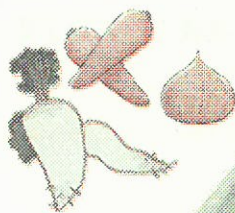


災害時！簡単レシピ

オンライン
講座
(Zoom 使用)

～「いつも」の食事を 「もしも」の食事に！～

野菜も加工すれば
保存食に

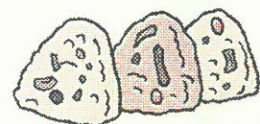


水・缶詰は普段か
ら利用を

地震、台風、地球温暖化による火事、コロナ変異株のまん延など、かつて予想もつかないことが重なって起きています。

水が止まっても、電気がなくても色々な工夫で乗り越える知恵を今一度学んでみませんか？

家族の健康を守るために、もしもの時だけに使うのではなく、いつも使う食品の活用法と食料備蓄を考えてみましょう。



保存食の野菜で
混ぜご飯に



ペットの餌も忘れずに

日時：10月27日（木）18：30～20：30

場所：各自宅で 参加費：無料

(zoom 使用できない方は岩国市民文化会館第1研修室でオンラインにより参加できます)

講師：飯田 和子 氏 (株)WA・ON 代表取締役

(講師プロフィールは裏面)

対象：岩国市民 定員：20名

※参加申込は mail、もしくは裏面の参加申込書をご記入の上、FAX してください。

後日、参加希望者へ当日の URL をお送りしますので参加者の mail アドレス (必須) をご記入ください。

<お申込み・お問合せ> いわくに市民活動支援センター(フジグラン岩国4F)
TEL 0827-30-9030 FAX 0827-30-9061
E-mail shien@poem.ocn.ne.jp

★会場での Zoom 参加の場合、十分なソーシャルディスタンスの確保、換気、検温、手指の消毒等新型コロナウイルスの対策をとった上で実施します。
 また、会場へお越しの際はマスク着用、咳エチケットのご協力をお願いします。
 発熱（37.5℃以上）のある場合は参加をご遠慮ください。

講師プロフィール



山口県岩国市出身。栄養士として調理師学校等で栄養学や食品学を担当。幼稚園等で食育授業、企業や自治体で薬膳、食育、災害時の食・乳和食を織り交ぜたレシピ提案や講演会の実施、地域活性化のための商品開発、書籍出版など多岐にわたり活躍。
 (株)WA・ON 代表取締役、本草薬膳学院講師、国際薬膳師、中医薬膳専門栄養士等ご活躍されています。

10/27 災害時！簡単レシピ 参加申込用紙 FAX 0827-30-9061

お名前		年代	性別	男性 女性 回答しない
お名前		年代	性別	男性 女性 回答しない
所属			居住地	
連絡先	(緊急時の連絡先)	メールアドレス	(shien@poem.ocn.ne.jp より当日の詳細をご連絡します)	

※(申込締切)2022年10月25日(火)

申し込みフォーム

