

家族と暮らしを守る

まもりとそなえ

contents

- 防災の基礎知識&対策-津波・高潮
- 安心・快適な住まいづくり-屋根・外壁の塗り替えリフォーム
- 防災アイデア-ラップの活用術 ■ 防災レシピ-ポリ袋調理「イワシ缶でチリコンカン風」

