

PRESS RELEASE

2025 年 9 月 1 日

研がずに浸水不要のお米“カルローズ”で いつもの食事をもしもの食事に 新発想の「備えいらずの防災レシピ」3 点を開発 9 月 23 日開催「第 9 回 晴海で ASOBO!sai」で紹介

カリフォルニア生まれのお米「カルローズ」の認知拡大とプロモーション活動を展開する USA ライス連合会日本代表事務所（本部：米国バージニア州）は、栄養士の飯田和子先生の協力を得て、カルローズの特徴を活かした「防災レシピ」3 点を開発しました。

飯田和子先生は、いつ発生するかわからない災害に対して一般的な災害食を備蓄するだけでなく、日常と非常時のフェーズを取り扱った『食』の考え方を身につけることを提唱しています。カルローズは、研がずに浸水を気にせず料理ができるため、災害時には節水、時短といったメリットがあります。また、べたつきが少なく、調味料との相性が良いことから、1 プレートで提供できるお米料理にも向いていることなど、災害メニューにも最適なお米といえます。今回開発したメニューは、いつもの食べられた食材を使用し、災害時に役立つ調理アイデアを付加した新たな発想の防災レシピとなっています。

USA ライス連合会が協賛する、「第 9 回 晴海で ASOBO! sai」のカルローズブースにて、【ポリ袋 de ライスサラダ】の体験と【カレー風味のパエリア】【トマトリゾット】も掲載したチラシを配布予定です。

カルローズ「備えいらずの防災レシピ」



【ポリ袋 de ライスサラダ】

お米と材料を全て耐熱性のポリ袋に入れて、加熱から味付けまで全ての調理が可能。その時にある材料、調味料でアレンジできるので、何回食べても飽きません。カルローズは、べたつきが少なく、調味料との相性が良いのでライスサラダには最適です。



【カレー風味のパエリア】

災害時でも味を再現できるようオイルサーディンとカレー粉を使用しています。様々な食材でアレンジができます。パエリアパンや深めのフライパンは、後処理が楽で節水になります。生のお米から調理するので災害時でも調理しやすいです。



【トマトリゾット】

汚れ物を減らし衛生面を確保するために、ベーコンはパックの上からカットしています。塩は使わず粉チーズで塩分調整しています。鍋ひとつで調理が完了するように工夫しています。カルローズは茹でて使うこともできるので、災害時に便利です。



飯田和子先生プロフィール

栄養士、調理師、国際薬膳師、(一社)日本災害食学会災害食専門員、(株)WA・ON 代表取締役。著書『備えいらずの防災レシピ』(東京法令出版)。災害食はもとより、身近で手に入れやすい食材を使う薬膳も提案。幅広い層に向けて、いつももしもの美味しく身体のためになる食育を全国で展開。レシピ提案や商品開発はもちろん、コーディネートや撮影も自ら手掛け、動画でも発信するなど食分野全般のフェーズフリーな活動をする。

ASOBO! sai とは

家族向けスポーツと防災プログラムと一緒に気軽に楽しめるイベントです。臨港消防署による水消火器体験、放水訓練体験など、その回によっては煙ハウス体験、VR 体験など体験機会の少ないプログラム。発災時に役立つご飯作り体験、テントの設営体験、焚火体験など、キャンプやアウトドア遊びの道具がいざという時に役立つことが体験できるプログラム。中央区が推奨する「在宅避難」について、必要な備蓄品の紹介、7 日分の備蓄品の可視化、ポータブル電源とソーラーパネルや備蓄品を収納するボックスなど用意した方が良いものの紹介。楽しみながら体験していざという時の知識と力が身につくイベントです。USA ライス連合会は、本イベントの協賛をしており、イベント会場に「カルローズ」を紹介するブースを出展し、カルローズを使用した防災レシピの調理体験などを行っています。

第 9 回「晴海で ASOBO! sai」実施概要

- 開催日時：2025 年 9 月 23 日（祝日火曜日）10:00～16:00
- 開催場所：都立晴海ふ頭公園（東京都中央区晴海 5-8）、O.GARDEN
- 主 催：東部地区公園グループ、晴海で ASOBO!sai 実行委員会
- 企画運営：株式会社あおぞら、あおぞらアウトドアクラブ
- 参加費：参加無料、体験プログラムは一部有料
- 協 賛：USA ライス連合会、ジャクリ・ジャパン、他
- URL：<https://www.aozora-2023.com/post/9th-asobosai-250923>



【カルローズとは】

「カルローズ」はカリフォルニアのバラという意味の名前を持つ、カリフォルニア州オリジナルの中粒種です。日本米に代表される「短粒種」とタイ米等で知られる「長粒種」の中間にあたり、双方の優れた点を持ち合わせ、軽い食感とアルデンテとも言える歯ごたえが特長です。→ [カルローズの詳細はこちら](#)

当プレスリリースに関するお問い合わせ先

USA ライス連合会日本代表事務所 TEL：03-3292-5507 メール info@usarice-jp.com

PR 事務局（㈱インテグレートコミュニケーションズ内）

村山 amurayama@integrate-com.co.jp 向井 nmukai@integrate-com.co.jp

TEL：03-5464-2046 FAX：03-5464-2076

USA ライス連合会（本部：米国バージニア州アーリントン）は、米国のコメ産業界の中核 4 団体で構成されている全国組織です。米国農務省の管轄のもとで活動を行う、非営利の外郭団体です。米国で生産されるおコメについての正しい理解の促進と拡販のために、各種販促活動やサポート活動をしており、輸入・販売などの商取引は一切行っておりません。