

プチ停電対策

最近よく報道されている「この影響で○×地域で朝から停電が発生している模様です」
大規模災害でなくても、停電は起きます。そこで・・・

○その壱 冷蔵庫



日頃から準備しておくのが・だ・い・じ。^{だけ}
ケーキなどについてくる保冷剤を捨てない。

準備

- ・冷凍室の中はキッチリ詰めて並べる。
- ・隙間を取っておいた保冷剤を詰める。
- ・さらにペットボトルに水を入れて隙間に詰める。

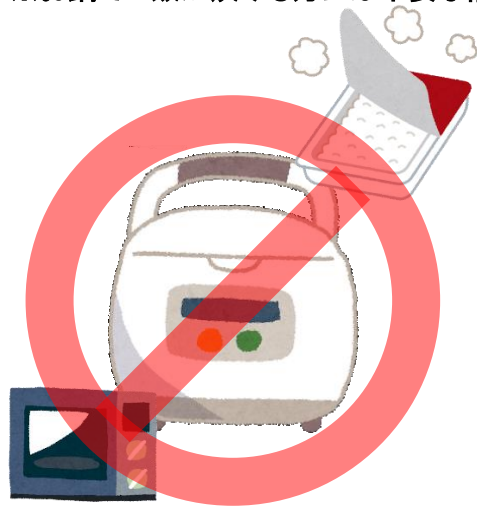
停電が起きたら

- ・冷凍食品は冷凍室の中で隙間なくまとめる。
- ・保冷剤、ペットボトルの氷を、冷蔵室の上段に置く。
この時トレーがあると良い。
- ・必要以上に冷蔵庫を開けない。

※傷みやすい生の生鮮食料品から使いましょう。

○その弐 炊飯器

※お鍋でご飯が炊ける方には不要な情報



準備

- ・パックご飯(チンご飯)。

ご注意

- ・そのままでは食べられません。
- ・カレーやシチューをかけても食べられません。
- ・お湯やお茶おかけても食べられません。

でも

- ・15分程度湯煎すればごはんとして食べられます。
- ・そのままでも、チャーハンやお粥は作れます。
コツがあります、開ける前に良くもみほぐす。

※パックご飯の老舗メーカーHPやネット上にレシピが出てます。参考に



法人格 砧町自治会
防火・防災、広報
2109-0-02

☎・FAX 03-3415-2257 (月～金 午前中)
〒157-0073 東京都世田谷区砧6-22-11
メール : kinutamachizichikai@gmail.com

法人格 砧町自治会では、新規加入お待ちしております。