

命を守る一人ひとりの防災対策

～ローリングストックと災害時に役立つパッキング～

災害時こそ食事が大事です。災害が発生し物流が停止した時、スーパーマーケットやコンビニエンスストアの店舗で食品が手に入りにくくなります。また、ライフラインが停止した時に日常生活とかけ離れた生活環境で過ごさなければならなくなります。そんな時、温かく、栄養のバランスが取れた食事があれば心も体も満たされます。この講座では、普段の生活を少し工夫するだけで無理なく災害時に備えるローリングストックとパッキングを学びます。

日 時：9月21日（日）13：30～15：30

場 所：エコプラザ西東京プラザ棟2 多目的スペース

講 師：西武学園医学技術専門学校講師(管理栄養士) 村澤美恵子氏

対 象：市内在住・在勤・在学の18歳以上の方

定 員：20人（申し込み順） 持ち物：筆記用具

申込受付：9月4日(木)午前11時から9月17日(水)午後5時まで

※申し込みは電話、Eメールで ①講座名 ②名前(ふりがな) ③住所 ④日中につながる電話番号 ⑤年齢をそえて下記エコプラザ西東京までお申し込みください。
なお、受付開始時間より前の電話やEメールは無効になりますのでご注意ください。



エコプラザ西東京

西東京市泉町 3-12-35
電話：042-421-8585

ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp