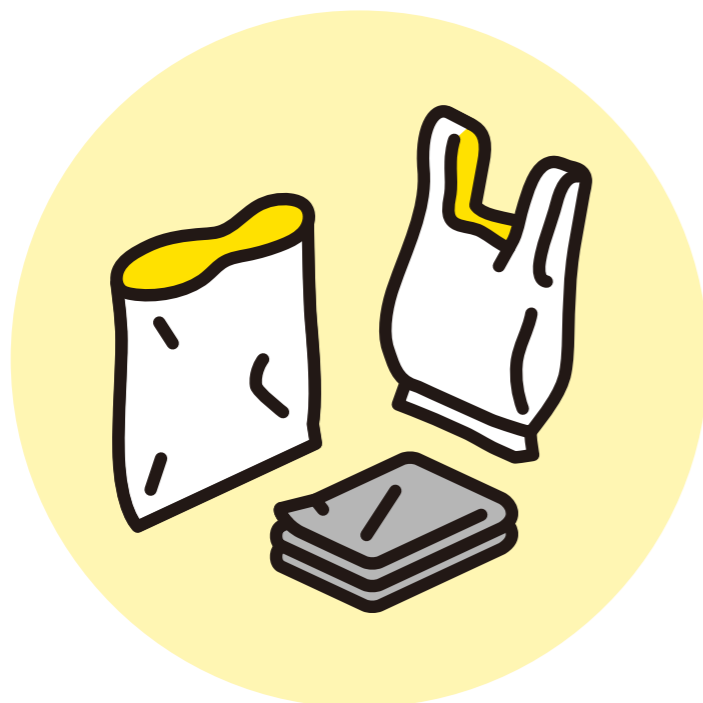


いまやろう！



キッチングッズを上手に使おう

じょうず つか



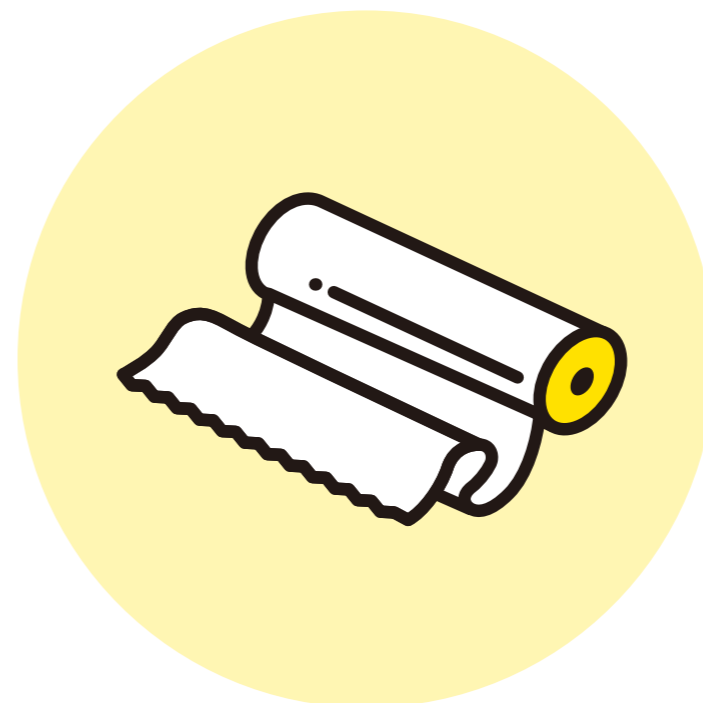
ぶくろ
ポリ袋



てぶくろが
手袋代わり



ぶくろちょうり
ポリ袋調理



ラップ



あらみずせつやく
洗水の節約



かつよう
ラップの活用

せい かつ まも
生活を守る

キッチングッズを上手に使おう

さいがい 災害のときは、みず 水をあまりつか 使うことができません。りょうり 料理や、しょくじ 食事のときは、みず 水のかわりに、ぶくろ ポリ袋や、じょうず 上手につか 使いましょう。

◆ ポリ袋

- ・ ぶくろ 手袋に、てい 手を入れて、てぶくろ 手袋のようにつか 使いましょう。てみず 水をあら 洗えないときでも、えいせい 衛生的です。
- ・ ボウルのかわりに、ぶくろ ポリ袋をつか 使って、りょうり 料理をすることが出来ます。ボウルとちがって、あら 洗わなくてもいいですから、みず 水がせつやく 節約出来ます。

◆ ラップ

- ・ しょつき 食器のうえに敷いて、つか 使いましょう。た 食べたあとは、そのらっぷをす 捨てるだけです。しょつき 食器をあら 洗う必要がありませんから、みず 水がせつやく 節約出来ます。
- ・ ラップをつか 使えば、しょくざい 食材をちよくせつ 直接さわらないで、りょうり 料理をつく 作ることが出来ます。えいせい 衛生的です。

【いまやろう！】

- ・ ぶくろ ポリ袋やらっぷのつか 使い方をいろいろかんが 考えてみましょう。