

「コメやコンロはあるけど、水が足りない！」 ポリ袋で炊飯@キャンプイベント

用意するもの

- なべ、コンロやたき火
- ポリ袋（高密度ポリエチレン製で厚さ0.01mm以上がオススメです。COOP「キッチン用ポリ袋」1枚1.3円、炊飯袋「ハイゼックス」1枚16円位です）
- なべ用の水（川の水や雨水でOK）
- ポリ袋に入れる水（飲料水）

手順

1. なべにたっぷりのお湯をふっとうさせておく
2. 袋にお米と水を入れる（米0.5合と水100ml、米1合なら水200ml）
3. 袋の中の空気を十分に抜き、口を輪ゴムなどでしっかり密封する
4. お湯の中に入れ、30分くらい煮る



アドバイス

- 被災時に備え、いろんな袋で試してみよう（実験では、厚さ0.009mmは大丈夫でした。一方、スーパーの無料袋は破れておかゆに…）
- 常備食材（缶詰めやふりかけ）など、身の回りにある具材を入れて炊飯することで、色々な味を楽しめます
- 待っている間に、新聞紙で食器を作ると、ちょうど食べるのに良いです使えます
- 大きななべやコンロは不要で、少人数で作って食べることができるから、避難所以外での生活に使えます
- どれくらい空気を入れたら破裂するかな？（意外と破れないよ）



家庭にあるポリ袋と家庭用鍋で作る 災害時の料理の研究
 (2015) 立松洋子・松崎奈々によると、
 * 『ハイゼックスとは、積水ハウス工業株式会社によって開発、登録商標されている高密度ポリエチレン (HDPE) の一種である。』
 * 高密度ポリエチレンの特徴：同じポリエチレンでも、低密度ポリエチレンと比較すると物性が異なります。軟化温度は120℃、融点は150℃ですので、高温に耐える特性があります。また、引っ張り強さ、フィルムの腰の強さがあり、薄手でも強度が得られます。開口性にも優れているため、スーパーやコンビニなど小売店のレジ袋として使用されています。防湿性、バリア性も低密度ポリエチレンの2倍ほどの能力があります。