

災害時には、水やエネルギーや調理器具などが十分でないことがあります。

それでも、簡単に調理し、元気の出る食事を準備し、美味しく食べることができます。

こうした取り組みを「防災食」と言いますが、その体験会を軽井沢幼稚園の保護者を対象に行います。

# 防災食を味わう

——「茨木のり子の献立帖」のメニューから

2022. **11.17** (木) 9時30分～11時30分

(防災食について、調理体験、試食、後片付け)

参加費：500円(資料代)

□会場 旧軽井沢公民館(大会議室&調理室)

□講師&調理指導 飯田和子先生



(栄養士・調理師・国際薬膳師)



□主催 EcoFutureCenter@Karuizawa (一般社団法人洗楓座)

□共催 軽井沢幼稚園

□事務局 軽井沢まちなか大学院

担当：佐藤建吉

□連絡先 kofuza@gmail.com

090-1268-5882