



『サバメシ』 リーフレット



短大日比野久美子教授が研究し、

ゼミでも取り組んでいる「サバメシ」。

「サバメシ（＝サバイバルメシ）」とは大きな災害が発生して、
ライフラインが途絶えたときに家庭にある食材を活用して
生き抜いていく（サバイブ＝survive）ための食事です。

災害時だけでなく普段の『時短料理』としても活用できます！



〈レシピサイト QR コード〉