

いきいき市民活動情報

こしじコミュニティ推進会議から、お薦めのイベント情報が寄せられました。
 ついては、下記のとおり概要をお知らせしますので、ぜひ、長岡市民の「市民力」
 や「地域力」を生かした活動を、貴社で取材くださいますようお願いします。

標 題	災害時に備え、親子で学ぼう！ 「パッククッキング&防災体験」を開催
日 時	7月18日（土） 午前10時～正午
場 所	長岡市越路総合福祉センター（長岡市来迎寺3697番地）
内 容	イベントの主旨 「ふれあい・支えあい・つながるまち越路」をキャッチフレーズに、住みよい地域社会づくりを推進する「こしじコミュニティ推進会議※¹」が、「防災」と「交流」をテーマとした体験・学習イベントを開催します。地域住民や地域団体が講師を務め、災害時に役立つ調理方法などを学びます。 地域住民が防災について学びあい、交流を深めるイベントをぜひ取材ください。 1 主な内容（イベントの詳細は別紙チラシのとおり） ○パッククッキング※²体験（ごはんとツナサラダづくり） ○災害時に便利なスリッパづくり体験 ○エコノミークラス症候群予防ストレッチ ○「防災カルタ」であそぼう！ 2 主 催 こしじコミュニティ推進会議（子育て・福祉部会） ※¹ 歴史・文化・スポーツ・教育・福祉など地域で活動している団体で構成。地域住民の自主的かつ主体的な活動を通して、住民相互の交流と親睦を深め、地域の魅力づくりの核となる担い手の育成などに取り組んでいます。（令和5年4月に立ち上げ） ※² 食材を耐熱性のポリ袋に入れ、沸騰したお湯の中で加熱する調理法。  ▲防災カルタの様子
問 い 合 わ せ	こしじコミュニティ推進会議 小倉 電話0258-92-5908
情報提供課名	越路支所地域振興・市民生活課 水落 電話0258-92-3111

家族で
一緒に！

災害時に備えて学ぼう！

パッククッキング & 防災体験



防災カルタで
あそぼう！

参加賞あり！

エコノミークラス
症候群予防
ストレッチ

災害時に便利な
スリッパづくり



パッククッキング

ごはんと副菜（ツナサラダ）
を袋調理でつくって
試食してみよう！

※試食は1組で分ける形に
なります（アレルギー対応不可）

参加者の方には
豚汁つき！



「パッククッキングとは」

食材を耐熱性のポリ袋に入れ、沸騰したお湯の中で加熱する調理法です。災害時などのライフラインが制限された状況でも温かい食事を作る「非常食」調理方法です。



日時

7月18日（土）

10：00～12：00

※受付時間9：30～9：50

会場

越路総合福祉センター 2 階
（長岡市来迎寺3697）

※会場の外壁工事により駐車スペースが減少しているため
乗り合わせやお近くの方は徒歩でのご来場にご協力ください

参加費

1人100円

※当日受付時に現金でお支払いください

対象

越路地域在住の中学生以下の子ども
とその保護者 先着15組

※祖父母の方々も歓迎です

申込み

※申込み期間
6月10日（水）
から26日（金）まで
（平日9時～16時）

申込みは
QRコードから



持ち物

- ・エプロン
- ・マスク
- ・三角巾（あれば）

主催：こしじコミュニティ推進会議（子育て・福祉部会）
tel:0258-92-5908

E-mail：koshiji-comi@city.nagaoka.jp

後援：長岡市

協力：  長岡市赤十字奉仕団 越路分団