



非常時でもおいしく！



防 災 ク ッ キ ン グ

自宅にある食材とポリ袋を上手に使えば、災害時でもおいしいごはんが作れます！
身近なもので「いざという時」に備える方法を、楽しく体験してみませんか？



9/24（木）

10:00～12:30

会場：阿児アリーナ

定員：15人

申込締切：9/17（木）



9/27（日）

10:00～12:30

会場：阿児アリーナ

定員：15人

申込締切：9/24（木）



9/30（水）

10:00～12:30

会場：志摩文化会館

定員：15人

申込締切：9/28（月）

どの日程も同じ内容です。ご都合の良い会場を選んでお申し込みください。
定員になり次第締め切ります。
開始時刻までに受付を済ませて下さい。

内容

調理実習・ミニ講座

対象者

18歳以上の志摩市民

参加費

1人500円（現金のみ）

持ち物

エプロン、三角巾、手を拭くタオル
マスク、筆記用具



当日のメニュー（予定）

- ・焼き鳥ご飯
- ・味噌玉（味噌汁）
- ・キャベツフ레이크和え
- ・煮物



【申し込み・問い合わせ】

志摩市食生活改善推進協議会

※お近くの食改さん（食生活改善推進員）
への申し込みも受け付けます。

志摩市健康推進課



0599-44-1105

（平日：8:30～17:00）