

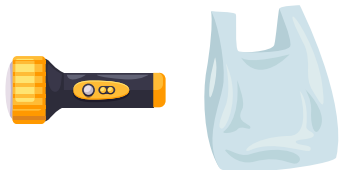
Let's try
手作りチャレンジ

ポリ袋で簡易ランタンづくり

懐中電灯は手元や足元などをピンポイントで照らせるようになっているものが多いけど、ポリ袋をかぶせるだけで、お部屋全体を照らすことができます。停電の時にはとても便利なので、お部屋の電気を消して、試してみてくださいね！

【材料】

懐中電灯、白いポリ袋
家にあるもので、簡単にできるよ！



【作り方】

懐中電灯にポリ袋をかぶせて持ち手を懐中電灯に結び付けよう。
光がポリ袋全体に優しく広がるよ！

比べてみたよ！



WEBも見てね！



さくらいふのHPでは、暮らしに役立つ情報を発信しています！ぜひご覧ください！



Enjoy Sustainable

身近のものが役に立つ！

身近にある新聞紙、ダンボール、チラシ、ラップ、ゴミ袋などは、非常時には防災用品として使えます。万が一の際に、資源を有効的に使えるように、手作りの防災用品の作り方を調べておく安心ですね！

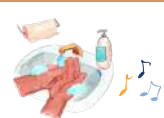


#Sakulife_Style

Next Issue

10月号

10月15日は世界手洗いの日！
きれいに洗えているかな？



HPの最新情報は
こちらから！



家具・家電
予防で一句
しっかり固定で
倒さない

みなさんのおうちでは、家具の転倒防止対策はされていますか？地震が発生した場合、家中の家具や家電が倒れてしまいかも恐れありません。想像すると恐ろしいですよね。様々な方法で固定することができると、まだの方は対策をしましょう。また、引き出しや扉にもストッパーをしておくと、中身が飛び出るのを防げますよ。



enjoyobou

配布 & 設置場所募集中！

お気軽にご連絡ください！



Sakulife Botanical care for your house.
おうちの衛生管理を整えるショップはこちら！

https://sakulife.official.ec/

最新情報は、さくらいふのTwitter、
Instagramでご確認ください！



ご意見・ご感想は
こちらからお願いします→



IKARI イカリ消毒株式会社



©2022 さくらいふ IKARI SHODOKU CO.,Ltd. JAPAN

enjoyobou

9

2022

楽しく予防しよう！
ママ&キッズ × さくらいふ

9
2022 Sep

Take Free

ご自由にお持ち帰りください
毎月発行

Follow Us



9月は防災月間！

今月は
防災特集！

2022年9月号
発行・イカリ消毒株式会社

さくらいふ推進室
〒542-10076 大阪府大阪市中央区難波5-1-160

電話06-6636-1274

Sakulife

いざという時に、備えよう！



避難所に行っても 全員分の

食べ物が無い?!

巨大地震など発生直後は、ライフラインも壊滅状態となり、水や食料の不足が予想されます。さらにアレルギー対応食や幼児用の食事は手に入りません!

9月は防災月間です。
もしものときの食事、備えは万全ですか?
今月は、防災活動をされている
あべの親子防災部さまに、
非常食について教えていただきます!

備えておきたい非常食



□飲料水
1日3ℓ×家族の人数×7日分



□缶詰・レトルト



□スープ (フリーズドライ)



□乾物



□漬物
伝統的な保存方法で。



□家庭菜園
庭やベランダ等も活用して菜園を。



□冷凍食品
自然解凍できるものが便利。



□乾麺・即席麺・カップ麺



□離乳食・液体ミルク・おやつ

乳幼児を持つご家庭は、
離乳食・液体ミルクや
食べられるおやつを
多めに備蓄しましょう。

CHECK!!

ローリングストックで

美味しく食べて 楽しく備蓄!

定期的(1か月に1,2度)に食べて
食べた分を買い足し備蓄していく方法です。



- ・普段食べなれているものを多めに
 - ・賞味期限が数か月でもよい
 - ・液体ミルク・離乳食・アレルギー対応
- など 家庭にあったものを
備えましょう!

7日間の食事の 仕方

1~3日分

冷蔵庫やパントリーが
いつもいっぱい!
それも備蓄です!

冷蔵庫・冷凍庫の食材を活用



食パンや野菜などは、自然解凍により
食べることも可能。



停電時、クーラーボックスや
保冷剤を活用して食材の保存を。

水は溶かして
飲料水として
活用も可能。

4~7日分

美味しい備蓄を
多めに用意し、
食べたら買い足す
「ローリングストック」を
ぜひ習慣に!

ローリングストック法で備蓄した非常食を活用



備蓄する食料・水を
少し多めに用意する。

定期的古い
ものから食べる。

食べた分を
買い足し、補充する。

- ・野菜や果物の缶詰で栄養補給。
- ・乾麺はゆで時間の短いものを。
- ・食欲がない時はスープ類を活用!



長期保存できる非常食より、
いつも食べているものが◎
小さな子は非常時でも
食べ慣れないものは食べません!!

あべの親子防災部は

いざという時に備え

乳幼児を抱える家庭向けに

防災啓発活動を行っています。



あべの親子防災ノート
ダウンロードできます

最新の活動状況は
instagramで!



@oyakobousaibu

5さい

3さい

さくらちゃん と らいふくんの

やってみよう!

~災害に備えよう!~

9月は防災月間! いざ、災害にあっても慌てないように、日頃から備えておくことが大事だよ。自分たちでできることを考えてみよう!

避難所まで歩いてみる



お家の近くの避難所まで歩いて、道のりと場所を確認しよう! ※必ず、お家の人と一緒に出かけてね。

個人情報を覚える

え、忘れちゃったの!? お父さんとお母さんの
名前は…。



災害時におうちの人はぐれたときのために、自分のお名前やおうちの人の名前、電話番号などを覚えるようにしよう。住所も覚えられたら、素晴らしい!

備えあれば憂いなし



おうち防災
見直そう!