

災害時の備え

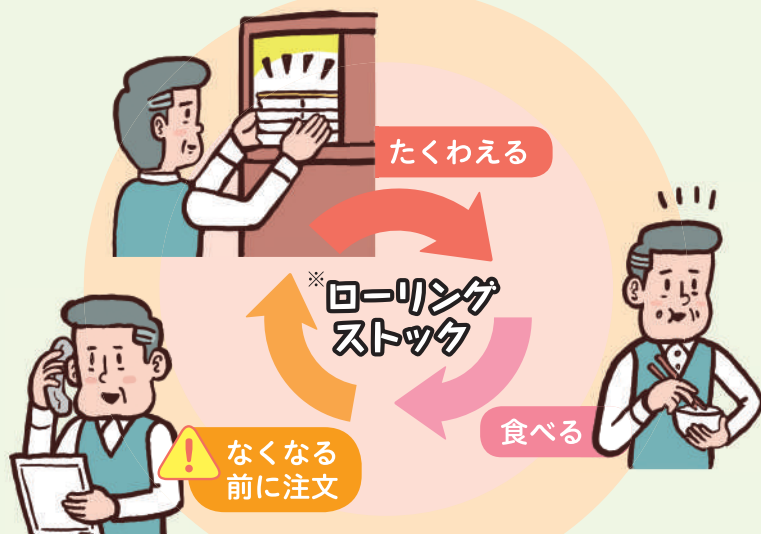
！「食べるものがない！」にならないために

すぐにできる！

普段食べているものを多めに買い、
食べたその分買い足して備蓄しておきましょう※。



災害時は物流機能の停滞により商品が
手に入りにくくなることが想定されます。
食事療法が継続できるように日頃から備
えておくことが大切です。



ローリングストック

備えのメリット

- 買い忘れを防げる。
- いつもの商品が非常食代わりになる。

備えのポイント

- 少なくとも2週間分の備えがあると安心。
- 調理できるように水、鍋、カセットコンロ、ガスボンベの用意も忘れずに。

備えておくと安心

▼ お湯があれば食べられる主食・おかず

お湯を注ぐだけ



カップ麺

湯せんで温められる



レトルト
おかず



トレータイプ
ごはん



トレーは
お皿の
代わりに！

▼ すぐに食べられる栄養補助食品

エネルギー補給に◎



デザート



飲料

● 参考：『要配慮者のための災害時に備えた食品ストックガイド』農林水産省大臣官房政策課食料安全保障室