

もしもに備える食 ～ 災害時でもいつものごはん ～

山梨県生協連 第23回生協大会開催

日時：2016年12月11日（日）

場所：甲府市総合市民会館

主催：山梨県生活協同組合連合会
（生協大会実行委員会）

後援：山梨県



毎年12月に、山梨県内の生協で実行委員会を結成し実施している生協大会、今年は「家庭における災害への備え」や「いざ災害に見舞われた際の食事づくり」など、是非知っておきたい「もしもの時の食」について、メディアでもご活躍の今泉マユ子さんをお招きし、みんなで学べる場として企画しました。

東日本大震災以降も、各地で災害が発生しています。これからも被災者の方々への支援継続が必要ですが、私たちも日頃から災害に備えておくことの大切さをあらためて感じました。

＜講師 今泉マユ子 さん

（株）オフィスMR 代表取締役



長期保存やエネルギー補給ができればよいという以前の「非常食」としてでなく、「災害食・防災食」として、より日常に近い食事ができるよう備蓄（災害前の準備）しておくことの大切さを感じました。

また、備蓄の必要性を感じながらも、これまで「出来なかった」理由を一つひとつ考えながら、具体的に「何を準備するのか」、「どんな風に保管するのか」、「ライフラインが止まることを想定した準備は」など、さまざまにお話いただきました。

災害時レシピの実演と試食も行われました。

食も含めて災害時に向けての準備は、それぞれの住生活・家族構成・地域との関わりなど、異なる条件の中で、自分にあった準備を考えておくことが必要なことも学ぶことができました。