



日本では、地震、津波、豪雨、台風などの災害が多発しています。災害はいつ起こるかわかりません。家族で食料・飲料などの備蓄は十分にあるか確認したり、安否確認方法や集合場所などを話し合ったりしておくことが大切です。

災害に備えましょう

災害はいつ起こるかわかりません。日頃から、常温で保存できるものなどを多めに備蓄しておきましょう。

備えておきたい食料リスト

日頃から利用できる食料備蓄の一例です。

【主食】 <input type="checkbox"/> 米 (無洗米が便利) <input type="checkbox"/> レトルトごはん・おかゆ <input type="checkbox"/> アルファ化米 <input type="checkbox"/> 缶入りのパン <input type="checkbox"/> 粉物 (小麦粉など) <input type="checkbox"/> 乾めん (そうめん、パスタなど) <input type="checkbox"/> もち	【主菜】 <input type="checkbox"/> 肉、魚、豆の缶詰 <input type="checkbox"/> カレーなどのレトルト食品 <input type="checkbox"/> 乾燥豆 【副菜】 <input type="checkbox"/> 野菜の缶詰、瓶詰 <input type="checkbox"/> 切り干しだいこんなどの乾物 <input type="checkbox"/> 日持ちする野菜	【果物・菓子】 <input type="checkbox"/> ドライフルーツ <input type="checkbox"/> 果物の缶詰 <input type="checkbox"/> チョコレート 【飲料】 <input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 茶 <input type="checkbox"/> ジュース 【調味料】 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 酢 <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> みそ
---	---	--



乾物はすごい!!!

わたしたちは地味で自立たない存在……

ではない!!

常温保存! 長期保存!

栄養豊富!

日常的に備蓄して損はなし!

だから かんぶつコーナー

気づいてくれ! 買ってくれ~!