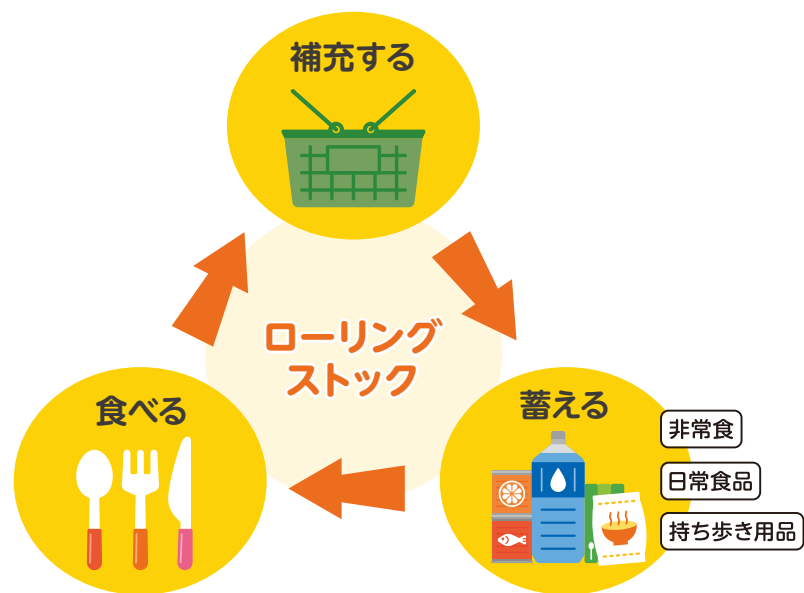


ローリングストック



「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。



ココがポイント

- ・費用、時間の面で、普段の買い物の範囲でできる
- ・買い置きのスペースを少し増やすだけで済む



※できれば1週間分を備えましょう

◆備蓄食品を用意する際の分類のヒント。

備蓄食品は、大きく分けて「非常食」と「日常食品」の2種類があります。

非常食

災害時の備えとして用意し
主に災害時に使用するもの
 【非常食は、場面に応じて日常でも利用が可能】

日常食品

日常から使用し、かつ
災害時にも使用するもの
 【ローリングストック】

主に災害時に使用する「非常食」だけでなく、日常で使用し、災害時にも使えるものを「日常食品」としてバランス良く備えることが大切です。また、外出中に災害が発生することを考えて、普段から持ち歩く飲料水やチョコレートなどの「持ち歩き用品」も備えておけば万全です。

農林水産省:災害時に備えた食品ストックガイド(平成31年3月)より抜粋、編集

自己チェックリスト

チェック欄	気づいた点	備考
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		

