

上馬地区防災塾

作って・食べておいしく学べる “もしもの時の食事” ～災害時の食事のお話し・調理実習・試食会～

参加
無料



8月30日 日 10:00-11:30

会場：駒沢パークウォーター地下1階「zawazawa」

(田園都市線駒沢大学駅徒歩1分/世田谷区上馬3-18-7)

対象：世田谷区民30名(上馬地区在住者優先)

「災害時でも、あたたかくて栄養のある食事がしたい！」
非常時に役立つ食の知識や備蓄食材を使った簡単レシピ、
調理方法について、わかりやすく紹介します。
どなたも気軽にご参加ください(事前申込制)。



参加特典

せたがやPayポイント500円分

※18歳未満のお子さんにはさらに、防災すごろく、かみじいさんグッズをプレゼント

プログラム

1 講演「食から考える防災」

- ・在宅避難でも安心に過ごせる食品の備蓄量
- ・いざという時に役立つ「ローリングストック」
- ・災害時も大切な栄養バランス
- ・ポリ袋を使った調理方法

2 調理実習・試食会

火を使わずにできる非常時に簡単に作れるパスタとスープの
調理・試食を行います



講師：神田由佳氏

管理栄養士・防災士

NPO法人せたがや防災士会理事

お申込み方法

1 オンライン

右記の二次元コードからお申込みください

2 お電話

下記のお問合せ先までご連絡ください



申込締切：8月18日(火) ※抽選結果は、8月21日(金)頃にお知らせします

お問合せ(主催)/世田谷区上馬まちづくりセンター

電話：03-3422-7415(平日8:30~17:00)