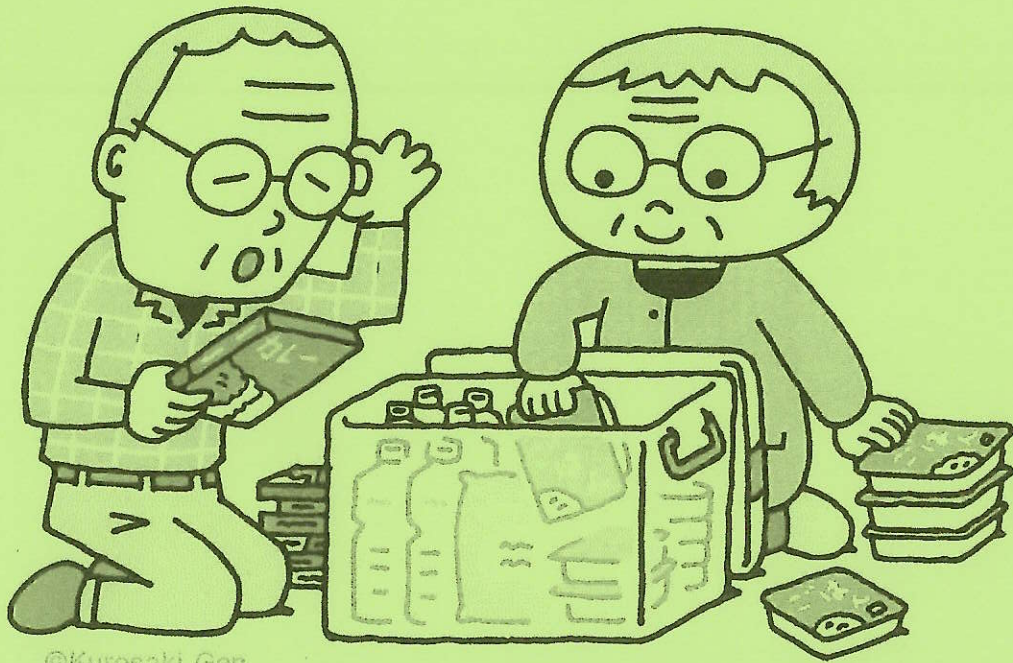


みなかみ

見守り  
新鮮情報  
No.123

備蓄用に購入していたレトルトカレーが、気が付くと賞味期限を過ぎていた。試しに一度食べたが、味に変化はなかった。まだたくさん残っているが、食べても支障はないか。(80歳代 女性)



©Kurosaki Gen

# 災害用の備蓄食品は 定期的に入れ替えましょう

- 災害発生時に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておきましょう。1人当たり3日分、大規模災害発生に備えるなら1週間分の備蓄があると良いとされています。
- 「賞味期限」はおいしく食べられる期限のことであり、食べられなくなる期限ではありません。適切な消費を心掛け、定期的を確認しましょう。
- 日頃から保存性の高い食品を少し多めに買い置きし、賞味期限などを考えながら計画的に使い、新たに買い足す「ローリングストック法」も有効です。

## ひとこと助言

備蓄は  
計画的に



見守るくん