

編集・発行：東富田コミュニティ協議会 東富田公民館

住所：徳島市中央通4丁目18番地 TEL/FAX：088-652-6785（コミセン） 088-653-6867（公民館）

ホームページアドレス：<http://www.tcn.ne.jp/~higashigtomida/>

※ファミリーニュース富田より抜粋



炊き出し勉強会実施



7月1日（木）東富田コ

ミュニティセンターにおいて、防災研修の一環として、婦人会役員6名で日赤より配布されている（説明資料）を参考に非常食の炊き出し実習を行いました。

① 防災倉庫より災害用移動炊飯器を1階玄関前に設置する。燃料はプロパンガスを使用（業者が設置）。

② 鍋にお湯を沸かす。

③ 災害用炊飯袋（ハイゼックス）に無洗米を入れる。

紙コップの底をくりぬぎ、じょうごの代わりに使いあらかじめ印をつけたプラスチックコップを使い、米を詰めると、作業がしやすく、ご飯の炊き具合の均一化が図れる。

④ 米の入った袋に水を入れる。（袋の...線まで入



れる）。

⑤ 袋を手でしぼり、中の空気を十分にぬいて、印刷している線を目安にしっかりと結ぶ。

⑥ ネットに封じた袋をまとめて入れる。

⑦ 湯を煮立ててある鍋にネットごと湯の中に入れて30〜40分ポイルする。

⑧ ポイルしたものをネット

ごと鍋から取り出し湯切りする。

⑨ 発泡スチロールのケースに移し5〜10分蒸らす。

終了後、ご飯の炊きあがり具合、手順の確認などを話し合いました。

災害発生時、水や食料品が十分でない避難場所等で、災害用炊飯袋（ハイゼッ



クス）を使ったご飯の炊き出しは、素早く誰もが手軽にできる活動です。

防災意識を高めていくためにも、定期的な勉強（復習）を続けていく必要があると思われました。

定例会が出来る様になりましたら、会員様に参加いただき講習会を開催したいと思しますのでご協力よろしくお願ひします。

（東富田婦人会）