

非常食としての砂糖

もしもの備えに「砂糖」を備蓄しよう



平成23年3月の東日本大震災は、改めて私たちに砂糖のありがたさを思い出させてくれました。津波で周囲から遮断され600人が避難した宮城県石巻市の小学校では、子供たちに数少ないお菓子を配り、大人たちはスティック袋に入った砂糖をなめて、空腹をしのいだということです。

食料を調達できたのは、震災発生3日目以降という地域があったり、電気の復旧に1週間以上、水道の復旧に10日以上を要した地域もありました。

このため、最低でも3日以上*の物資の備蓄に取り組むことが望まれています。

※:総務省策定 緊急物資等の備蓄・調達に係る基本的な考え方及びヒント集

「砂糖」は、いざという時に備えて、備蓄するよう推奨されています。



農林水産省

緊急時に備えた **家庭用食料品備蓄ガイド**
備蓄食料品に、調味料として「砂糖」を位置づけ。

農林水産省

新型インフルエンザに備えた **家庭用食料品備蓄ガイド**
備蓄食料品に、調味料として「砂糖」を位置づけ、余分に1袋買い置き。

内閣府

政府公報オンライン
備蓄物品に、食料品として、乾パンを位置づけ。



乾パンには、たいてい氷砂糖やコンペイトウ等と一緒に入っています。
糖分を補給するだけでなく、唾液の分泌を促し、水なしでも食べやすくなるからです。

非常食として砂糖が役に立つ3つのポイント

ポイント.1 食べやすく、即効エネルギー！

ポイント.2 甘みで気持ちもリラックス！

ポイント.3 保存性バツグン！

氷砂糖や角砂糖、黒糖はそのままで食べられ、素早く身体に吸収されエネルギーになります。そして、砂糖の甘みは、脳にリラックスをもたらします。また、砂糖は品質が安定していて、長期間保存できます。



氷砂糖



角砂糖



黒砂糖

身体と心に優しく、長持ちする
「砂糖」をもしもの備え(非常食)に
ぜひ、ご活用ください!

