

「見える化収納」 がおすすめです！



ケースや箱に
収納！

賞味期限が見え
やすいように
入れよう！

重い物は下段！

熱源を確保しましょう。

電気、ガスが復旧していない場面で、温め・沸かす・調理をするのにカセットコンロが便利です。温かい食事は身体も温まり、緊張感や不安を和らげてくれます。



カセットボンベの予備はどのくらい必要なの！？
1人/1週間当たり、カセットボンベ約6本の
備蓄が必要となります。

※使用期限にご注意(ボンベ:約7年、コンロ:約10年)

1か所に入りきらない場合は…

水など、準備しておかなければならない量が多く、1か所で入りきらない場合は、キッチン、リビング、寝室など家の中にあるいろんな隙間スペースを見つけて、分散して収納しましょう。



水は1人1日3リットルは必要です！



※湯せん、食品や食器を洗ったりする水は別途必要

出典：農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」
全文はこちらから→

