

災害に備える ～暮らしの中で考えておくこと～

会場 北部交流センター えんてらす

9月14日(土)

第3部 14時から
「災害時のトイレは命にかかわる」
くわしくは別のチラシをご覧ください

あなたは災害に備えて何かしていますか？

災害はいつ起こるかわかりません。普段から備えておくことが大切です。備蓄品は？ 食事はどうしたらいいの？ どこに避難する？ トイレは使えるの？ 飲み水は？ ふだんの暮らしの中で考えておくことが大切です。

第1部 講座 災害に備えて、準備しておくこと

入場
無料

午前9時30分～10時 会場 101.102会議室 だれでも入場できます。

講師 矢花光博（市防災専門官）

第2部 食を考える－災害時に役立つ調理実習－



会場 調理室 定員 各回12人 申込者多数の場合は抽選となります。

第1回 午前10時30分から12時まで
第2回 午後0時30分から2時まで

参加費 700円
(食材費です)

託児をご希望の方はえんてらすまでご相談ください



講師 浜このみ さん（クッキングコーディネーター・フードジャーナリスト）

新聞社勤務をへてフリーライターに。レシピ開発のほか、料理取材、料理本の編集、コラム等を手掛けるなど「食とメディア」「食と人」のコーディネートを中心に仕事の場を広げる。「このみのベジめし」「いちどで覚えるフライパンレシピ」(以上信濃毎日新聞)など著書多数。長野放送「土曜はこれダネッ!」「ふるさとライブ」レギュラー出演。他テレビ番組出演、塩尻市出身、長野市在住。

申込期間 8月20日(火)～9月6日(金)

申込先 広丘公民館 / 北部交流センター(えんてらす)

申込方法 北部交流センター内広丘支所窓口、電話(0263-52-0305)または
メール(hirooka@city.shiojiri.lg.jp) でお申し込みください。

※ メールの場合はお名前、地区名、連絡先(電話番号)、希望の時間、お好みの辛さを明記してください。

※ 調理ができる服装(エプロンなど)をお持ちください。

※ パッククッキングでカレーを作ります。中辛・甘口のどちらかをお選びください

緊急車両
集まれ!



午前9時～12時30分
ひろば横 駐車場

協力:塩尻警察署/広丘消防署/塩尻市水道局

お問い合わせ えんてらす ☎ 0263-52-0305

