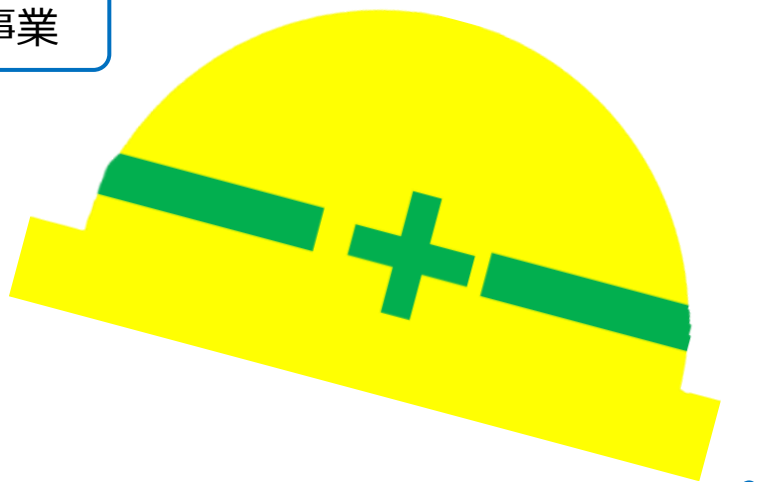


かんたん



# 防災クッキング

いざという時のために  
日ごろから家庭に置いてある備蓄食品を  
使って「作って・食べて・備えよう」



と き：7月30日（木）10時～13時

と ころ：ひろでん宮島まちづくり交流センター

講 師：管理栄養士 佐藤照子さん

対 象：どなたでも

参加費：500円（材料費）

持参物：エプロン、タオル、お茶  
マスク

定 員：10名（先着順）

申込期限：7月20日（月）

申込・問合せ：

ひろでん宮島まちづくり交流センター  
TEL (0829) 44-2005

～メニュー～

- \*パッククッキング パスタ
- \*パッククッキング 蒸しパン
- \*ポリ袋で切り干しサラダ
- \*野菜ちよい足し腹持ちスープ

アレルギーのある方は、  
ご相談ください。