



公益財団法人

仙台ひと・まち交流財団

令和6年度 水の森市民センター主催講座

みんなのつながりがチカラになる防災講座

おやこワークショップ

～おいしく食べて災害に備えよう～

参加無料

小学生親子
先着8組

2/8

土

10:00～12:00

受付 9:45～

会場・水の森市民センター
会議室2 兼調理実習室

自然災害に備えて、在宅避難の重要性が高まっています。
ポリ袋を使って、簡単に栄養バランスの良い非常食を3品
作ってみましょう！

普段の暮らしに備える習慣をつくる「ローリングストック
(循環備蓄)」のお話もあります。

講師

みやぎ生活協同組合

持ち物

エプロン、三角巾、はし、飲み物、
キッチンタイマー

申込

1/31(金) 16時まで
窓口・電話・フォームにて

内容

- ☆ポリぶくろを使って作ってみよう！
 - ・たきこみごはん
 - ・オムレツ
 - ・乾燥ごぼうサラダ
- ☆ローリングストックについて学ぼう！
「そなえて、たべて、かいたす」

お問合せ・お申込み

↓フォームはこちら



水の森市民センター

〒981-0962 仙台市青葉区水の森4-1-1

TEL.022-277-2711

この企画は、東日本大震災や防災・減災を伝えるみやぎ生協様の取り組みに対し、全国の生協から寄せられた募金を活用して実施します。