

「食べて補充」防災食レシピ

特報
館

缶詰など災害用に備蓄できる食品でおいしく料理できるレシピを、愛知学院大の学生たちが考案した。同大とコープあいち、農林水産省東海農政局の産官学連携事業で、非常食を食べて補充を繰り返す「ローリングストック法」の普及を狙う。

(角雄記)



⑨子どもたちとサバ缶を使ったキッシュを焼く学生室
＝日進市の愛知学院大日進キャンパスで
⑩サバ缶を使ったキッシュやブイヤベースなど

愛院大生が考案

「いつもの食事みたいにおいしい。飽きずに食べられそう」。八月に日進市の愛知学院大日進キャンパスで開かれた料理教室で、親子で参加した長久手市市が洞小四年の森内彩帆さん(9)は、調理した料理を口いっぱいにはおぼり、笑顔を見せた。

備蓄用の非常食を使う「びちクッキング」の名称で開かれた教室には、近隣市町からの親子連れら二十五人が参加。管理栄養士を目指す健康栄養学科の学生が手助けを得ながら、サバ缶を使ったキッシュや汁物のブイヤベース、



缶詰の大豆をあしらったサラダなど四品を作った。いずれも学生が考案したメニューで、食材はコープが提供。学生が調理したアルファ化米のチャーハンも振る舞われた。

レシピの条件は、災害時用に備蓄できる缶詰やパック食品を使うこと。安価で手軽、おいしく料理できることや、見た目にもこだわった。レシピ作りに関わった同大四年の渡辺彩乃さん(21)＝半田市＝は「喜んで食べてもらえてよかった。レシピがあることで、備蓄に前向きな姿勢を広げられれば」と手応えを話した。

大地震などで物流や都市機能がまひする場合に備えて、国の防災基本計画は最低三日間分、できれば一週間分の非常食を各家庭で備蓄することを求める。だが、実際に非常用のためだけに大量の食料を買い置きすることは非現実的。農水省などは、保存期間の長い食材を多めに買い、食べた分の補充を繰り返す「ローリングストック法」を提案する。

一方、内閣府や厚生労働省

の調査では、非常食を備蓄している人の割合は五割程度にとどまる。また、若い世代ほど低い傾向にあることも課題で、学生らを巻き込んだレシピを作ろうという連携事業のきっかけになった。

学生を指導した森圭子教授(公衆栄養学)は「缶詰でも保存食でも、おいしく食べて回してもらえば備蓄も進む。普段から食べてそれぞれの食材の味付けの特徴を知り、いろいろな料理に応用して」と話す。

農政局は、料理レシピをホームページで公開し、普及の啓発活動に活用していくという。