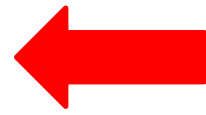
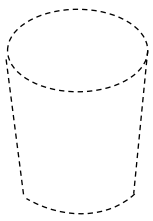


# 各家庭でも食品の備蓄をしましょう



日常食べている食品を少し多めに買い置きし、賞味期限が切れる前に食べ、使った分だけ買い足す ローリングストック法 をおすすめします



1個  
使ったら

1個補充

最低でも 3日分、  
できれば 1週間程度の  
食の備えがあれば安心です