

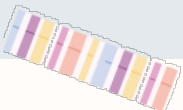
堯さん

災害を家族で乗り越えるには、日頃の対策が大切と認識しました。公衆トイレにも新聞紙とゴミ袋を用意すれば、皆が気持ちよく使えますね



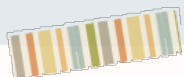
美沙都さん

節水して効率良くカレーが作れてビックリ。防災対策にもなり、子どもも手伝いできて楽しめました。普段の料理でいろいろ試してみます



菜月ちゃん(小1)

万能ナイフは包丁より切りづらかったけど、ニンジンを切るのが楽しかった。まだキャンプをしたことないので、早く行ってみたいな



康生ちゃん(3歳)

お姉ちゃんと一緒に野菜を切ったり、カレーのルーを入れたりして、お手伝いできてよかった。おいしいカレーができるといいな



超簡単!パッキングでカレーライス



パッキングは袋に入れた具材を湯煎する調理法。カセットコンロとガスボンベ、高密度ポリエチレン製のビニール袋を用意しましょう。水を張った鍋には、炊き上がりに時間がかかるご飯や根菜類を先に投入しましょう



ご飯

水量は上辺から人差し指の第一関節分を目安に。炊けるまでに約20分。無洗米が便利



カレー

小さく切った野菜、缶詰の肉や魚がかぶる程度の水とカレーラーを入れる



ゆで卵

卵が1割浸かる程度の水を入れて、1つ結びにする



＼出来上がり／

被災時の温かいものは心を癒やします



断水時でも困らない!災害用トイレをつくろう

停電や断水などで長期間トイレが使えなくなることもあり、安心してトイレに行ける環境を整えることが大切です。ペットシートは水こぼしを拭く布代わりや、冷却シートや湯たんぽのようにも使えます



1 便座を上げ、ゴミ袋を二重にして便器にかぶせる



2 給水面を外側にしてペットシートを二つ折りにし、中央に置く



3 丸めた新聞紙を載せる。消臭効果や排泄物の目隠しに



4 排泄後、上の袋だけを外して口を結んで捨てる

〈用意する物〉

- ・ゴミ袋2枚(45ℓ)
 - ・ペットシート1枚
 - ・新聞紙1枚
- ※ペットシートがなければ新聞紙を多めに使う

動画を
チェック

