

# News Letter

## もしも!!の備え ～ 家庭での食料備蓄 ～

記憶に新しい7月の豪雨災害。  
山口県にも甚大な被害をもたらしました。  
皆さんはいざという時に備え、食料の備蓄をしていますか？  
震災や水害、さらには流行が懸念されている新型インフルエンザ  
など、もしも!!に備えた対策を考えてみませんか？



防府市下右田 7月31日撮影

災害等の緊急事態に備え、意識して食料品備蓄をしていますか？  
➡ 備えている家庭は28%

[参考] **備蓄食料品リスト**  
家族4人が2週間生活するのに必要な食料品の一例です。

米(もちろみ-無農薬栽培米を推奨)等	約40kg	10kg
その他の主食食料品(うどん、そば、パスタ、シリアル類等)	40kg	10kg
(中量瓶、インスタント麺、パスタ等)		10食
野菜類(玉ねぎ、じゃがいも、ごぼう、さつまいも等)	各1-2kg	
豆類(あずき、大豆等)		適宜
卵		10個
缶詰(肉類、肉類)		30食
缶詰(野菜-きのこ類、コーン、トマト、わかめ、マッシュルーム等)		20食
レトルト食品(カレー、パスタソース、ハンバーグ等)		30食
冷凍食品(作製済のものは、凍蔵で冷凍した魚介、肉、野菜、料理等を含む)	60kg	10kg
乾燥食品(わかめ、干し大豆、しんじょう、高野豆腐、ひじき、わかめ、こんぶ等)		適宜
スープ類(みそ汁、わかめスープ、コーンポタージュ等)		12食
乳製品(チーズ、ヨーグルト、スチームミルク等)		各1-2箱
缶詰(果物類-もも、みかん、パイナップル、みつ豆等)		10食
調味料(砂糖、塩、みそ、しょうゆ、食酢等)	1kg	1kg
(油、だし、のり、コンソメ、バター等)		適宜
嗜好飲料(緑茶、コーヒー、紅茶、ココア等)		適宜
菓子類		適宜
その他(みかん、バナナ、りんご、ジャム、マーガリン、はちみつ等)		適宜



「お米」を中心とした備蓄を考えてみませんか。

お米は保存性の高い食品です。また、栄養的にもエネルギーの供給減となり、調理のしやすさ・多彩さ、費用、保存スペースのどれをとっても優れていますので、備蓄の柱としましょう。

10kg程度の買い置きで、4人家族が2週間に必要とするエネルギーの約1/3を供給することができます。

「新型インフルエンザに備えた家庭用食料品備蓄ガイド」  
詳しくは、農林水産省ホームページ内の報道・広報から閲覧及びダウンロードが可能です。ご利用ください。  
HPアドレス <http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/ampo/pdf/gaido.pdf>

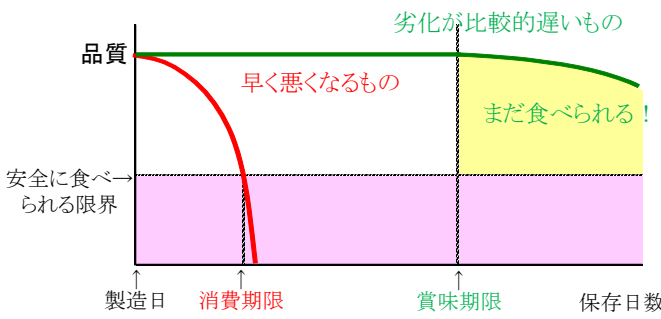
### 賞味期限 Best-before

おいしく食べることができる期限です。  
この期限を過ぎても、すぐ食べられないということではありません。  
定義:定められた方法により保存した場合において、期待されるすべての品質の保持が十分に可能であると認められる期限を示す年月日をいう。ただし、当該期限を超えた場合であっても、これらの品質が保持されていることがあるものとする。

### 消費期限 Use-by date

期限を過ぎたら食べない方がよいです。  
定義:定められた方法により保存した場合において、腐敗、変敗その他の品質の劣化に伴い安全性を欠くこととなるおそれがないと認められる期限を示す年月日をいう。

### 賞味期限と消費期限のイメージ



全ての加工食品には、賞味期限又は消費期限のどちらかの期限が表示されています。(一部の食品を除く)  
期限表示は、開封前の期限が表示されていますので、一度開封した食品は、表示されている期限にかかわらず、早めに食べるようにしましょう。

詳しくは、農林水産省ホームページをご利用ください。  
<http://www.maff.go.jp/j/jas/hyoji/kigen.html>

## 農業『見学&体験』研修を開催しました！

平成21年8月20日、深川養鶏農業協同組合（長門市）の全面協力をいただき、農業『見学&体験』研修を開催しました。

この研修は、食べものを大切にする気持ちやいのちをいただいている状況を子どもたちに伝えていただくことを目的に実施しており、今年で2回目となります。

当日は、教育現場で働く先生方（33名）に参加いただき、鶏肉が食卓に届くまでの過程を見学、鶏の解体を体験してもらいました。昼食は地元食材にこだわったお弁当を用意。全員で残さずいただきました。



▲ 養鶏場での講話



▲ 熱心にメモを取る参加者



▲ 衝撃映像(と畜の実演)

### 〔見学〕

- ・種鶏場
- ・孵卵場
- ・養鶏場
- ・食肉処理場
- ・鶏肉加工場
- ・菓子工場

### 〔体験〕

- ・鶏の解体作業



▲ 解体体験(全参加者)



▲ 食肉処理場内の見学

我が国の食料自給率はカロリーベースで41%と低く、先進諸国の中でも低い水準にあり、自給率向上の取組は喫緊の課題です。

自給率低下の原因として、食の洋風化や食べ残しが挙げられており、これを改善するため日本型食生活の推進や地産地消の推進が必要です。あわせて食べものを大切にする気持ちを育てることが重要となっています。

## インフォメーション

News Letterでは、「aff」の特集テーマに関連した山口の事例や地域のニュース等を適宜お知らせしていく予定です。