

## ～防災訓練～やってみたシリーズ～

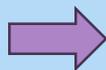
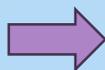
防災に関係することを、職員で色々体験してお届けします。

今回は非常食(水を入れて60分・お湯を入れて15分で食べられるアルファ米のおにぎり)を食べてみました。

※賞味期限は2025年11月末

当事業所で備蓄している おにぎりの賞味期限が近くなりましたので、職員全員で、冷水・常温水・お湯で作ると違いがあるのか、おにぎりの食べ比べをしてみました。

味は五目おこわ・わかめ・さけの三種類です。



まずは乾燥剤を取り出します。

赤い線のところまで  
水を入れます。

60分で水を吸ってお米が  
ふっくらしています。



袋に書いてある順番通りに  
手で切ると三角の形に？



**完成**

感想:冷水・常温水・お湯で作りましたが、お米の硬さに大きな違いはありませんでした。三角の上の方は硬めで、水が溜まる底の方は軟らかい感じがしました。規定の水の量では、硬めになるので、普段軟らかめのご飯を食べている方は、食べづらいかもかもしれません。五目おこわはお肉等の具材が多く、油分があるからか、しっとりしていると感じる職員が多かったです。ただ、ポロポロこぼれ食べづらく、お箸やスプーンが必要かと思います。皆様も期限が近づいている非常食がありましたら、実際食べてみて下さい。