



今、わたしたちがすべきこと。

在宅避難を乗り切る防災食を学ぼう!

地震や台風など自然災害はいつ起こるかわかりません。
新型コロナウイルス感染症の対策として、分散避難への備えが求められています。
在宅避難もそのひとつです。

被災時、私たちの生活は一変してしまいます。
体力が落ちたり、体調を崩したり。
そんな時こそ、エネルギーの源、食事がとっても大事!
普段から無理なく取り入れられる食品の備えや
簡単にできる防災食の作り方を学びましょう。

もしもの時のために、食から考える防災をはじめましょう!



定員
20人

参加
無料

とき

令和3年 1月 24日(日) 午前10時~12時

ところ

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 第1・2研修室

講師

おおつき ゆみ
大槻 由美さん (NPO法人とれじゃーBOX 理事長)

こども会会長をきっかけに地域福祉活動に参加。2009年に防災士の資格を取得。以来、地域防災に取組み、特に女性・ママならではの視点のコミュニティ防災を展開。2014年にNPO法人を設立し、コミュニティ防災分野の支援、各種防災講師としても活躍中。防災士。

令和2年度 防災講座③

「今、わたしたちがすべきこと。在宅避難を乗り切る防災食を学ぼう！」

- 日時：令和3年1月24日(日) 午前10時～12時
- 会場：東大阪市立男女共同参画センター・イコラム 第1・第2研修室
- 対象・定員：東大阪市在住・在勤・在学の方優先 20人
- 参加費：無料
- 一時保育：1歳半～就学前幼児 定員5人、ひとり200円 (申込先着順・1月17日(日)までに要予約)
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、利用できない場合があります。

- 申込方法：電話またはイコラムの窓口(申込時間は休館日を除く午前9時～午後9時30分)またはメール、FAX、イコラムホームページの申込フォームに、講座名・住所・氏名・電話番号・メールアドレス・FAX番号・年代・参加動機・保育の有無(保育希望の子どもの氏名・生年月日)をご記入の上、下記までお申込みください。
- 申込締切：令和3年1月17日(日)必着
※申込多数の場合は抽選

★お申し込み・お問い合わせ★

〒578-0941 東大阪市岩田町4-3-22-600

東大阪市立男女共同参画センター・イコラム

Tel 072-960-9201
Fax 072-960-9207



E-mail ikoramu@nifty.com
URL http://www.ikoramu.com

休館日：月曜日(祝日・振替休日の場合は開館し、翌平日に休館)
及び年末年始(12月29日から1月3日)



(近鉄奈良線 若江岩田駅前 希来里ビル施設棟6F)



持続可能な開発目標(SDGs)は、2015年の国連サミットで採択された17の国際社会共通目標(2030年まで)です。目標5は「ジェンダーの平等を達成し、すべての女性と女児のエンパワメントを図る」です。

FAX 申込フォーム 「防災講座③」

東大阪市立男女共同参画センター・イコラム 宛

ふりがな				職業	
氏名				年代	歳代
住所	東大阪市(在住 ・ 在勤 ・ 在学) ・ その他				
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	FAX	(勤務先・自宅)		
E-mail	(勤務先・自宅・携帯)				
参加動機					
一時保育希望	有・無	(ふりがな) (お子様のお名前)	お子様の生年月日	年	月 日

★お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

FAX 072-960-9207