

災害時に備え“非常食料理”学ぶ

大阪ガスクッキングスクールの6カ所で開催



常食材を使った料理に子供たちが取り組む

大規模災害に見舞われた時にどんな調理をするか。そんなテーマで9月2日、「防災クッキング」が関西6カ所の大阪ガスクッキングスクールで開催され、親子105人が缶詰など保存食を使った料理に挑戦した。

親子で4品目に挑戦

食材は缶詰、乾物、作り置きのもの。水はなるべく使わず、カセットコンロでできる料理が基本コンセプト。メニューはサバ缶とキヤベツのホイル焼き▽アイディアバラずし▽手作りみそ玉おみそ汁▽こうや豆腐D

eみたらしの4品目だ。

大阪ガス本社(大阪市中央区)にあるクッキングスクール淀屋橋では、大阪府内の親子10組22人が参加。6月に大阪府北部地震が起きたばかりと

缶詰・乾物を食材に水も節約

あって、北摂地域からの参加も目立った。

まず防災セミナーで、地震や水害など大規模災害に普段から備えることの大切さや災害でガスが止まった時の復旧の方法などを学び、4つの班に分かれて調理台でクッキングの実習。

インスタラクターの説明を受けながらレシピを参考に調理にとりかかった。

「芽ヒジキはビニール袋で戻します。水は捨てるので入れすぎないように」

「ゆで卵は濡らしたキッチンペーパーとアルミホイルで包んで作ります」

被災して水が十分になく、使える機材も限られている、という想定のため、調理方法もさまざまに工夫してある。参加した子供た



限られたなかで工夫し、出来上がった料理

ちは、インスタラクターの説明に耳を傾け、保護者と協力しながら野菜をハサミで切ったり、フライパンに敷くアルミ箔にオイルを塗るなど、真剣な表情。できあがった料理での食事会では、「おいしい！」と笑顔を交わっていた。

参加していた茨木市の内藤田佳さんは「6月の地震で災害がごく身近で起きることを実感しました。非常食でも子供がおいしく食べられる料理を学びたくて来たのですが、とても参考になりました」と、一緒に来ていた小学校2年の佳歩ちゃんと顔を見合わせていた。

同市の草間雅子さんは小学校4年の那仁(ともひと)君と小学校1年の康晴君の3人で参加。「子供たちに防災の勉強をしてもらおうと思って来ました。少量の水で調理でき、食器を汚さないですむ方法が新鮮でした」。震災時、弟と留守番していてヘルメットなどでちゃんと対処できたという那仁君は「みたらしのタレがかたまりそうになっただけ、あとはめっちゃ簡単で、おいしかった」

この日の企画を担当した大石ひとみさんは「水や食材、調理器具とも限られた状況の中で、いかに栄養バランスが良く、おいしい料理を作れるか、を考えました。非常食でもこんな料理を作れることを知ってもらえれば」と話していた。