

エコずきんちゃんの 社会貢献



大分県LPガス会館

大分県LPガス協会女性部会活動…炊き出し訓練編

年6回の部会をはじめ、勉強会や料理コンテストなどを通じて、安心・安全なガスの活用法を身に付け、広める活動をおこなっている(一社)大分県LPガス協会の女性部会。大分県LPガス会館に設置された「災害対応型LPガスバルク供給システム」を利用して6月に炊き出し訓練を実施した。

「いざという時、女性部会の一人ひとりがすぐに対応できるように」と開催された今回の炊き出し訓練。これまで2度実施したものの、手順を忘れないため昨年に引き続きおこなうことになったという。

訓練は炊飯袋(ハイゼックス包装食)にお米1合と水を入れ、炊飯袋内の空気を抜いて真空状態にして、予め水を沸騰させておいた災害用移動炊飯釜に入れて、炊飯を行った。(30分間沸騰した状態で炊飯を行う)

この炊き出し訓練は、敷地内に設置されている「災害対応型LPガスバルク供給システム」と接続して行われた。このシステムには10口のガス栓があり、これ以外にもガス発電機、ガス炊飯器、ガスコンロ、炊出しステーションも接続を行い、ガス発電機で発電して、投光器並びに携帯電話への充電を行った。ご飯が炊き上がると、袋をつまようじで破ってお皿に盛り、レトルトカレーをかけて完成。お皿がなくても、炊飯袋は開けてそのままでも食べられるしっかりしたつくりで便利だ。試食中は「高齢者には柔らかいご飯のほうがいいから、水を多めに入れたらどうか」、「災害時に温かいものはうれしいよね」など意見を出し合った。

訓練を終えて、「女性が集まるとやっぱりにぎやかで楽しい。しっかり勉強と訓練を続けて、使い方さえわかればガスは安心・安全・便利だということを伝えていきます」と大谷部会長と渡邊副部会長。女性部会のみなさんの活動は、明るさと頼もしさにあふれるものだった。



煮炊き釜やガスコンロなどを備えた災害対応型LPガスバルク供給システム。

空気を抜いてゴムで結べばあとはゆでるだけ



非常用の炊飯ビニール袋にお米と水を入れる。



おそろいのオリジナルユニホームで仲良く作業。



沸騰した状態で30分ゆでれば出来上がり。



ご飯はとっておいしかったよ!

つまようじを刺すだけでかんたんに取り出せる。



レトルトカレーをかけて完成!



大谷部会長(写真右)と渡邊副部会長

Si センサーガスコンロ de

グリル機能 ツナマヨ&葱かつお ゴーヤのグリル2種



材料 (ゴージャ1本分)

ゴージャ	1本(約250g)	サラダ油	適量
炒りゴマ	適量	七味唐辛子	適量
A ツナ(缶)	小1缶(約80g)	マヨネーズ	大さじ2
塩	少々	コショウ	適量
B 味噌	大さじ2	砂糖	小さじ2
長ねぎ(みじん切り)	1/4本	かつお削り節	6g

- ① ゴージャは縦半分に切り、タネとワタをとります。
- ② ①の内側にサラダ油を塗ってグリルで焼きます。上・下強火 約5分
- ③ それぞれに合わせたAとBをのせて炒りゴマをふり、さらに焼きます。上・下強火 約5分
- ④ 焼き上がったら食べやすい大きさに切り、器に盛り付けます。好みで七味唐辛子をかけていただきます。

グリル機能 お弁当のおかずにぴったり!! くるくる巻いてかわいい♡ 油揚げロール



材料 (12個分)

油揚げ	4枚	ねぎ	1/2本	ミョウガ	2個	紅生姜	20g
花かつお	適量	醤油	少々	つまようじ	4本		

- ① 油揚げは3辺に切り込みを入れて開く。
- ② ねぎとミョウガはみじん切りにする。
- ③ ①の上に②と紅生姜、花かつおをのせ、醤油をふって巻き、つまようじで刺してとめる。
- ④ グリルプレートに並べ、タイマーを4分にセットして火を点火し焼く。焼き終わったら半分に切って、器に盛る。



子ども達の未来に炎の文化を伝えよう

LPガス販売店

エコずきんちゃん 検索

一般社団法人 大分県LPガス協会

〒870-0901 大分市西新地1-9-5

TEL.097-558-5483