

【1月の給食目標】

感謝して食べよう

あけましておめでとうございます。

みなさん、冬休みはいかがだったでしょうか？

今年は阪神・淡路大震災の発生から30年となります。阪神・淡路大震災は1995（平成7）年1月17日に発生しました。昨年元日に発生した令和6年能登半島地震が記憶に新しいですが、この30年の間にも各地で大きな災害が頻発しています。災害発生直後は支援が届かないということを前提に、一人ひとりが自分の命は自分で守ることを意識し、普段から備えをしっかりとしておくことが大切です。

災害時の食の備え

- ・そのまま食べられる「非常食」
（アルファ化米、缶詰、レトルト食品、常温保管できる菓子類など）
- ・ローリングストックで備える「日常食品」
（お米、乾麺、乾物、日持ちする野菜や果物、調味料など）
- ・外出時の「持ち歩き用品」
（飲料水、チョコレートやアメなどのお菓子）

非常食・日常食品・持ち歩き用品の3つを備えておきましょう

※水と熱源は必需品です。

過程で備蓄リストの作成を！

家族の好みや状況によって必要な物は異なります。家庭で備蓄リストを作成し、必要な物を確認、準備しておきましょう。