

湘南カフェテリア

この紙面は、地域の組合員が作成しています。

2025年 3月3日
発行：湘南エリア
問合せ：組合員活動推進課
電話 045-470-6863
(月～金 9:00～17:00)

両面見てね 

お餅は防災食



皆さんお正月にお餅はいただきましたか？
お正月用に準備したお餅、食べきれなくて残ってしまったわと言うお宅はありますか？
実は真空パックの個包装の切り餅、意外と賞味期限が長いのです。メーカーにもよりますが1年～2年くらい、なので残ったお餅はぜひ防災備蓄に入れておいてください。我が家では年末より前に価格の安いときに購入して、備蓄の箱に入れておきます。お正月に食べたならその分はまた補充。一緒に小豆の缶詰やきな粉なども入れておけば防災食としてとても優秀な一品になります。ポリ袋に少量の水とお餅を入れて湯煎で温めても、7～8分ほどで柔らかくなるので是非お試しください。

防災士 かわかみさちこ

～ 乾パンで作るお菓子 ～

「第56回消費生活展 暮らしフェスタ」で、乾パンで簡単に作れるお菓子の紹介がありました。

賞味期限が近くなった乾パンで、ぜひ作ってみてくださいね。(F)

レシピは「ウチコト 乾パンチョコサラミ」で検索！

エリアブログでは、「防災」に関する記事も掲載しています
カテゴリー「防災」



～ パルシステムの取り組み ～

災害時に備えて 湘南センター

湘南センターでは災害発生時に使用できる井水（井戸水）と災害トイレが準備されています。罹災時には、センターで働く職員や地域の方々が利用できるように設置します。井水（井戸水）は、飲料としては利用できませんが、生活用水として、災害用トイレは排水ができない時に利用できるように設置を進めます。有事の際には、近隣の方々へ少しでもお役立ちできるようにしていきます。



復興支援活動

職員さんより能登町で行われた、「復興支援活動」の報告をお聞きしました。報告の被災写真では、まだまだ手付かずの家・道路がたくさんありました。ボランティア側も、石川県内の移動にも時間がかかり、寝袋等持参も必須の現状に、言葉に詰まりました。

そんな中、赴いた職員さんには尊敬と感謝の気持ちでいっぱいです。職員さんの目を見た現地の様子、なかなかニュースにならない現実を伝えてもらい、私にできることは、買って応援！と改めて感じました。

買って応援！

11月から継続的な復興支援企画の一環として、JF いしかわなどの原料を使用した商品に「産地応援！石川県産」の名称がついています。



～ 保存食におすすめ ～

「沖縄県産黒糖を使ったひとくちわらびもち」

黒糖の甘みとつるつとした食感がとてもおいしかったです。常温でも冷やして食べてもいいと思います。パッケージも開けやすく（手も汚れない）、とても食べやすいので、ちょっと食べたい時にいいです。常温保存可で、賞味期限 180日 ローリングストックの一品にいかがですか？

～ 25年度のおおすすめ ～

次年度おすすめ商品は、「せいきょう納豆」です。どうやっておすすめするか検討中です。お楽しみに！



～みんなのフェスティPAL～

3月8日（土）藤沢センターにて、「みんなのフェスティPAL」を開催します。

「みんなのフェスティPAL」は地域の方たちにパルシステムの商品を知ってもらうとともに、配送センターをみんなのつながりを生み出す居場所、コミュニティにしたいという思いで開催します。みなさんぜひ来てください！

