平成 29 年度　西奈生涯学習センター主催事業

# 備えて安心！

# 防災豆知識とクッキング（全２回）

災害が起こると、私たちの暮らしはどうなるのでしょうか。
自分の身や家族を守ることができますか？
災害発生時の心構えや応急処置法、ライフラインが途切れた時の食事づくりの方法など、
家庭でも無理なく実践できる防災対策を学び、「もしも」の時に備えましょう。

第１回

## 9 / 9 (土) 10:00～12:00

東日本大震災を振りかえって
―今日からできる防災対策―

★災害発生時の心構えや対策を学びます。
★救急箱にあると便利な物は？防災用品の揃え方をアドバイス！
★ブルーシートを使ったけが人の搬出方法、身近な物を使った応急処置法、新聞紙を使った防災グッズ作りを体験します。

第２回

## 9 /30(土) 10:00～13:00

非常食クッキング（調理実習）

【メニュー】
缶詰じゃが、卵スープ、カラフル酢大豆、マカロニの安倍川風

★ビニール袋を使った炊飯にも挑戦！
★常温保存食品(乾物、缶詰等)の活用法は日常の「時短」料理にも大活躍♪

会　　場：西奈生涯学習センター　第１集会室(9/9)、料理実習室(9/30)

対　　象：どなたでも 16 人（小学３年生以下は保護者同伴）

講　　師：向坂　智子氏（管理栄養士 救命救急・応急手当普及員インストラクター）

会　　費：１人 500 円

申込方法：　8/12(土)10:00～電話で西奈生涯学習センターへお申込みください。(申込順)


お申込み･お問い合わせ

**西奈生涯学習センター**

指定管理者　静岡市文化振興財団共同事業体

〒420-0911 静岡市葵区瀬名二丁目32番43号
TEL 054-265-2468
http://sgc.shizuokacity.jp/