

平成28年6月28日

PTA 会員の皆様へ

船橋希望学舎
世田谷区立船橋希望中学校PTA
会長 根本 寛子
研修委員長 村越真由美

第1回 家庭教育学級のご報告

梅雨の晴れ間の6月11日(土)、多目的ルームにて第1回家庭教育学級が行われました。(出席者 50名)

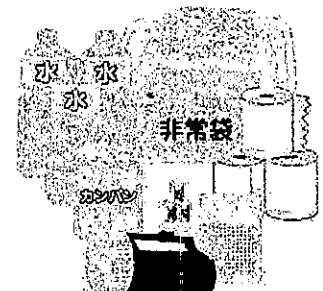
講師には消費生活課区民講師ひとえの会の3名の方々をお招きして、『震災に備えた食の工夫』というテーマで約1時間、皆様の関心の高い内容で、またクイズなども入れながら楽しく充実した時間を過ごすことができました。

講演の中で特に参考になる内容を少しご紹介いたします。

— 非常備蓄品について —

■最低3日分を目安として、家族構成に合わせて準備しましょう。

- ・生活用水 (風呂の汲み置き…消火や断水時のトイレ排水用にも)
- ・非常用飲料 (1人1日3リットル×3日分)
- ・非常用食料 (レトルト食品、缶詰、乾パン、乾めん、乾物、菓子、ゼリー飲料、保存食など)
- ・生活用品 (はし、スプーン、紙皿、食品ラップ、毛布、救急箱、トイレトーパーなど)、



この中の非常用食料の備蓄の方法としてローリング・ストック法 (ランニング・ストック法) があります。

■ローリング・ストック法（ランニング・ストック法）

いつも買う2倍の量の米、水、レトルト食品、缶詰などを購入し、半分使ったら使った分と同じ量を購入するというものです。

このようにして備蓄品は賞味期限が切れることなく常に新しいものへと入れ替えることができます。

また、缶詰や乾パンを使ったレシピなどもご紹介いただきました。

～参加者のアンケートより～

- ・保存食品を準備して安心するのではなく、定期的に点検・交換をしなければ「いざ」というときに役に立たないこともあると改めて気付かされました。自宅でも点検日を決めて実行したいと思いました。
- ・水の大切さを感じました。普段、何気なく使っている水も非常時には使えなくなると思うと日常生活の中で気をつけたいと思います。家庭の中で非日常にどうするべきかを考えておくことが、いちばん大切なのだと感じ、早速家族と話したいと思いました。
- ・自然災害による被害、及び避難・避難生活について身に迫る思いで生活しています。
- ・0次用品^{*}の考え方が新鮮だった。携帯やスマホの充電池も必要と思った。小学校からの参加ですが、子どものランドセルに入れておいたらいいものを考えたい。（年齢や所属に合わせた0次用品）

^{*} 0次用品 いつもバッグやポケットに入れておくもの

学舎の小学校からもご参加いただきました。
他にもたくさんの感想をいただきました。
ご協力ありがとうございました。

