

【9月1日は防災の日】災害食LIVEレッスンで、シェフと一緒にパッククッキング を学び、防災への意識を高めよう

企業向けのオンライン参加型のイベントプログラムを期間限定価格でご提供



9月1日は防災の日
災害食 LIVEレッスン

2022.7.25～2022.9.30
期間限定特別価格でご提供

おうちごはんシェフaki
管理栄養士・シェアダイニング所属

SHAREDINE

災害食を学ぼう！
ESG経営やウェルネス支援に

栄養士から一流レストランシェフまで2,000名超のシェフが登録する出張シェフサービス「シェアダイニング」を運営する株式会社シェアダイニング（共同代表：井出有希、本社：東京都港区、以下シェアダイニング）は、9月1日の防災の日に合わせて、企業向けに災害食LIVEレッスンを期間限定の特別価格で提供します。

2022年だけを見ても、3月に福島県沖で、6月には能登半島で震度6を記録する地震が起こっており、今月に入っただけの全国的な災害級の大雨も記憶に新しく、災害の多い日本において平時より災害への備えが大切です。

これまでシェアダイニングでは、ライフラインが止まった場合を想定し、日常的な常温保存食品を一定量ストックしながら使っていく調理法や、ポリ袋を用いて、備蓄用の少量の水とカセットコンロのみで調理可能な「災害食レシピ」をご提案してまいりました。

災害への備えを見つめ直す機会として、災害食の知識が豊富なシェフによるLIVEレッスンを企業向けに提供いたします。自由研究を通じた子供との対話の一つとしても、SDGs目標11に掲げられた「だれもがずっと安全に暮らせて、災害にも強いまちをつくらう」への取り組みとしてもご活用いただけます。

●電気・ガスが止まっても！水とカセットコンロで作る災害食～パッククッキングとは

パッククッキングとは、耐熱性のポリ袋（※）に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする調理方法です。ライフラインがストップした際にも、備蓄用の少量の水とカセットコンロがあれば調理が可能です。

普段からストックしておくことのできる日本の伝統食材である乾物や缶詰などの食品が使えること、加熱に使った水が汚れないので再利用できること、袋に入れたまま食器によそえば食器が汚れない、など、災害時に大きなメリットがあります。

※耐熱温度が130℃以上のもの、または湯せん対応の記載がある高密度ポリエチレンのポリ袋を使用します。

●最大300名が参加！シェフがLIVE配信する料理のオンラインレッスン～シェアサインLIVEとは

シェアサインLIVEは、シェアサイン登録の人気シェフがオンラインのライブ配信でお料理をステップごとにレクチャーします。参加者はご自宅などからZoomに接続し、シェフのインストラクションに合わせて一緒に同じメニューを作り上げる体験をお届けするオンライン参加型のイベントプログラムです。通常は、企業のご利用目的に合わせて、テーマや料理メニューを含むプログラム内容をご提案します。調理開始から調理終了、乾杯まで、約90分のプログラムとなっており、ステップ毎にシェフから声がけをしたり、オンラインチャットで質問を受け付ける形で進めます。

これまで、全社やチームのキックオフや、ファミリーデー等のイベント、また労働組合様のイベントなどで、従業員のチームングやエンゲージメント向上としてご利用いただいています。過去には、全社イベントとして全国から300名規模の参加者が集ったLIVEレッスンの開催実績もあります。

今回は、災害食をテーマとしたパックスッキングの調理法を用いる料理メニューを、シェフがオンラインでレクチャーするLIVEレッスンを提供します。従業員向けの防災意識を高めるイベントとしてご活用いただける企画です。

●シェアサインLIVE「防災の日」特別プログラム～災害食LIVEレッスンの概要

- ・ **対象**：ESG推進やウェルネス推進を行う企業、労働組合・従業員組合
- ・ **期間**：7月25日（月）～9月30日（金）のお申し込み
- ・ **イベント開催方法**：Zoomを使ったオンライン配信
- ・ **開催費用**：正規の価格から40%OFF
- ・ **学びを深めるレッスン内容**：
 1. キッチンの安全を確認しよう！
 2. いざという時に役立てよう！乾物など伝統食材を日常に取り入れたサステナブルな備え方とは
 3. パックスッキングにチャレンジ！ガスコンロと高密度ポリエチレンを使い、2～3品のパックスッキングレッスン
- ・ **このような用途で**：
 - 1 従業員の皆様向けの夏休み自由研究イベントとして
 - 2 ランチタイムの従業員向け福利厚生イベントとして
 - 3 SDGsの取り組みの一環として
 - 4 労働組合様のイベントコンテンツとして
- ・ **お申し込み/問い合わせ先**：
シェアサイン運営局inquiry@sharedine.meまでご連絡ください
- ・ **講師ご紹介** 管理栄養士・調理師 おうちごはんシェフaki



<https://sharedine.me/chefs/144>

給食委託会社に十数年に亘り勤務。高齢者の食事作りや運営サポートに携わる。第二子の妊娠を機にフリーランスの管理栄養士として転身。災害食のレッスンプランが人気。

人気プラン：

【災害食レッスン】"いざという時のために、自分と家族を守る"

●シェアダインの防災関連およびSDGsの取り組み

2022年5月

作り置きシェフによるごみゼロ調理の動画を公開

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000078.000028141.html>

2021年7月

「Zero Food Loss and Waste Action」プロジェクトを開始もったいないレシピの公開と、作り置きシェフの8つのクレドを制定

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000056.000028141.html>

2021年3月

出張シェフが教える「災害食」クッキング 親子でオンライン体験会を実施

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000048.000028141.html>

2019年10月

ライフラインの遮断に備え、シェアダイنشェフ考案の「災害食レシピ」を公開

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000017.000028141.html>

2018年9月

「いざという時のために災害食を学ぶ食育プラン」実施

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000007.000028141.html>

●シェアダイ共同代表井出有希のコメント

「3年前、子どもと一緒に、シェアダイنشェフによる災害食のレッスン受けました。バッククッキングは注意すべきポイントも多く、段取りを知らないといざという時には活用できないと知り、改めて日頃から意識を高めることが必要だと感じました。また、日本の伝統食材が非常食・災害の時には大きな役割を果たすことにも気がつき、それからはローリングでストックするように心がけるようになりました。

いざ災害が起こった時には、食事が心の余裕が生まれたりや家族が安心できるきっかけになろうかと思っています。シェアダインのシェフが持つ災害時の知恵を、多くの人に届けていきたいと考えています。」

<シェアダイとは>

栄養士・調理師などの資格を持った食の専門家が、作り置きシェフとして2,000名超登録する日本最大級の作り置きシェフサービス。産前産後のお食事、離乳食から筋トレ・ボディメイク、生活習慣病対策のお食事までライフステージに合わせて、家庭における料理をパーソナライズ。行事食やパーティコース料理など特別な日のお料理にも対応しています。1回1時間～献立の提案、食材の買い出しから、12品前後のお料理をお作りします。

URL：<https://sharedine.me/>

<お問い合わせ>

株式会社シェアダイ広報室 〒105-0001 東京都港区虎ノ門3丁目3-3 虎ノ門南ビル3F

担当：井出（090-2658-8909） E-mail：contact@sharedine.me 詳しい内容は<https://sharedine.me>

