

食と防災

プログラム

学 ぶ

首都直下地震時の被害や影響を確認して、必要な備蓄の備えについて学びます。

作 る

耐熱性ポリ袋とカセットコンロを使って、ライフラインが停止したときでも温かい食事を作る方法について体験します。

食 べ る

みんなで作った食事を試食します。

日程

2026/9/ **11**金 **12**土
10:00~12:00

定員

各コース
20名

場所

練馬区防災学習センター 2階調理室
※ 詳しくは裏面をご確認ください。

受講方法

電話、FAX、応募フォームのいずれかの方法で申し込むことができます。
※ 詳しくは裏面をご確認ください。

受講無料

「食と防災」申し込み

9月1日(火) 締切

※締切後も会場に空きがあれば受付可能な場合がありますので、お電話にてご確認ください。

二次元バーコードからの
申し込みはこちら



申し込み方法

- 電話：「申し込み内容」を練馬区防災学習センター（03-5997-6471）宛にご連絡ください。
FAX：「申し込み内容」欄を記入し、練馬区防災学習センター（03-5997-6472）宛に送付ください。
電子申請：紙面右上の二次元バーコードを読み取ってお申し込みください。

申し込み内容

フリガナ お名前	電話番号	
メールアドレス		
ご住所 〒		
参加希望コース (ご希望のコースに○をつけてください。)	平日コース 9月11日(金) 10時～12時	週末コース 9月12日(土) 10時～12時

会場受講の留意事項

- 平日コースは、一時保育室（対象者：6か月以上の未就学児、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。
- 食物アレルギーについて、当講座のメニューや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。
- 当日、体調不良の場合は、参加をお控えください。

【準備物】

- 三角巾、エプロン、マスク、筆記用具をご持参ください。
- 資料及び食材は当日配布いたします。

会場案内

練馬区立防災学習センター

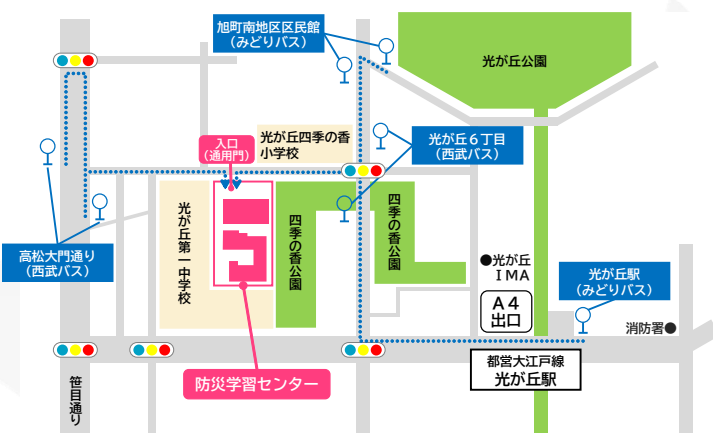
〒179-0072 練馬区光が丘6丁目4番1号
開館時間：午前10時～午後6時
休館日：月曜日・年末年始
(月曜日が祝日の時はその直後の平日)
(年末年始：12月29日～1月3日)

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

- ①西武バス「光が丘6丁目」下車 徒歩約4分
〔光 31〕（成増駅南口～光が丘駅）
〔練高01〕（練馬高野台駅～成増駅南口）
- ②西武バス「高松大門通り」下車 徒歩約4分
〔吉 60〕（吉祥寺駅～成増町）
〔練 42〕（練馬駅～成増町）
- ③みどりバス「旭町南地区区民館」下車 徒歩約5分
〔保谷ルート〕
- ④みどりバス「光が丘駅」下車 徒歩約10分
〔保谷ルート〕〔北町ルート〕〔氷川台ルート〕



問い合わせ先

練馬区危機管理室区民防災課防災学習センター

電話：03-5997-6471 FAX：03-5997-6472