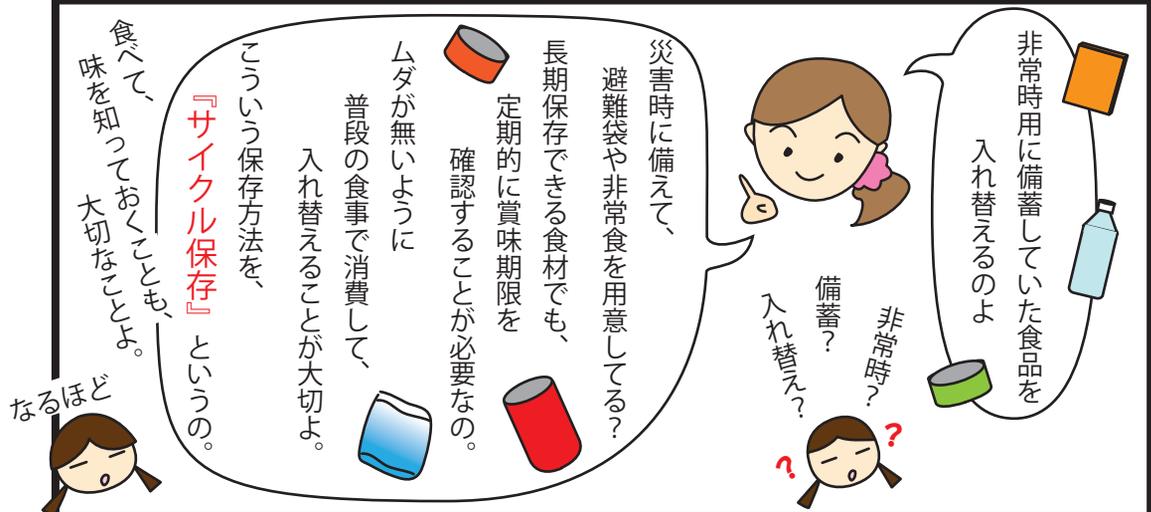
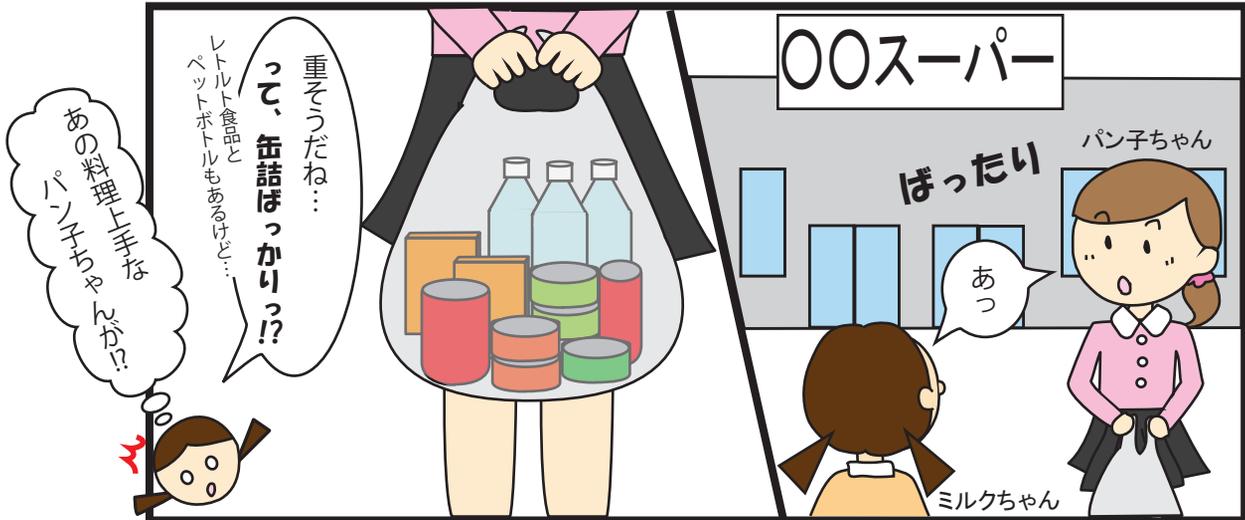


恋も!?

備えあれば憂いなし！ 準備しよう**非常食**の巻



* 非常食を備えるポイント *

- 3日分程度の食品、飲料水の備えをしましょう。
- 日頃から**長期保存が可能な食品**を買い置きし、非常時に役立てましょう。
- 買い置きした食品は、**サイクル保存**しましょう。←
- **家族の状況にあった食品**（乳児向け食品、食物アレルギー対応など）選び、備えておきましょう。
- **調理器具や食器**も備えておきましょう。

