

## 非常食持ち寄り試食会

2016.10.14

### <その非常食を備えている理由>

- \* ようかん→成長に欠かせない栄養分が豊富らしい。
- \* 白かゆ→パックのごはんは温めないと食べられないが、おかゆはそのままでも食べられるし普段に、子ども（小さい子）の食事としても与えられる。
- \* クラッカ&クッキー缶とビスコ缶→どんな味か食べてみたかったので味比べ！
- \* カボチャフレーク→赤ちゃんのビタミン補給（おかゆに混ぜる）
- \* 使いすて哺乳瓶、液体ミルク、災害用に
- \* おかゆレトルト。そのまま子どもも大人も食べられる。
- \* おかゆ粉末→携帯性（日数確保）。水、お湯でとく。
- \* おかゆ→そのまま食べられて、大人も子どもも赤ちゃんも食べられる！
- \* カレーライス、誰でも好きだし、乾いた物ばかりだとさみしいかな、と思い選びました。
- \* ツナ缶→すぐに食べられてカロリーもありそう。
- \* 本格派カンパン→定番
- \* ドライフルーツ→普段から食べてて持ち運べる。
- \* アキモトパン缶→すごいおいしい（2票）。ふわふわでおいしい。

### <感想>

- \* 11か月の子どもが、おかゆ・たきこみごはん・パン・どれもパクパク食べていました。紙コップにラップをしいて使うのはとてもいいなと思い、ぜひマネしたいと思いました。ごちそうさまでした。
- \* カレーを子どもといただきました。満足するように味が濃いようにおもいましたが、美味しくないと感じられないのかな。
- \* カンパンは、子どもでもかめる硬さだった。ごはんはよく混ぜないと硬い部分があった。ビスケットやパンなど甘いものがあると子どもがとびつく。カレーは子どもも食べられる物（甘口）にしたい。
- \* 缶詰めスイーツにびっくりした。スイーツも食べられたら心も満たされそう。
- \* お米系は少し固さが残るので、子供用には水を多めにしようと思いました。パンがすごくおいしい！
- \* 味の濃い物が美味しく感じましたが、喉が渇くのが心配になりました。山菜おこわ美味しかったです。ホッカイロで温める技勉強になりました。
- \* お湯があるだけでごはんに温かさができて、さらにおいしくなる気がした。
- \* おこわのごはんがべちょべちょしなくておいしかった。子どももおいしいと食べた。
- \* 非常食として売られている物を用意してましたが、それ以外に普段使いできる缶詰めとかもいろいろと教えてもらい参考になりました。
- \* アルファ米はお湯か水を入れないと、米にかたい所が出来る。

\*意外とカレーがおいしく子どもも食べていました。子どもが食べるかがいつも心配です。

\*くりの五目ごはんはあつたかなくても美味しかった。粉末のおかゆは便利でよいと思った。

\*スイーツ缶がおいしくて、ボリュームがあるので良かった。ビスコが卵を使っていないので卵アレルギーの子どもに良くて、使ったあとの缶も色々な役に立つので1つ常備しておくの良いと思った。アルファ米がおいしかった。

\*アルファ米は、固さにムラができましたが、たきこみごはんの味はとても良かったです！ゴミがでない工夫をしていますが、やっぱりけっこうたまるのにおどろいた。普通に紙皿を使っていたら、すごいゴミの量だったのではと思う。

\*ミルクだけでなくアルファ米やあたたまるためのお湯の大変さを実感しました。

\*ごはんは少し固い感じがしました。カレーはおいしい。パンの缶もおいしい。家の非常食みたら、賞味期限がかなりきれっていたので、定期的な見直しが必要だと思いました。あと、ある程度数がないと食べるのはあつという間。