



こんなことあったよ！ のしろ白神ネットワークの活動レポート

平成 23 年 5 月 30 日(月)
 転勤奥様教室で避難食づくり 編

3月11日の東日本大震災以来、防災の備えが重視され、上町自治会の活動が注目されているようです。特に避難食は3日間は自分の力で生きる自助に欠かせないものであり、皆さんに大変喜ばれております。

そんな中で、今日は転勤奥様教室での実演講習会に出かけました。この企画は、5月から翌年2月まで7回開催され「これでアナタも『のしろ通』」と題し、転勤・結婚・Aターン・・・理由はともあれ新しい環境は何かと不安なもの。能代の見どころ、味どころを体験して、楽しみながら、お友達を作りませんか？と能代市公民館が毎年企画しています。

今日は「防災力を高める！」というテーマで20名の方が参加して下さいました。30代から80代まで、子育て世代から高齢者までの実に幅広い方々でビックリ！4テーブルに分かれ、楽しくおしゃべりしながらの実施となりました。

能代市が用意された資料の中には非常時持出品、備蓄品、災害時の問い合わせ先やミニ知識としてレジ袋での非常時用おしめの作り方などがあり、参考になるものばかり。その中に28年前の日本海中部地震の北羽新報の記事があり、数々の被害を思い出し、胸が詰まりました。死者18人、不明38人「津波追い打ち、被害広がる」とあり、火力発電所の工事中でほとんどの方が、逃げることも出来ず亡くなりました。男鹿に遠足に行き、日本海側には津波は来ないという言い伝えに山ではなく海に避難し、犠牲になった小学生達・・・日本海岸地帯では過去最大級の被害となった地震でしたが、あれから防災力はどれだけ改善されたのでしょうか。能代の危機感の無さに驚くばかりです。愚痴ばかり言っても始まらないので、私たちは自助・共助を目指し賢い市民になるための備えを進めたいと思います。

今日の避難食は白いご飯、カレーピラフ、レーズン入りホットケーキ。みんなで準備をした後、私の日本海中部地震体験や皆さんの体験を自由に発言していただきました。

1時間後、でき上がったご飯を試食。参加者からは驚きの声！「こんなに簡単に、しかも美味しく芯も全然ないんですね」といつもの感動発言。子育て中のお母さんは、この方法をもっと早く知りたかった。毎日でも使いたいなどこの講座に参加したことをとても喜んでいらっしゃいました。帰りに参加者全員にハイゼックスシートを差し上げ、少しは防災意識の向上に役だったような～自画自賛のひと時でした。最後に、平山さん手作りののしろ白神ネットワークのチラシとあばんしえマップをお渡しし、PRも忘れませんでしたよ(^_^)

皆さんに能代を好きになってもらわなくちゃね (*^_^*)

文：能登 祐子



初対面の方々どうしても、食事づくりは協力関係がすぐできるのが良いところです。



ご飯ができるのを待つ間には、能代市からの情報提供もありました。



みなさんとお話している間にご飯もケーキも出来上がり、白いご飯は2種類の混ぜご飯にしました。器にはいつものように災害時の智慧、サランラップをかけました。