

八幡西区役所



# 防災教室



～もしもの時に備えた食事～

管理栄養士が、もしもの時に備えた家庭備蓄についてお話し、一緒に調理実習を行います。

大雨や地震などの災害は、いつどこで発生するか分かりません。

一緒に家庭備蓄について考えてみませんか？

**参加無料**  
先着20名

**10/10** **金** **10時～13時**  
(受付は9:45～)

**場所：八幡西区役所 3階 栄養指導室**  
(八幡西区黒崎三丁目15-3)

**申し込み：9月5日から先着順（定員20名）**

**要予約** 下記問い合わせ先にお電話ください

**持物：筆記用具**  
**エプロン**  
**三角巾（バンダナ）**  
**マスク**  
**手ふきタオル**  
**飲み物**

お話しの内容

家庭備蓄食品や調理の工夫

実習献立

- ・五目おこわ（アルファ化米）
- ・ミニオムレツ
- ・ほうれん草のなめたけ和え
- ・にんじんラペ

【問い合わせ・申し込み先】

八幡西区役所 保健福祉課 健康相談コーナー

**093-642-1444**

※天候や感染症の状況で、やむを得ず中止や内容が変更になる場合があります

