

# ジュニア防災リーダー（中学生） - 防災クッキング -

開催日時：令和6年8月10日（土）9:30～11:30

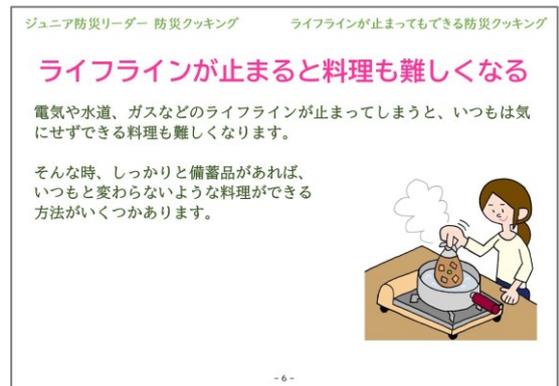
実施場所：早稲田公民館 実習室

参加者：ジュニア防災リーダー2名（中学生）、わせだ自主防5名

ジュニア防災リーダー（中学生）の研修活動として、ライフラインが止まった時にも備蓄品で対応できるよう、ポリ袋によるパック調理と、キャンプ道具のメスティンによる自動調理を実践してみました。

## 1. ライフラインが止まった時の備え

- ・災害でライフラインが止まるとどうなるか
- ・備蓄品でできる調理について
  - カセットコンロでできるポリ袋調理
  - メスティンを使った簡単自動調理
- ・家庭での災害の備え



備蓄品でできる調理の解説資料

## 2. ポリ袋調理の実践

- ・カセットコンロや備蓄品であるペットボトルの水、基本的な野菜や食材、缶詰などでできるポリ袋調理をリーダーが実践

《ポリ袋調理メニュー》

- ポテトサラダ      ●チョコ蒸しパン



ポリ袋調理の実践

## 3. メスティン自動調理の実践

- ・キャンプ道具のメスティンと固形燃料だけを道具として使い、備蓄品の食料だけでできる自動調理をリーダーが実践

《メスティン自動調理メニュー》

- 焼き鳥缶炊き込みご飯      ●ソーセージポトフ



メスティン自動調理の実践

## 4. 調理したメニューの試食

- ・自分たちで作った料理を全員で試食

## 5. 意見交換・まとめ



無事にできました