



家族で十分に
話し合えているかな？



参加費ワンコイン♪

防災について
しっかり学んで
家族を守ろう

水って
1人1日3ℓもいるの!?



こどもの保育園の
避難場所って
どこだっけ

パパ・ママから
ママに伝える
ぼうさい

防災セミナー



災害後の食事について
も学べて、
安心!



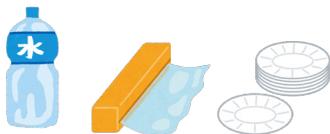
豪華 2 本立て

ママ防災士が教える!

栄養コンサルタントが教える!

「家族を守る、防災の基礎知識」

「避難生活で病気にならない食事」



永吉美さと



細川モモ

いざ避難となったとき、何を準備すればよいのでしょうか？
逃げるときにベビーカーは？避難所でベビーと一緒に過ごせるの？家族を守るための大切な基礎知識を学びましょう。

避難生活では、差し入れられた食事によって便秘や肌荒れ、
糖尿病などの二次的健康被害が生じることも。オリジナル
食品ストックシートを使って学びましょう。

日時 / 場所 参加費 500 円

場所：東京都千代田区鍛冶町 2-3-2 神田センタービルディング 6 階
クリエクロス内 NATULUCK 神田駅前

2018 / 11 / 18 (日)

※会場に授乳スペース、オムツ替えスペースを用意します。

10:30 ~ 12:00 ※1部..10:30 ~ 11:30 / 2部..11:40 ~ 12:00 ※途中休憩あり

プレゼント 1

プレゼント 2

プレゼント 3

プレゼント 1

栄養失調を防ぐ!

ストック食品リスト



いざというときのための

防災連絡カード



防災 防寒 フィルムつき!

スキンケアアセット



ドクター シーラボ

いざという時に大活躍!

おしりふき



→ 申込先 URL

<https://luttelli-bousai-20181118.peatix.com>