

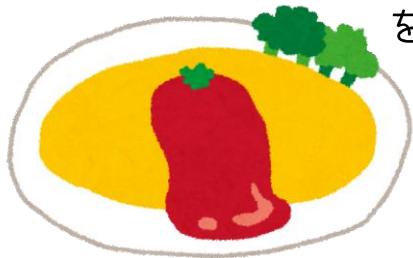


ポリ袋調理を覚えよう！／

食と防災



トマトジュースで炊く
ツナコーンオムライス
をつくります！



講師

練馬区<防災・安全>教育推進協議会
心のあかりを灯す会



2026年

平日
コース 2/20(金)

休日
コース 2/21(土)

どちらも10:00～12:00

参加費 300円

〈対象〉区内在住・在勤・在学（小学4年生以上）の方
※小学生は保護者もいっしょに受講

〈会場〉練馬区立防災学習センター（光が丘6-4-1）

〈定員〉20名（先着順）

〈保育室〉5名（先着順）※平日コースのみ

〈持ち物〉エプロン・三角巾・マスク・筆記用具

申込フォーム ▶



食と防災

お申し込み
お問合わせ
方法

練馬区立防災学習センターへ申込み

二次元バーコードから申込み

①電話

03-5997-6471

②FAX（申込内容欄を記入）

03-5997-6472



応募多数の場合は、
二次元コードからの
募集を締め切る事
があります。
最新情報は
区のホームページを
ご覧ください。

応募締切 2月13日(金) 先着順

※申込み締め切り後でも定員に満たない場合は引き続き先着順で受け付けます。

申込内容	ふりがな お名前 ご住所	TEL
	1. メールアドレス	
	受講コース（受講を希望するコースに○をつけてください）	
内容	平日コース 2/20（金）10：00～12：00	休日コース 2/21（土）10：00～12：00

保育室について

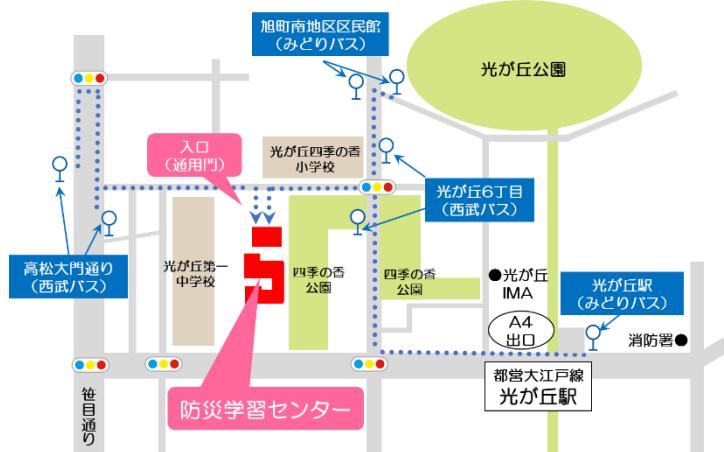
- ・平日コースは、一時保育室（対象者：6ヶ月以上の未就学児、先着5名）を設置します。
- ※FAXによるお申込みで保育室をご希望の方は、お子様の氏名・月齢・性別をお電話にてお知らせください。
- ・一時保育室の利用者には、保険料としてお子様一人につき50円徴収させていただきます。

留意事項

- ・当日、体調不良の場合は、参加をお控えください。
- ・調理実習のため、マスクの着用をお願いします。
- ・食物アレルギーについて、当講座のメニューを使う材料が知りたいという方はお電話にてお問い合わせください。
- ・感染症拡大等に伴い中止または募集人数等に変更が生じる場合があります。

練馬区立防災学習センター

〒179-0072 練馬区光が丘6-4-1



●高松大門通りバス停から

- (徒歩約4分)
・笹目通りからショールームわきの道に入り直進
・右手に通用門がある

●光が丘駅から (徒歩約10分)

- ・A4出口を出て大通りを進み、1つ目の信号で右折
- ・小学校前の信号1つ目で左折
- ・コンビニを通り過ぎたら左手の通用門から入る

《電車》

都営地下鉄大江戸線「光が丘駅」下車
A4出口より徒歩約10分

《バス》

西武バス
(光31) 成増駅～光が丘駅
(練高01) 練馬高野台駅～成増駅
「光が丘六丁目」下車：徒歩約4分

(吉60) 吉祥寺駅～上石神井駅～石神井公園駅～成増町
(練42) 練馬駅～成増町
「高松大門通り」下車：徒歩約4分

国際興業バス

(光02) (光04) 練馬北町車庫～光が丘駅
「光が丘駅」下車：徒歩約10分

みどりバス

(保谷ルート) 保谷駅～光が丘駅

「旭町南地区区民館」下車：徒歩約5分

(北町ルート) 光が丘駅～東武練馬駅入口～光が丘駅

(氷川台ルート) 練馬駅～東武練馬駅入口～練馬光が丘病院
「光が丘駅」下車：徒歩約10分