「災害時簡単料理レシピ」を作成しました

中央区では、自然災害に備えた自助の取り組み推進を目的として「災害時簡単料理レシピ」を作成しました。日頃から家庭にある食材を使用した災害時でも簡単に調理できるレシピと、１週間分の献立をご紹介しています。

１　特　　徴

（１）　日頃から家庭で利用している缶詰等の食材を使った、災害時に限らず普段の食事にも役立つ簡単なレシピを掲載しています。

（２）　災害が発生し、電気・ガス・水道といったライフラインが停止した場合でも、火を使わずに調理できるレシピも掲載しています。

（３）　写真で作り方を分かりやすく紹介しています。

（４）　主食、汁物、おかず、デザートの４種類を紹介しています。

２　イメージ

【左】主食

【右】おかず

３　ホームページへの掲載

「災害時簡単料理レシピ」は、９月１日（金）にホームページ上で公開しました。ホームページでは、災害が発生した場合を想定し、１週間分の献立も掲載しています。料理名をクリックすると完成した料理の写真を見ることができます。

http://www.city.chuo.lg.jp/bosai/bosai/kunainiosumainokatae/bitiku_bosai.html