

# 関東大震災から100年に当たる2023年

練馬区在住の講師による、区民のための

## 災害時の食に備えて

～自助・共助・公助・3つの輪をつなぐもの～

### 第一部 講演・調理デモ

Start Kitchen ポリCOOK®

もりした そのこ  
代表 森下 園子 氏

防災士、日本災害食学会

災害食専門員、東京都防災コー  
ディネーター、学会2位入賞。

毎日の料理の延長線上に防災  
があると考え、普段にも防災にも  
役立つポリ袋調理法を使った『簡  
単でおいしい防災料理』を伝えて  
います。



### 第二部 講演

東京都栄養士会 JDA-DAT スタッフ  
(日本栄養士会災害支援チーム)

たかやす  
管理栄養士 高安 ちえ 氏

東京都認定栄養ケアステーション「ラシーネ練馬中村橋」  
なりまの食育応援店登録「おはしごはん」主宰。

災害発生後における速やかな栄養支援と必要物資の  
手配、平常時には災害訓練への参加等の役割を持ち、

区と災害協定を結んでいる JDA-DAT の  
活動についてご紹介します。



日時：令和5年12月20日(水)  
午後2時～4時(開場午後1時30分)

場所：練馬区立 区民・産業プラザ3階  
ココネリホール

定員：300名(先着順)  
保育室・手話通訳あり

参加費：無料



災害時に役立つ  
防災グッズを  
全員にプレゼント!

お申込み方法：区ホームページまたは電話、ファクスにて下記内容をお申込みください。

① 食育推進講演会②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤参加人数⑥保育室または手話通訳  
希望の有無\*保育室(1歳以上の未就学児対象。定員15名・先着順)をご希望の方は、

お子様の氏名(ふりがな)と年齢を、手話通訳をご希望の方も12月8日(金)までにお知らせください。

お問い合わせ：健康推進課 栄養食育係 TEL：03-5984-4679 FAX：03-5984-1211

こちらからお申込みできます

