

# 食べ慣れたもの備蓄しよう

## 在宅避難の食事 障害者と家族ら防災学ぶ

豊橋「さくらピア」近隣住民も参加

障害当事者や家族、ボランティア、地域住民らが防災について学ぶ「さくらピア」避難所体験2023が9月30日、豊橋市障害者福祉会館「さくらピア」で開かれた。

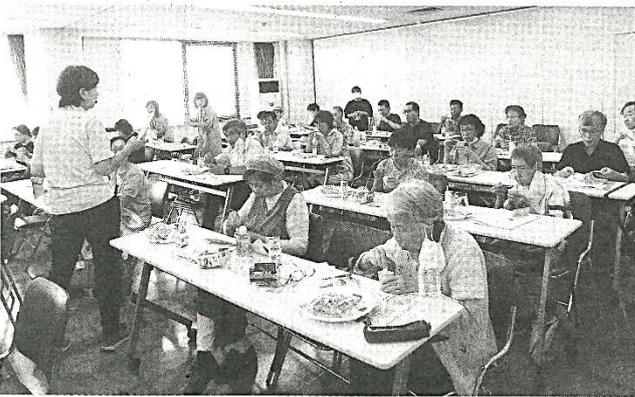
【田中博子】

指定管理者の「豊橋障 福祉関係者、近隣住民ら 害者(児)団体連合協議会 が避難生活などを検証す (豊障連)による事業。 障害当事者主体の継 続的な防災啓発事業は国 館で障害者や家族・行政 内で高く評価されている。

毎年テーマが異なり、今回は「在宅避難」を念頭に「食育防災を考えよう」と題し家庭での備蓄食料について考えた。



ローリングストックについて説明する 本田さん=いずれもさくらピアで



備蓄向きの食品を試食する参加者一同

講師はさくらピア事務 長で防災食育アドバイザーの本田栄子さん。「非常食は『特別な食事』の意味ではない」とし、普段と違うものを食べると食べづらかったり満足できなかつたりすることから「食べ慣れたものを備えて」と説いた。

好きなもの、長期保存できるもの、自然解凍で食べる冷凍食品などを備え、月1回消費しては買い足す「ローリングストック」を提唱。お勧めの飲み物や菓子などを紹介したほか、講義後は美食品の時間も設けた。

初めて参加した市内の60代女性は「これまでは10年もつような保存食をストックしていたが、同じものはかき食へ続けるのは嫌だと思ひ賞味期限の残るうちに周囲に配ってしまつた。今回聞いたことを参考に改めてそろえたい」と話した。

この日は避難訓練もあり、参加者を含む全館利用者が施設前の公園に移動し、初期消火訓練に取り組んだ。

東愛知新聞  
2023年10月1日(日)

15年認可 東日新聞

社会

# さくらピアで避難所体験

## 食育防災アドバイザー・ローリングストックなど説明 本田栄子さん講師に

豊橋市東新町のさくらピア豊橋市障害者福祉会館は9月30日、避難所体験2023「食育防災を考えよう」を開いた。食育防災アドバイザーの本田栄子さん(同館事務局長)が講師となり、減災対策やローリングストックなどについて説明した。

(原田ひとみ)



ハザードマップを見せる本田さん(さくらピアで)

1部は「クイズで学ぶ減災対策」。日ごろからハザードマップを見ておくことや、防犯・防災情報の「豊橋ほっとメール」に登録しておくことの大切さを話し、避難所や非常口のマークの種類と意味などを解説した。また、「自宅、友人知人宅などの分散避難へ考え方が変わってきている。停電しても3日間家族で過ごせる備蓄が必要」とし、ソーセージ、パックジュース、自然解凍できる冷凍食品など実物を示しながら、「非常食は好きなもの、長期保存できるもので、普段から食べて買い足す。『もしものごはん』を『いつものご

はん』にしておくことが大事」と呼びかけた。

2部は「ローリングストックお話し体験」として、非常食になるパンや菓子などの試食があった。その後、隣接する桜ヶ丘公園まで避難する避難訓練を行って終了した。

市内から参加していたハルパーの近藤陽子さん(65)は、「夫に持病があり、分散避難の考え方に納得した。ローリングストックについてよく学べた」と感想を話した。(原田ひとみ)

東日新聞  
2023年10月1日(日)