

## 無理なく備蓄！ローリングストック！

～小さな心掛けが大きな助けに～

いきなり、非常食や備蓄品を揃えなきゃ！と言っても、普段あまり食べない保存クラッカーや、備蓄おかゆを家族分(それも最低3日分が推奨されています)揃えて、貯蔵しておくとなると、お金もかかるし、場所をとるし、揃えるのも億劫になってしまいますよね。

そこで、下記のとおり、ローリングストックを是非、各ご家庭において是非実施していただきたいと考えております。この方法であれば、防災専用クラッカー等の保存食を買わずに済みますし、マスクや除菌ティッシュといったものも買い占めや在庫切れの際に不安になったり、感染リスクを負いながら、物を探し求めなくても良くなります。この他にも、各ご家庭にあるカセットコンロ用のガスボンベや日用品を一度見直していただき、備蓄していただくことで、更に災害時の安心が増えることとなります。まずは、できることから始めてください。

## 簡単！「ローリングストック」



「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。



### ココがポイント

- ・費用、時間の面で、普段の買い物の範囲でできる
- ・買い置きのスペースを少し増やすだけで済む



※できれば1週間分を備えましょう

### 令和防災よもやま話

○1回のトイレでのトイレットペーパー平均使用量は 男性3.15m、女性3.52m (小は1.45m)

○1か月のトイレットペーパー平均使用量は、4人家族で16ロール程度。※日本家庭紙工業会HP

という風に、ご自身と家族の物資の必要量を日常生活から、割り出しておくことも、備蓄品を揃えるうえで、大切です。

お問い合わせ先 壬生町役場総務課消防防災係

TEL：0282-81-1808