

非常食レシピ 大募集!

An army marches on
its stomach!!

ハラガ ヘツテ ル

マクサ ガ テキヌ!

テーマ

備蓄していた〇〇を使って!

非常時にみんなを

元気にする
レシピ

応募者には記念品があります!

締切：令和3年8月31日（火）

問い合わせ：（公財）青森県消防協会

TEL：017-763-5333



令和3年度 青森県女性消防団員活性化研修会

非常食レシピ発表者募集要綱

○ 募集テーマ

「備蓄していた〇〇を使って！非常時にみんなを元気にするレシピ」

普段から備えている食材・規制の製品（缶詰や防災食等）を使って、水や電気、ガスが潤沢に使える環境ではない非常時に、自分や家族、みんなを元気にすることができるレシピを考案してください。

○ 募集期間

令和3年8月31日（火）まで

○ 目的

普段から非常時を想定し、何を備え、有事にはどう転用するのか検討し、広く普及できる形とすることで、「自分の身は自分で守る」だけではなく、「周りの人たちと助け合う」余力のある人材へステップアップすることを目的とする。

○ 参加資格

青森県内の女性消防団員（原則個人応募）

○ 参加記念品（予定）

- ・発表者（3名）：選べるホテル青森ギフト
- ・応募者記念品：アイラップセット

発表者に選ばれた3名には、令和3年度青森県女性消防団員活性化研修会の場で、レシピのプレゼンテーションをしていただきます。（当日研修に参加できない場合は、動画の提出をお願いします）

○ 応募方法

別紙応募様式、応募レシピの完成画像（写真）を、事務局へメールまたは郵送でご提出ください。提出いただいた様式、画像（写真）は返送いたしませんのでご了承ください。また、応募レシピが複数ある場合、様式はレシピごとに作成してください。

○ 研修会プレゼンテーションについて

内 容：応募した非常食レシピをもとに、作り方、アピールポイント等を、
防災知識として一般家庭に普及できるようにプレゼンテーション資料を
作成してください。

所要時間：プレゼンテーション 5分程度
調理の様子を撮影した動画 10分程度

形 式：形式は問いません。
(デジタル、アナログ、どちらでも構いません)

動画撮影：プレゼンテーション後に、調理の様子を撮影した動画を上映します。
9月中に日程、場所等を調整し、動画撮影日を設けますので、
ご協力をお願いします。
撮影日当日の材料費については、県協会が負担します。
詳細は、発表者が決定次第、発表者のみにご連絡いたします。

○ 研修会までの流れ

- R3. 7. 15 (木) レシピ応募開始
- 8. 31 (火) レシピ応募締切
- 9. 8 (水) 審査終了 発表者3名に結果通知
- 9月下旬 動画撮影
- 10月上旬 研修会(発表者プレゼンテーション)

令和3年度 女性消防団員活性化研修会 非常食レシピ 応募用紙

1. レシピ名			
2. 調理時間	分	3. 調理コスト (1人前)	円
4. 備蓄食材	私が備蓄していた食材は、「 」です！		
5. 材料/分量 〔4人分〕	例: にんじん / 1本 . . .		
6. 作り方	1. 2. 3. 4. ※作業工程を箇条書きで記入してください。		
7. アピールポイント			
8. おいしくつくるコツ			
9. 一言コメント			

フリガナ		階級	
所属			
フリガナ		年齢	歳
お名前			
ご住所	〒		
電話番号		E-mail	

注1 上記の項目にご記入の上、料理の完成写真を添付してE-mail又は郵送で応募ください。
 注2 記入欄が足りない場合は、別紙として追加してください。
 注3 応募締切は令和3年8月31日(火)です。※当日消印有効

ご応募	公益財団法人 青森県消防協会
お問合せ	〒030-0113 青森市第二問屋町4丁目11-6(県計量検定グループ庁舎内) TEL:017-763-5333 FAX:017-739-1160 電子メール:syokyo@poem.ocn.ne.jp

令和3年度 女性消防団員活性化研修会 非常食レシピ 応募用紙

1. レシピ名	簡単おやつ カンパンスモア		
2. 調理時間	10分	3. 調理コスト (1人前)	250円
4. 備蓄食材	私が備蓄していた食材は、「カンパン」です！		
5. 材料/分量 〔4人分〕	例: にんじん / 1本 ・カンパン 1缶(100グラム) ・マシュマロ 1袋(200グラム) ・チョコレート 1枚(50グラム) ※主食ではなくおやつなので、材料は少な目です。		
6. 作り方	1.わりばしにマシュマロを刺して、ガスコンロの火であぶる 2.カンパンにマシュマロ、チョコレートをはさむ 3.完成！ ガスを使いたくない時は、マシュマロをそのままはさんで食べても美味しいです。 ※作業工程を箇条書きで記入してください。		
7. アピールポイント	・様々な食材を備蓄することは難しいので、非常袋に入っているカンパンと普段から食べているおやつで家族を元気にしたい。 ・そのままではどちらかというと味気ないカンパンですが、チョコレートやジャムと組み合わせると味のバリエーションが増えて、美味しく食べることができます。 ・プロパンガスは災害発生時も比較的に利用可能な燃料です。		
8. おいしくつくるコツ	マシュマロを焼いたりあたためること。		
9. 一言コメント	甘くてあたたかいおやつでほっと出来たらいいと思えました。子供と一緒に楽しく作って食べることで、メンタルケアにもなるといいなと思います。		

フリガナ	マルマルシマルマルショウボウダン		階級	団員	
所属	〇〇市〇〇消防団				
フリガナ	ショウボウ ハナコ		年齢	40	歳
お名前	消防 花子				
ご住所	〒030-0113 青森市第二問屋町4丁目11-6				
電話番号	017-763-5333	E-mail	syokyo@poem.ocn.ne.jp		

注1 上記の項目にご記入の上、料理の完成写真を添付してE-mail又は郵送で応募ください。
 注2 記入欄が足りない場合は、別紙として追加してください。
 注3 応募締切は令和3年8月31日(火)です。※当日消印有効

ご応募

お問合せ

公益財団法人 青森県消防協会

〒030-0113 青森市第二問屋町4丁目11-6(県計量検定グループ庁舎内)

TEL:017-763-5333 FAX:017-739-1160 電子メール:syokyo@poem.ocn.ne.jp