



ポリ袋でご飯を炊く、交流会

= お味はどうだったかな？



相変わらず地震や大型台風による天災が頻発しています。最近では災害時に備え非常食ではなく、いつも食べているものを中心にした備蓄が推奨されています。水やガスが制限される災害時にも、ポリ袋でご飯やパスタが本当に作れるのか試してみたい……。そんな思いから8月31日（土）、県障害者福祉センターで調理実習交流会を開催しました。参加したのは難聴者協会7人、夢サラダ5人、陽ざしの会9人の計21人の皆さん。

「美味しいのができるかなあ」という声に内心ヒヤヒヤしながらレシピを紹介。この日のメニューはポリ袋で作るご飯、パスタ、パインケーキ。ひと鍋で作るツナパスタ。おまけに袋入りラーメンにお湯を注ぐだけで食べられるかも実験した。

最初の説明で、ポリ袋に研がないままのお米と水だけを入れると会場からどよめきがおきた。水不足の想定だから仕方ない。パインケーキは材料すべてをポリ袋に入れて揉んで小分けして、鍋に投入するだけで完成する。すごく簡単。みんなの顔が期待で輝く。

この日はパソコンで全体投影。スクリーンを会場の左右2か所に設置し、情報保障も万全を期した。

調理中はどの班も楽しそうに和気あいあい。試食中は、どうだったかは……。感想を交えた1分間スピーチでは、「まずかった」「塩昆布が一番美味しかった」と本音の発言のほか、職場や家庭でどんな防災対策をしているか、また3年前の熊本・大分地震での被災体験なども披露された。いつもの食事がいかに美味しく有難いことかを実感し、楽しい中にも心に残る交流会となった。

7月の開催が台風で延期されての8月の交流会。行事を変更して参加してくれた難聴者協会の皆さん、誘いあって参加してくれた夢サラダの皆さん、準備や情報保障に協力してくれた会員の皆さん、ご協力ありがとうございました。紙面を借りてお礼申し上げます。
(企画部長・小寺淑子)

参加者の皆さんにアンケートをいただきました。一部ご紹介いたします。



Q 楽しくすごせましたか？
A 楽しかった 13 いま一つ 0

- みんなで一つのことを協力しながらやるのは楽しい
- 陽さしの会の方々の気配りに頭が下がります
- 手より口が動き、笑いが絶えなかった



Q 情報保障は十分でしたか
A 満足 9 普通 2 未回答 2

- 資料をたくさん、わかりやすい準備をありがとう。
- スクリーンが左右にあり、わかりやすかった。



Q お味はいかがでしたか
A 美味しかった 11 美味しくなかった 2

- 思ったより美味しかった
- ビニール袋で作ったわりには美味しかった。
- 珍しいものが多かった。非常食としてレシピを参考にします。
- いつも食べている食事のおいしさと有難みを感じた。
- 疲れているときは塩分が大事と思った。
- 美味しくなかったが、いつもの条件でできなかったわりには食べられる。
- 心まで満たされました。
- いろいろな料理があり、楽しかったです。

その他に・・・

- 企画から準備、実施まで大変だったことでしょう。お誘い、ご連絡等もありがとうございました。
- 今後いつ被災するかわからない。いろいろ用意しておくことが望ましいと感じた。
- また参加したい。

などの意見もありました。

※交流会で使用した食材は、イオンイーローシートキャンペーン活動に対する寄附金で購入しました。



今回交流に参加した感想として、普段の生活では、テレビなどでやり方を放送していても、実際に自分で準備してまで実践してみようとすることはありませんでした。

今回、物品の準備や企画を陽ざしの会の皆様がしていただいたおかげで貴重な体験ができたと思います。

限られた水や物品の中で、パスタやごはん、お汁など普段の生活と変わりのない食事ができることを知ることができました。

これからも日本は地震大国であることや毎年来る台風などによる被災があると思います。

その中で知識があるのとないのでは、生活の便利さや実際の避難生活に大きな差ができてくると思います。

今回学んだことを忘れないように、自分で半年に一回程度復習したり、友達に教えたりしていき、今後ある災害に備えていきたいと思いました。

(夢サラダ 堺 洸樹)

台風の為延期になっていた「陽ざしの会」の交流会が、8月31日福祉センターで開催された。

テーマは「災害時の非常食」とのこと。3月に「難聴者協会」に入会したばかりの私だが、エプロン掛けの要約筆記者の方たちが誘導してくれ、和気あいあいと楽しめた。

ポリ袋でご飯を炊くなど考えたこともなく、どんなご飯が出来るのか？と興味津々。初めてのレシピに戸惑いながらワイワイやるのは楽しかった。

慣れているはずのキッチンの作業だが、いつもとは勝手が違う。「スパゲッティ」「簡単ケーキ」「ツナ缶パスタ」等、初めてにしては上出来。楽しい3時間はアツと言う間に過ぎ、食べきれずに持ち帰ったものは、レシピを見ながら家族に説明した。

ご飯が又カッぽかったり、ケーキが少しパサパサしていたので、次回作る時は水や牛乳等を足してみたい。

「災害は忘れた頃にやって来る」！！と緊急事態になった時には、とても活躍してくれるレシピと思う。

この歳になっても知らない事ばかりで、人様のお世話になりながら生きていくんだな～と感じた。

早速レシピを佐世保の友に送ったら、百歳のお母様と一緒に楽しんだとのこと。お母様が穏やかな笑顔だったと聞き、私も嬉しくなった。

一つの目的を持って皆さんで頑張ればすごい力になるのを感じた一日でした。ありがとうございました。

(大分県難聴者協会 林 清香)