

INFORMATION



【報道参考資料】

2018年9月12日
一般財団法人 日本気象協会

日本気象協会「トクする！防災」プロジェクト×神戸学院大学「防災女子」 ポリ袋で調理できる『オリジナル備蓄レシピ』を公開

一般財団法人 日本気象協会（本社：東京都豊島区、会長：石川裕己、以下「日本気象協会」）が推進する「トクする！防災」プロジェクトは、神戸学院大学 現代社会学部社会防災学科（所在：兵庫県神戸市、学長：佐藤雅美）の女子学生が中心となり結成した「防災女子」と『オリジナル備蓄レシピ』を開発しました。『オリジナル備蓄レシピ』は「トクする！防災」プロジェクト公式ウェブサイトで9月7日（金）に公開します。

『オリジナル備蓄レシピ』は普段の料理やアウトドアでも活用できる、ポリ袋などを活用した簡単な調理レシピです。また、災害時に不足しがちな栄養素を意識した「1日分の献立」も同時に公開します。

「トクする！防災」プロジェクト×神戸学院大学「防災女子」 『オリジナル備蓄レシピ』 URL
<https://tokusuru-bosai.jp/stock/stock10.html>

1. 『オリジナル備蓄レシピ』



茎わかめの梅サラダ



スパイシーカレーピラフ



サバ×チリライス

非常時専用の食品を準備するだけでなく、普段から食べている食品を少し多めに買って置き、食べたらいっぱい「ローリングストック」を行うと、災害時でも食べ慣れた食品を食べることが可能です。家族ひとりひとりに合わせた食品を「ローリングストック」で日常から用意しておくことが、災害時の食事の負担を減らすことにつながります。

『オリジナル備蓄レシピ』は「ローリングストック」で備蓄しやすい食材を使用し、ポリ袋を活用して調理する備蓄レシピです。災害時は電気・ガス・水道などが途絶えている可能性があり、調理方法が限定されることが想定されます。日頃からカセットコンロやカセットボンベなどを用意しておく、いざという時の調理に活用することが可能です。食料品だけでなく、カセットボンベなどの日用品も「ローリングストック」で使いながら備蓄することをおすすめします。

2. 専門家考案 災害時の「1日分の献立」を公開

災害時の食事で最優先することは、エネルギー補給と水分補給です。可能な限りバランスを取り、不足する栄養素を補うことを意識した、災害時の「1日分の献立」を公開します。(考案：神戸学院大学栄養学部助教 管理栄養士 伊藤智先生)



■防災女子とは

神戸学院大学では、防災や社会貢献について学ぶ「現代社会学部 社会防災学科」を2014年4月に開設し、同年6月に女性目線での防災啓発を目的としたサークル「防災女子」を結成しました。“災害時こそ女子力で乗り切っていこう！”をコンセプトに、授業で学んだ専門知識を生かし、一人でも多くの女性そして家庭・地域社会へ「やってみたくなる防災」を伝えていけるように活動に取り組んでいます。



■「トクする！防災」プロジェクトとは

「トクする！防災」プロジェクトは、日本気象協会が推進する、“必要だとは思っているけれど、なかなか実践できない防災アクション”に対し、ちょっとしたおトク感や気軽さをプラスする取り組みです。日頃から防災対策への興味、関心を高め、最終的に自分や家族の身を守ることができる備えをしながら、安心につなげていくことを目指しています。



公式ウェブサイト <http://tokusuru-bosai.jp/>

- ・内容は発表日現在のものです。予告なしに変更されることがあります。
- ・製品名、サービス名などは一般に各社の商標または登録商標です。