



みんなで防災ごはんの会 は、

食べる幸せを災害への備えに変える「防災のべんきょう会」です。社会の多様性（ダイバーシティ）に目を向け、災害が起きた時、みんなで助け合える社会を作るために必要な防災力と食べ物を大切にする気持ち、そして命を尊重する心を育てます。防災や食育に関心をお持ちの方におすすめです。

*お子さんのご参加も歓迎です。

今、災害が起きたら、

- *電気、ガス、水道などのライフラインが使えず、いつも通りの食事ができないかもしれません。
 - *食料の供給が滞り、スーパーに行っても欲しい食材が手に入らないかもしれません。
- さらに、新型コロナなどの感染症のリスク対策も重要です。

みんなで防災ごはんの会は、

- *食物アレルギーのある方
 - *持病や体調管理のために食制限をされている方
 - *宗教上食べられないものがある方
 - その他、食事の際に特別な手助けが必要な方など
- それぞれがお持ちの食に関する制限に合ったメニューや調理の工夫を共に考えます。

日時： 2020年9月22日（火・祝） 11:45～13:15

会場： 大阪市男女共同参画センター中央館（クレオ大阪中央）

内容： ●食に制限のある人が抱える課題について

●アルファ化米を使ったパエリアづくり

*アレルギーや食の制限に対応した食材を使って作ります。写真はイメージです。

●試食&質問タイム *市販の非常食の試食もあります。

講師： 南井 由希子さん（料理研究家）

出水 季治さん（都市コミュニティ研究室研究員、日本防災士機構認証防災士）

会費： 1人1,000円、ペア（親子・友人）1組1,500円

★会費の割引適用があります。詳細はこちら。

<http://mamacomu.com/events/12578/>

申込： お名前、ご住所、電話番号、人数を明記の上、

event@mamacomu.com まで。

定員： 12名（先着順）



*感染症防止のため、お一人またはご家族ごとに調理し、召し上がっていただきます。

*食品衛生保持のため、料理の持ち帰りはご遠慮ください。*火を扱いますのでやけどにご注意ください。

主催： ママコミュ!ドットコム ☎090-1028-3719

助成： 大阪府人権協会

防災監修： 防災・レジリエンス総合研究所

