



いつ起きるかわからない「災害」 食べて備える「ローリングストック」



ローリングストックってなんだろう？

知ってる？



ローリングストックとは、食べものや水を「ためておく」工夫のひとつです。たとえば、地震や台風でお店に行けなくなったりしたときにそなえて、家に少し多めに食べ物や水を置いておきます。でも、ずっと置いたままだと、古くなってしまって食べられなくなってしまいます。そこで「使いながら、たしていく」のがポイントです。レトルトカレーや缶詰、ジュースなどを食べたり飲んだりしたら、また新しいものを買っておきます。このくり返しを「ローリングストック」と言います。