

対象	中学校 1 学年以上
教科	家庭科・特別活動
該当 単元	中学 1 年 「調理と食文化」 (災害時への対策)
教科書	東京書籍等
掲載日	2016. 12. 6. 朝刊 12 版 18 面

調理手軽 災害食レシピ

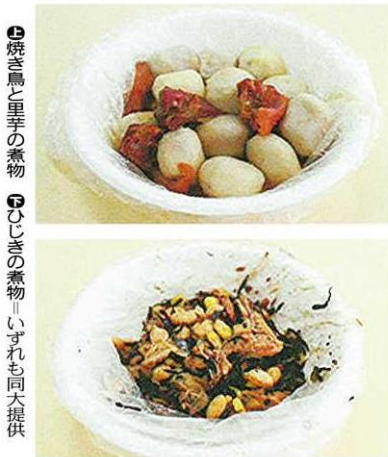


名古屋文理大短期大学部(西区笹塚町)が、災害時に使える料理のレシピ集(B4判、三つ折り)をまとめた。非常食ではなく、普段から家庭にある乾物や缶詰といった食材を材料にした。主食や主菜、副菜、汁物、デザートなど十品を紹介している。(福本英司)

レシピ集の名前は、サバイバ
ルメシの略で「サバメシ」災害
時の食」。東日本大震災を踏ま
えて防災対策を進める西区から
の依頼で協同事業として制作し

「サバメシ」を
紹介する西
区大短期大
学部の学生
らによるレ
シピ集

名古屋文理大短期大学部 厳選11品を紹介



㊟ 焼き鳥・里芋の煮物 ㊟ ひじきの煮物 ㊟ いずれも同大提供

食物栄養学科の日比野久美子教授が中心となり、考案した四十品ほどから厳選。真空パックに入った芋やサバ煮缶といった一定期間保存できる材料などを、包丁やまな板がなくても調理できるようにした。材料は半透明の薄手のポリ袋に入れて鍋で温める。第二弾のレシピ制作も検討中だ。二年の前田優香さん(20)は「野菜を多く使ったり、高齢者や乳幼児、アレルギーのある人に向けたレシピも考えたい」と話した。日比野教授は「ガスが使えない場合を想定し、サラダ油と缶詰、ティッシュでこんろ代わりになる器具の開発も考えている。西区役所の総務課窓口で

問1：見出しに「災害食レシピ」とありますが、名古屋文理大短期大学部がまとめたレシピ集の名前は何かというでしょう。

()

問2：今回紹介された料理の特徴を書きましょう。

()里芋やサバ煮缶といった()
材料などを使い、()がなくても調理できるようにした。

問3：日比野教授が開発を考えている器具はどんなものでしょう。

()を想定した()

発展：自分の家庭や学校の「災害時の準備」を見直し、気づいたことを書きましょう。

()

【活用にあたって】

2016年は災害が多い年でした。東日本大震災以降、防災についての意識を高めようと、教育現場でも様々な取り組みの充実が図られてきています。しかし報道されている実態調査の結果などを見ると、災害準備や対策が十分にされているとはいえないようです。

いつ起きるかわからない分、折にふれて指導し注意喚起していくことが大切だと思います。それには、こうした新聞記事を活用して、関連した学習の中や朝の会、帰りの会で取り上げ、考えていくのも一つの手だと思います。

解答例

問1：サバメシ(サバイバルメシの略)～災害時の食

問2：(真空パックに入った)里芋やサバ煮缶といった(一定期間保存できる)材料を使い、(包丁やまな板がなくても)調理できるようにした。

問3：(ガスが使えない場合)を想定した

(サラダ油と缶詰、ティッシュでこんろ代わりにする器具)

発展：十分にできている点と、不十分だと思われる点を挙げ、より良くしようと考えていることが伝わる記述があると良いと思います。