



《地域での防災食の普及》

3回シリーズ/第1回目

とき：2022.7.16(土) 11:00~14:00

ところ：エコールみよた/大会議室&調理室

〒389-0207 長野県北佐久郡御代田町馬瀬口 1901-1 TEL 0267-32-2770

7月の体験会 「フェーズフリーの防災食について」



講師／飯田和子（栄養士、調理師、国際薬膳師）

○スケジュール

- 11:00 集合／開始&解説
- 11:30 調理
- 12:00 試食／講評・意見交換
- 13:30 片付け／アンケート
- 14:00 終了

参加費／500円
(お一人)

○防災を新しい「フェーズフリー」という概念から考えましょう。「フェーズフリー」は「バリアフリー」と同じように、いつもの日常時（＝平常時）ともしもの非常時（＝災害時）との間に《意識の差》（＝ギャップ）をなくして、災害を切り抜けようという《かしい》防災概念です。

○この元気づくり事業では、災害時における調理や食事について、日常時から「防災食」として習慣づけることを目的にします。

○災害時でも元気を取り戻せる食事を「フェーズフリー」の概念を取り入れて、新しい「防災食」として、実際に調理し食して体験を通して学びます。

○住民のいのちと元気な暮らしを互いに支えあうことを、《地域が行う防災力の向上の取組》として体験し、地域に防災食として普及していきましょう。

○今後の予定：

- ・8月の体験会／8月20日(土) 11:00~14:00
「地元食材を活かした防災食について」
- ・9月の体験会／9月17日(土) 10:00~14:00
「災害時を想定した炊き出しを含む防災食について」

- ※ 会場は御代田町ですが、近隣の市町村にお住まいの方の参加も可能です。
- ※ ご参加は、小学高学年(5年生～)以上とし、中学生や高校生の参加も歓迎です。
- ※ 家族でのご参加も歓迎です。
- ※ ただし、参加申込みや質問の場合には、早めに、下記連絡先まで、ご連絡ください。(参加定員40名)。



<https://www.eventbanking.com/bousaisiyoku>

□主催／一般社団法人洗楓座

(事務局) 軽井沢まちなか大学院

Web: <http://www.kofuza.com/html/project.html>

連絡先／Email: kofuza@gmail.com TEL: 090-1268-5882 (佐藤)

※ 洗楓座は、佐久地域こども応援プラットフォームの構成団体です。

□後援／御代田町教育委員会

□協力／NPO 法人まちの縁側なから

TEL: 080-6173-5421 (斎藤)

□協力／フードバンクみよた