

食べて備える「ローリングストック」って何？

「ローリングストック」という言葉を聞いたことはありますか？ローリングストックとは、普段から備蓄しやすい食品をある一定の量備えながらも、日々の食卓にも活用し、消費した分を補充するというやり方です。これは非常食に関する防災対策の1つで「食べながら備える」という備蓄方法です。

◆ローリングストックの実践方法

一般的な非常食は数年間常温保存できて、加熱調理不要というものですが、そこに縛られるとローリングストックは実践しにくくなります。普段からよく食べるインスタントやレトルト、フリーズドライ、缶詰などの食品を多めに買っておきましょう。



災害に備えて、最低でも3日から、理想としては1週間以上の飲み物や食べ物を用意するというのが、備蓄に対する基本です。実際に災害備蓄用として食料を用意したとしても、賞味期限が切れていないかは定期的を確認する必要がありますが、ローリングストックを日頃から心掛け「使う→買い足す」を日常生活に取り入れると、非常食が自然に回って上手に備蓄できます。

◆ローリングストックの注意点

- ・日常生活で食べることを前提としているので、普段からよく食べているものを中心に備えてください。
- ・ガスや電気が止まっても調理できるように、カセットコンロとボンベ、ラップやポリ袋などの予備を含めて、多めに用意しておくで安心です。

登録制メールについて

町からの災害時の情報伝達や防犯情報、防災行政無線の放送内容などを、ご希望の電子メールアドレスへ配信するサービスをしております。本サービスをご利用いただくためには、メールマガジンへの登録が必要です。※登録方法が不明な場合などは総務防災課にお問い合わせください。

真鶴町お知らせメール 登録手順(下記QRコードを読み込んでください。)

PC・スマートフォンの場合 フィーチャーフォン(ガラケー)の場合 ※読み取れない場合は、下記アドレスに空メールを送信してください。



t-manazuru@sg-p.jp

☐問い合わせ 総務防災課 ☎内線 3 2 3