

東 村 交 流 館

福山市東村町2536-1

☎084-936-0600

✉; higashimura-krk

@city.fukuyama.hiroshima.jp

東村交流館  
ホームページ

～ 社会教育活動事業 ～

## 第2回 もしものための防災教室

楽しく作って、もしもの備えに！ポリ袋湯煎調理

10/14(水)  
10:00

## 【メニュー】(ワンプレート)

- ・白ご飯/混ぜご飯・なすの煮びたし
- ・切り干し大根の和え物・サラダチキン
- ・ポテトサラダ・乾パンアイスクリーム

ポリ袋を使って、お鍋で湯煎する【ポリ袋湯煎調理】。

災害時にも役立つ調理方法ですが、実は普段の食事にも活用できます。今回は、いくつかの料理を実際に作りながら、ポリ袋を使った湯煎調理を体験します。簡単な調理でどんな料理ができるのか、一緒に楽しく試してみましょう。

普段の暮らしに取り入れながら、もしもの時にも役立つ【食の備え】を始めてみませんか？

〈講 師〉栄養士/防災リーダー 吉永綾子さん・防災リーダー 渡辺友子さん

〈ところ〉東村交流館1階実習室

〈定 員〉10人程度 〈材料費〉300円 〈持参物〉エプロン・フキン

〈申込み〉10月8日（木）までに東村交流館へ（☎936-0600）



## 参加者募集中！

～ ふれあい広場 ～

季節先取り

10/28(水)  
13:30

スノードーム を作りましょう

透明な容器の中に水やグリセリンなどの液体を満たし、ミニチュアの人形を、雪に見立てたラメ（スノーパウダー）を閉じ込めた置物です。本体をふれば、雪が舞い落ちるような幻想的な風景を楽しめます。ステキな作品が簡単にできます！

〈講 師〉高橋理佳さん 〈会場〉東村交流館1階実習室

〈定 員〉10人程度

〈材料代〉600円

〈申込み〉10月20日（火）までに東村交流館へ（☎936-0600）



# お知らせ

～ 社会教育活動事業 ～



第3回

11/7(土)  
10:00～

## もしものための防災教室

福山市女性消防分団による  
劇を見て楽しく防災を学びましょう！

※詳細は次号でお知らせします。お楽しみに！

## 参加者募集！ / チェアーヨガサークル

椅子に座って、肩・腰すっきりストレッチ  
明るく・楽しく・元気よく・みなさんリフレッシュにきています！！  
第1・2・4金曜日 10時～11時 東村交流館 会議室にて

問合せ 東村交流館 ☎936-0600



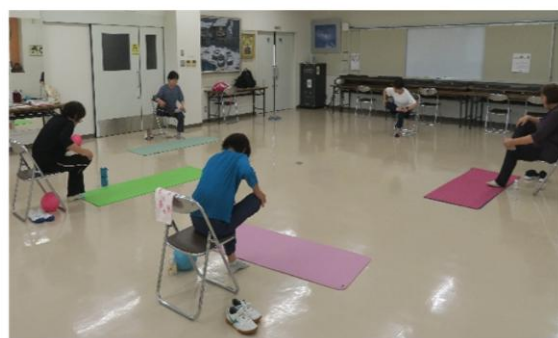
## 夏祭りのお礼

8月1日(土)に恒例の【かかし  
の里夏祭り】が、開催されました。  
暑い中、たくさんの方にご来場いた  
だきありがとうございました。役員  
の方々には、準備から当日の運営、  
後片付けまで、お疲れ様でした。

次年度に向けて、皆さんに楽しん  
でいただけるよう役員一同、より良  
い祭りにつなげていきたいと思い  
ますので、今後ともよろしく願い  
します。



東村町祭り実行委員会



## 町内の行事予定

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 9/6 (日)   | 町内一斉清掃草刈り |
| 9/27 (日)  | 敬老会       |
| 10/18 (日) | 古紙回収      |
| 10/25 (日) | 町民運動会     |

認め合おうみんな違ってあたりまえ