



けすぞう新聞

2023年7月発行
NO.67
播磨町消防団女性分団

梅雨晴れに笑顔・拍手の



自分たちで蓄え、生き抜こう～防災クッキング～

華が咲く

2023年6月16日、二子北自治会にて「防災クッキング」を実演しました。梶ケ子と坊斎そなえの絶妙な間合いの会話を繰り広げながら、カセットコンロとポリ袋を使い、非常時でも温かい手作りのメニューを紹介しました。ローリングストック法(常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法)も説明しました。

本日のメニュー

- ・親子丼
- ・マカロニサラダ
- ・やみつきキュウリ
- ・チョコ蒸しパン

ローリングストック法

食べ物は
気持ち多めに
備蓄しておく

食べた分は
買い足して
補充しておく

普段の食事で
古いものから
順番に食べる

日ごろから食べなれた品を普段通りの味付けでクッキングすれば、非常時のストレス軽減につながります。



防災クッキングでお部屋に美味しい香りが広まったところで、続いてはおすすめ絵本の読み聞かせ。「読み聞かせ」は聴き手とのコミュニケーションです。その前に「はじまるよ♪ はじまるよ♪～」手遊び歌で気分転換。

はじまるよ はじまるよ
はじまるよったら はじまるよ
2と2でカニさんだよ ちよきん!



作・絵：長谷川 義史 **じゃがいもポテトくん** 登場ポテトに合わせて、声色多彩の読み聞かせで会場は笑いと盛り上がり満載でした。

本日のメは「一緒に歌って動いて、汗をかく」

「四季の歌」作詞：荒木とよひさ
一緒に歌いながら隠された部分の歌詞を予想、的中!!
続いて、テレビ時代劇『水戸黄門』の主題歌「ああ人生に涙あり」皆さんに音の出る楽器を配り、

脚はドン、手は奏で、口は歌唱



私たちは 10月21日東京都で開催の「第25回全国女性消防操法大会」に出場します。女性分団は結束して大会に臨みます。応援よろしくお祈いします。

お問合せ 播磨町企画総務部 危機管理課
電話番号：079-435-0991