

# みやぎ発 防災レシピカレンダー2025 ご予約の受付を開始しました！

「食べること」はいつでも・誰にとっても必要なこと。普段からお家にある食材で・カセットコンロで簡単に作れて・災害時にも役立つレシピを普段の食卓のメニューに取り入れていただき、自然と防災力アップにつながれば…との思いでこのカレンダーを作成いたしました。

掲載レシピは、Food and Smile!(宮城学院女子大学ボランティアサークル)、東六郷・東部かあちゃん'ず、Food and Smile!出身の管理栄養士、防災クッキング教室に参加してくれた小学生親子の皆さんが考案しました。備蓄品を活用したレシピ、ポリ袋クッキングで作るレシピなどなど、アイディアあふれるレシピが満載です！

「防災」をおいしく・楽しく日常に取り入れてみませんか♪



「ポリ袋でたっぷり野菜クリームシチュー」「仙台みそでつくるかんたん五平餅風」など、季節に合った12か月分の防災レシピ(13品)を掲載！ポリ袋クッキングの基本の調理方法や食のおすすめ備蓄品リストもついてます。※カレンダーは日曜始まり ※壁掛けタイプ(A4中綴じ・掲示時A3サイズ)

**価格：1,500円(税込)**

※早期ご予約特典：10月31日までのご注文で1冊あたり100円引きいたします。

(お届けは11月中旬頃を予定しております)

※送料：1件のご注文につき430円を頂戴いたします。

※売上の一部を、Food and Smile!、東六郷・東部かあちゃん'ずの活動費として寄付いたします。

ご注文はこちらから



カレンダーに載せきれなかったレシピやインタビューも掲載予定です♪



発行：くらしの学びサポートオフィス HumanBeing

宮城県を拠点に、福祉・防災学習の実践や推進、地域福祉活動(平時・災害時)の推進、ボランティア活動のコーディネート等に取り組んでいます。 <https://www.officehb.net/>