

## 防災教室

### 「災害時の炊き出し訓練」



去る2月24日、日本赤十字社認定指導員の栗城美保さん（会津若松市在住）、後藤守江さん（会津若松市在住）を講師に迎え、包装食袋（ハイゼックス）を使った非常時炊き出し訓練を行いました。

昨年も各地で自然災害が多発しました。赤十字講習会では、防災力を高めるにはどうすればよいか？地域にはどんな組織があってどんな協力ができるかを考えることが大切であるということ学びました。私たちが日頃から身近で起こり得る災害の知識を深め、災害の被害を減らすためにも、自分でできることは何かを考えて防災に対する意識を高めて行かなければならないと感じました。

→ 奉仕団員  
関する知識  
一人一人が炊き出しに  
技術を習得しました。



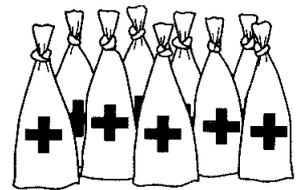
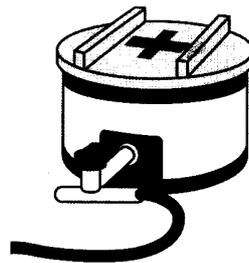
↑ 水とお米の割合を変えれば、食べる人に合わせて、柔らかいご飯、おかゆも作れます。



↑ 炊飯の空き時間を利用して三角巾を使った応急手当を学びました。

#### <作り方>

洗った米1合に同量の水を袋に入れて、袋の中の空気が残らないように空気を抜きながら輪ゴム等で口を固くしばり、沸騰したお湯の中に入れて30分煮ます。なべの外に出して、5～10分段階ボール等の中で蒸らせばできあがりです。



三島町老人クラブ連合会より

# 老人クラブ新規入会者募集



平成28年3月現在、三島町には9つの単位老人クラブがあり、総会員数396名の方がそれぞれの地域で高齢者自身による活動を行っています。多様な活動の中には、旅行、趣味など楽しい活動もたくさんありますので、ぜひ一緒に参加されませんか。

【問合せ先 三島町老人クラブ連合会 事務局52-3344（三島町社協）】