キキクル…って知ってますか？

土砂災害、浸水害、洪水災害の危険度の高まりについて、面的に確認できるように示した危険度分布情報です。警報級の大雨の時など、10分ごとに更新されますので早め早めの行動に役立ちます。

**気象情報を確認して
安全確保をしましょう！**

環境レンジャー
防災士/管理栄養士
中村 政幸

Topics!

おうち酵素レシピ



↑
詳細の
記事はコチラ

にんじん、キャベツ、ブロッコリー、りんご、
みかんなどの季節の野菜や果物と、
同量の砂糖をきれいな手で混ぜ混ぜ°・*:.。✿
ぷくぷくと発酵してくれたら大成功。

【酵素エキスの活用レシピ】

- * お水や牛乳 豆乳と割ってジュースに
- * つぶしたバナナと合わせて凍らせてシャーベットに
- * ヨーグルトにかけて
- * マヨネーズと合わせてマヨドレに

**酵素を活用して
腸内細菌のバランスを整えましょう！**

食レンジャー
和漢薬膳士
柴田 典香

健康応援隊には
たくさんの健康ヒーローがいます→

