

食と防災

災害時、ライフラインが止まっても、
命をつなぐために「食」を欠かすことは
できません。電気やガスを使わずに
作れる食事、日ごろの備えなど、
食と防災に関する情報を、
図書やインターネットから
探してみませんか？



パスファインダーとは、あるトピックスについて調べるときに
役立つ図書やツールを紹介した「道しるべ」です。

キーワードを見つける

防災食について様々なキーワードを見つけることが、調べ方のコツです。

例：災害、防災、非常食、保存、加工、備蓄、省エネ、
レトルト、缶詰 など

参考資料で調べる

★白書や統計書で、防災の全体像をつかむことができます。
()内は請求記号

『防災白書 令和元年版』

内閣府 編集 日経印刷 2019年 (R369.3 館内利用)

『災害と防災・防犯統計データ集 2018-2019』

三冬社 2017年 (R369.3 館内利用)

図書で調べる

★図書館の本は、テーマごとに分類されて並んでいます。請求記号の数字の本棚から資料を探することができます。「防災」の請求記号は369.3、「料理」の請求記号は596、「食品保存」の請求記号は588.9です。

館内の利用者用検索機(OPAC)で図書館の所蔵資料を調べる場合は、正確な書名や著者がわからなくてもキーワードで検索できます。

()内は請求記号

『もしもごはん かんたん時短、「即食」レシピ 災害時に役立つ』

今泉マユ子 著 清流出版 2016年 (369.3)

『防災ピクニックが子どもを守る!』

MAMA-PLUG 編・著 KADOKAWA 2014年 (369.3)

『「もしも」に備える食』

石川伸一 著 今泉マユ子 著 清流出版 2015年 (369.3)

『災害時における食とその備蓄』

新潟大学地域連携フードサイエンスセンター 編 建帛社 2014年 (369.3)

『本気で取り組む災害食』

奥田和子 著 同時代社 2016年 (369.3)

『災害時における食と福祉』

新潟大学地域連携フードサイエンスセンター 著
光琳 2011年 (369.3)



『防災食』

祐成二葉 監修 ぴあ 2019年 (369.3)

『賢者の非常食』

小泉武夫 著 IDP出版 2011年 (588.9)

『知っておいしい保存食事典』

実業之日本社 編 実業之日本社 2017年 (596)

新聞記事検索データベースで調べる

★オンラインデータベースで、さがしているテーマの新聞記事を検索して全文を読むことができます。

●聞蔵Ⅱビジュアル（朝日新聞 端末2番）

例：「水の心配不要、防災ゼリー 賞味期限5年クリア
避難所生活の経験もとに開発」

2018年9月28日朝刊 総合1面

※調理なしで誰もがすぐに食べられる備蓄食の開発に関する新聞記事です。

●日経テレコン21（日本経済新聞 端末3番）

●毎索（毎日新聞 端末5番）

●ヨミダス歴史館（読売新聞 端末5番）



論文・雑誌記事を調べる

●CiNii Articles 日本の論文を探す <https://ci.nii.ac.jp/>
論文情報を検索できるサービス。インターネットからPDFで閲覧できる論文もあります。

例：「家庭における非常食の備蓄状況」

『中京学院大学中京短期大学部研究紀要』47(1) 31-36 2016年

●JDreamⅢ（科学技術文献情報データベース 端末1番）

国内外の科学技術文献情報を検索できるオンラインデータベースです。抄録が掲載されています。文献の閲覧はできません。

インターネットで調べる

●国立国会図書館デジタルコレクション

<https://dl.ndl.go.jp/>

国立国会図書館でデジタル化した資料の一部が、インターネット公開されています。

●農林水産省 「緊急時に備えた家庭用食料品備蓄ガイド」

<https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/anpo/gaido-kinkyu.html>

食料備蓄についてのリーフレットのダウンロードや動画の視聴ができます。

●日本赤十字社 「Sonaeru Gohan（備えるごはん）」

<http://jrc-tsudukeru.jp/sonaerugohan/>

日本赤十字社と kurashiru が共同で立ち上げた「在宅避難を想定した食の備えサイト」です。

●東京海上日動 「非常食簡易計算ツール」

<https://www.tokiomarine-nichido.co.jp/world/egao/sonae/goods/count-tool.html>

今ある自宅の食料が何日分の備えになるのか簡単に計算できます。

<埼玉県・さいたま市に関する情報>

●埼玉県 <https://www.pref.saitama.lg.jp/>（トップページ）

トップページ>くらし・環境>防災・消防>防災対策
防災対策のページで、非常食レシピや炊き出し訓練についての情報が紹介されています。

●さいたま市 <https://www.city.saitama.jp/>（トップページ）

トップページ>暮らし・手続き>安全・防災・消防>防災
市の取り組み>防災に対する取り組み
防災に対する取り組みのページで、備蓄品のチェックリストなどが公開されています。

※この案内の内容は令和2年2月現在のものです。