

10,000人の防災訓練

(災害救助用アルファ化米-五目ご飯編の調理／2020年10月22日)

b y 社会福祉法人みなと舎 ゆう

① アルファ化米、お湯（熱湯-8ℓ）、手指消毒

②これから調理を始めます！

00分開始



③開封します。



④



⑤ 手指消毒をして中身を取り出します。

⑥ 中身の確認。



⑦必ずお読みください。(配布上の留意事項)



⑧作り方の説明。



⑨中身の確認。



⑩具の袋を備え付けのカッターで開ける。



⑪具を入れる。



⑫具とアルファ化米をよく混ぜる。



⑬ 更によく混ぜる。



⑭ 【注水線】までお湯（熱湯）を入れる。



⑯更にお湯（熱湯）を入れます。



⑮【注水線】までお湯が入りました。

15分経過



⑰お湯と具材が均一になるようよく混ぜる。



⑯「針金入りビニール紐」でしっかり縛る。



㉑15分蒸らします。(水15°Cで60分)



㉒スプーン、容器、輪ゴム(50人分)があります。



㉓蒸らした後、底からほぐすようによく混ぜる。



㉔味が均一になるようによく混ぜる。40分経過



㉕容器を準備し、盛り付けます。



㉖盛り付け目安は、ふつうのお茶碗少し多め。



㉗試しに入れてみました。



㉘ 盛り付け後スプーンをつけ輪ゴムで止める。



㉙ 盛り付けたものを箱に保管します。



㉚ 50人分が保管できます。



㉛ 段ボール箱の角2か所を「針金入り紐」で固定。㉜温かい五目ご飯が出来上がり！

60分経過



【事前の情報として】

- ※ 中身=アルファ化米、具材、しゃもじ(1)、ビニール手袋(1)、カッター(1)、容器(50)、プラスチックスプーン(50)、輪ゴム(50)、針金入り紐(3) 説明書(1)
- ※ ポイント=① 热湯で作ると温かく食べれる。
② アルファ化米と具材をよくかき混ぜる。(お湯を入れた後もよくかき混ぜる)
- ※ 消毒用品(手指消毒のため)とビニール手袋(1つしか入っていない)は事前に準備しておくとよい。