

主催：旭町公民館

平成25年度 スキル講座

助けが来るまで **72 時間**

**実践！**

**自助  
共助** 自分と家族の命を守る  
となり近所で助け合う

**防災講座** **3/16** (日) **10時**

**3.11** の記憶を風化させない。命を守る備えを考える。

場 所：旭町公民館 中央 1-23-8 蕨駅西口徒歩3分 TEL432-4053

対 象：小学生～大人 先着 20 名 **※但し、小1～3年生は保護者も参加**

参加費：500 円(材料費他)

**命を守る！**

**応急手当と蘇生法**

正しい知識を身に着けよう  
身の回りのものを使った応急手当を実践  
NPO ユニバーサルデザイン・ステップ

小澤 勇さん

**食を考える**

**ビニール袋クッキング**

普段でも活用できる簡単ヘルシーメニュー  
なべでごはんも炊きます  
フードコーディネーター

市川 昌子さん

**3/2～30 旭町公民館 防災パネル展**  
**東日本大震災**  
**被災地の子供たちからのメッセージ**

2011(平成23)年3月11日(金)午後2時46分、東日本大震災が発生しました。日本における観測史上最大のマグニチュード9.0を記録し、死者・行方不明者は2万人を超えました。

このパネルは、震災から二か月を迎えようとする4月下旬～5月上旬に、被災地、宮城県石巻市の避難所の子どもたちが描いた紙芝居や絵画、そして全国からの支援に対する感謝のメッセージを40枚のパネルにまとめたものです。

**受付開始：2/8(土) 10時より** 旭町公民館窓口

当日は整理券を配ります。(1人1枚)10時の時点で定員を超えた場合は抽選になります。

【ご注意ください】※駐車場はありません。有料パーキングをご利用ください。

※調理器具はIHクッキングヒーターです。医療用ペースメーカーなどをお使いの方は医師にご相談ください。

IHクッキングヒーターの動作が、医療用ペースメーカーに影響を与えることがあります。