

「食を通じて
集まれる」

「楽しく防災を
語り合える」

花畑

ささえあいプロジェクト

花畑 ささえあい食堂

場所：花畑団地東集会所

11/30 (土)
11時～14時

献立(こんだて)

- ▶ カボチャシチュー
- ▶ ほうれん草と枝豆コーンの
バター醤油炒め
- ▶ アルファ化米



美味しい
災害用備蓄米
「アルファ化米」
を実食して
みましょう♪

※当日の状況により、メニューが変更になる
可能性もございます。ご了承ください。

参加方法

事前予約不要！

※11時より会場にて整理券配布開始
※食数に限りがございます。

参加費

**大人 200円
子ども 無料**

お子様からご高齢者まで
どなたでもご参加いただけます！



**当日会場では食事を
楽しむとともに**

体力チェックも実施します♪

リハビリホーム花はた&花はたリハビリテーション病院

※防災フェスタでのアジパンダ食堂(フードロス対象商品販売)の売上金が、
花畑ささえあい食堂の運営資金の一部として寄付されています。



主催：花畑ささえあいプロジェクト協議会

事務局：独立行政法人都市再生機構(業務受託者：(株)いのちとぶんか社)

お問い合わせ：03-4572-0612 ※平日午前9時～午後6時(定休日：土日祝)



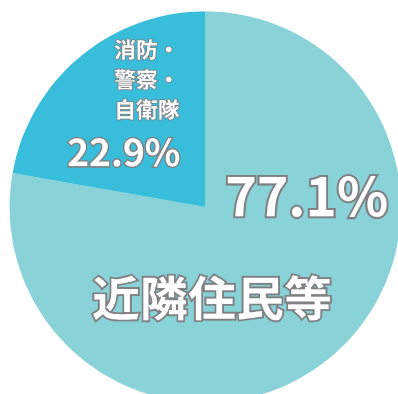
災害時の知恵や日頃からできる備えを、
コラム形式で定期的にお届け♪

<今回のテーマ>

ご近所付き合いしていますか？

災害は同時多発的に発生し、皆が被災者となります。
そのため、公の助けが迅速に行き届かない可能性があります。

阪神・淡路大震災「要救助者の救出方法」



出展：内閣府ホームページ
「3-1 日常生活における『人の絆』の重要性」

阪神・淡路大震災では

実に**77.1%**の人が
住民同士の助け合い(共助)で
災害を乗り越えました！

共助…「近隣住民同士での安否確認」
「近隣住民同士での救助活動」など

いざというときのために、日頃から近隣住民と

共に助け合う

関係作りを行いましょう！

ご近所さん
との挨拶



地域の防災訓練
への参加

防災訓練

地域のイベント
への参加



専門家からのワンポイントアドバイス

大地震が発生し、家具の下敷きになり動けなくなった時、
あなたを助けてくれる人はご近所にいますか？日頃からの挨拶
や気にかける習慣を築いておくことがいざという時の助け合い
につながります。あなたと大切な人の命を守るためにご近所
さんと交流を図りましょう。

(防災士 / 葛西優香 さん)

