# もしもの時に役に立つ




# 防災講座



～備えは大丈夫？災害時の食を考えよう！～

災害時は、水道・ガス・電気が止まり、普段どおりの生活ができなくなることがあります。大変な時でも栄養のバランスに配慮し、楽しみながらできる食事はとても重要です。

もしもの時に役立つ防災食についてお話しします。「食のそなえ」を見直してみませんか？

**と　き**　令和８年１２月１８日（金）
午後１時３０分～午後３時３０分

**ところ**　ビーチホールまがたま　研修室５

**内　容**
・非常食のあれこれ
・食品の備えと適切な管理

**講　師**　一般社団法人 日本災害食学会
災害食専門員　青山 貴洋 様

**定　員**　６０名（事前に申込みが必要です）



**申込み・問合せ**

糸魚川市ボランティア連絡協議会（糸魚川市寺町 4-3-1）　電話552－7700
（糸魚川市社会福祉協議会内）