

# 防災グッズ・防災クッキング



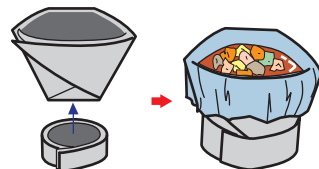
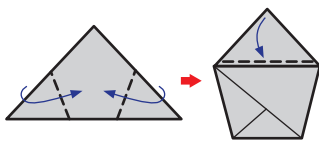
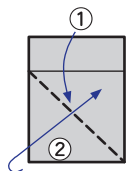
お家の中にあるものが防災グッズに変身するよ！  
工夫しているいろいろ考えてみよう！

## 折り紙食器を作って、ポリ袋で安全に食べよう！

### 折り紙食器（コップ形）の作り方

新聞紙を2枚用意する。

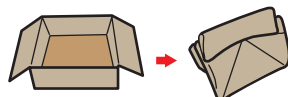
- 1 新聞紙1枚を2つに折る。
- 2 ①正方形になるように、余る部分を折りたたむ。②対角線で折って三角形にする。
- 3 左右の端を折りたたむ。上の三角1枚分を手前に折って袋状になった所に差し込む。もう一方は、逆側へ折りたたむ。
- 4 もう1枚の新聞紙をベルト状に折りたたみ、③の底をぐるりと囲む輪に仕上げ、端を組み合わせて閉じる。



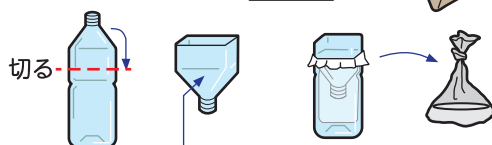
上水道が復旧しても、下水道が壊れているときは水を流してはいけません

### ポータブルトイレの作り方

大 新聞紙を箱形に折って使用する。



小



使用後、※ペットボトルシャワーで洗い流すと、次の人も清潔に使える。

### 3分別

紙は分別する。紙と尿と便とに分けてまとめておく。後で処分する。



### ※ペットボトルシャワーの作り方

ふたに押しピンで穴を2～3個開ける。



## 非常食を美味しく食べよう！ 炊飯袋ごはん炊きと乾パントリュフ

### 炊飯袋ごはん炊き

1袋で1合が炊ける

水とお米を入れて煮ると、お米が炊けて袋がパンパンになるほど膨らみます。

1合でお茶碗に軽く2杯分です。

#### 作り方

- ① 袋の下の線までお米と水を入れる。
- ② 空気を抜きながら袋の口を折る。
- ③ 二つに折り、輪ゴムをかける。
- ④ お鍋でゆでます。加熱時間は30分、その後10分蒸らして完成！



### 五平餅

#### アイデアプラス

炊飯袋ごはん炊きでお米を炊いてから一工夫することで五平餅を作ることができます。

#### 作り方

- ① ゆで上がったご飯を袋の中で二つに分けます。
- ② ハサミで袋を半分にカット。
- ③ 割りばしをさして、味噌を塗りガスコンロの火であぶって完成！



### 乾パントリュフ

#### 乾パンでデザート

〈材料/4～5個分〉

乾パン … 5枚  
ココア … 小さじ2  
水 …… 小さじ1  
練乳 …… 小さじ2  
砂糖 …… 適量

#### 作り方

- ① 乾パンを袋に入れて、タオルの間にはさんでめんぼうでたたく。
- ② 細くなるまでつぶす。
- ③ ココア・水・練乳を加えて混ぜる。
- ④ 丸く形を整える。
- ⑤ 砂糖をまぶして、できあがり！



## 参照URL



幸田町ホームページ防災マップ  
<http://www.town.kota.lg.jp/index.cfm/35,0,312.html>



愛知県 防災局  
<http://www.pref.aichi.jp/bousai/>



歴史地震記録に学ぶ防災・減災サイト  
<http://www.pref.aichi.jp/bousai/densho/index.html>



内閣府 防災情報ページ  
<http://www.bousai.go.jp/>



気象庁  
<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>



国土交通省 国土地理院 防災関連  
<http://www.gsi.go.jp/bousai.html>