



# えいようだより 9月号

第62号  
発行 平成29年  
県立総合病院  
栄養管理室

## 9月1日は防災の日です。災害時の備えはできていますか？

年間で最も優れた非常食を決定する「日本災害食大賞」が去年の夏に初めて開催され、「美味しさ部門」「機能性部門」「新製品部門」の3つの部門それぞれに秀でていると審査員に判断された商品が優秀賞として選出され、グランプリが決定したので紹介します。

### 《美味しさ部門》

「IZAMESHI Deli  
名古屋コーチン入りつくねと野菜の和風煮」  
(杉田エース)

素材本来の味を活かし、栄養バランスにもこだわった商品です。

IZAMESHI Deliシリーズは長期保存食の非常食を多数扱っているようです。  
賞味期限3年 1食500円



### 《機能性部門》

「超長期12年保存水」(ユニーク総合防災)

長期保存が可能な水。  
1人1日3Lの飲料水の備蓄が必要と言われています。

賞味期限12年  
1本259円(500ml)  
518円(2ℓ)



### 《新製品部門》

「しっかり、まんぞく。非常食セット3日分」(ファシル株式会社)

栄養を摂ることと食事を楽しむことが考慮された、3日分のセットになっている点が評価されました。

内容は、野菜一日これ一本、レトルトのおかずやごはんが入ったIZAMESHI、デニッシュが入った缶deポローニヤ、かつお節専門店にんべんのだしがゆ、えいようかん、脳はぶどう糖というラインナップになっています。

賞味期限3年 1セット(1人分)12,960円



## 非常食を選ぶ際のポイント

### ＜ビタミン、ミネラルが不足しやすいので以下のポイントに注意＞

パン缶やご飯の備蓄をしている方は多いと思いますが、支援物資はパンやおにぎりが多くビタミン、ミネラルが不足しやすいため、非常食を上手に選ぶことが大切です。

- 白いご飯よりも、ひじきご飯や五目ご飯などの海草、きのこ、野菜が入った物がお勧めです。
- 野菜スープや野菜が入ったおかずも備えておきましょう。
- 果物缶や野菜ジュースも比較的長期保存ができるので便利です。



★「えいようだより」は地階集団栄養指導室前及びポプラに置いてあります。ご自由にお持ちください★