

情報提供資料

令和6年12月26日(木)

日高市

教育部 生涯学習課 高麗川公民館

Tel042-989-9110 (直通)

課長 吉野 修

担当者職・氏名 館長・中野 俊彦

講座「はじめようローリングストック！ もしもに備えて食べ慣れよう」を開催します

令和7年は、能登半島地震から1年、阪神・淡路大震災から30年がたとうとしています。

またいつどこで起こるかわからない災害などに備えるために、最近よく聞く「ローリングストック」をご家庭でも始めてみませんか？

どのご家庭にもあるような保存食を利用して、普段使いできるレシピを実習、試食してみましよう！親子での参加も可能です。

記

- 日時** 1月11日(土) 午前10時～正午
場所 高麗川公民館(日高市大字南平沢1098番地2)
対象 成人(小学5年生以上なら可)
人数 18人(申し込み順)
講師 高麗川ヘルスメイト・保健相談センター栄養士
費用 300円(材料費)
申し込み 1月9日(木)までに、電話または直接、高麗川公民館へ

※保健相談センターとの共催です。

※詳細は別添チラシをご覧ください。

【メニュー】

- ☆高密度ポリエチレン袋で作るごはん
- ☆大豆塩昆布ごはん 干し芋塩昆布ごはん
- ☆サバ缶トマトスープ マッシュポテトサラダ
- ☆餅入りぜんざい スキムミルクフルーチェ

はじめてローリングストック! もしもに備えて食べ慣れよう

健幸ポイント事業・健幸サタデー

缶詰やレトルト食品などの備蓄品を活用した、普段使いできるレシピを実習、試食してみましょう！ 親子での参加も可能です。



※ローリングストックとは？

普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、その分を買い足すことで、常に一定量の食品を家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。



日時：1月11日(土) 午前10時～正午

主催・会場：高麗川公民館(1F 調理室)

対象・定員：成人(小学5年生以上なら可)・18名(申込順)

費用：300円(材料費)

申込み：1月9日(木)までに直接参加費を添えて、もしくは電話にてお申込ください。電話申込の場合、参加費は1月9日(木)までに窓口へお支払いください。



※申込・お支払いは火～土曜日の午前8時30分から午後5時まで

持ち物：筆記用具、マスク、エプロン、三角巾、手ふき

講師：高麗川ヘルスマイト・保健相談センター栄養士



ご注意：感染症予防のため、当日風邪などをひかれていますとお断りする場合があります。その場合は早めにご連絡ください。

その他：コロナやインフルエンザ等の感染状況により、急きょ講座を中止する場合があります。

問合せ・申込み先：高麗川公民館 電話 989-9110

(火～土の8:30～17:00。年末年始除く)

※申込後、キャンセルされる場合はお早めにご連絡ください。

