

非常食にあんまり
お金をかけたく
ないなあ・・・

それなら
ローリング
ストックが
おすすめです！

3日分×
家族の人数
でしょ？

ローリングストックとは、賞味期限が長めの食品を
多めに買って置いて備蓄し、
食べたら買い足す方法です。



日常的に賞味期限の
チェックもできて
ムダが減らせるんですよ

ナルホド