

震災備え事始めプログラム

まさかは突然やってくる！ 震災への備え 3ステップ

いつ起きてもおかしくない首都直下地震。
大切な備えを3テーマで考える**災害への備え3ステップ**
ステップ1ではコミュニティについて考えました。
ステップ2では、**食**について考えます。

STEP 2

食を考える

災害時に、ライフラインが途絶えた状況で料理をすることは大変。

しかし災害時にこそ、食は心と体の健康にとっても大切です。

火を起こすことができれば、いつでも暖かいご飯が食べられる。

生米・少しの水・その時にある食材を使って、

フライパン一つで出来上がる "パエリア" を実際に火を起こして調理します。

10月25日(土)

11:00 集合
14:00 解散

会 場：調布サレジオ オラトリオ

東京都調布市富士見町3-21-12

※無料駐車場あり

(会場の誘導に従って指定の場所に駐車してください。)

持ち物：フライパン、食器、カトラリー

飲み物、生米

パエリアに入りたい食材(缶詰など)

参加費：無料

定 員：50名(1組5人までとさせていただきます。)

※予約制

※雨天決行 ※荒天中止



予約・お問い合わせ先

**申込締切
10/23**

メール : info@sakananomirai.com

件名に『パエリア参加』とご記入ください。

Fax : 042-449-6942

裏面の送信状をご利用ください。

