

**被災時**

突然の大地震！今こそ家庭の防災力アップを目指しましょう

# サバイバル・クッキング

大規模地震が発生し、電気・ガス・水道が止まって復旧の見込みが立たない場合でも避難所には行かずに自宅で長期在宅避難するための方法をご紹介します



平成28年

日時 **11月27日** 日曜日 14:00 ▶ 16:00

場所 **一番町集会室(洋室B)**

講師 災害対策研究会/マンション防災士 釜石 徹 様

講師の釜石さんは、マンション管理組合理事長の経験も豊富で、大規模修繕工事も手掛けられました。防災対策のプロとして、お住まいのある大田区をはじめ、港区、世田谷区、町田市、川口市等でセミナー活動を続けておられます。

当会でも昨年6月のセミナーにおいて「実践的マンション防災対策」というテーマでご講演いただき、大変好評でした。

**非常用食糧を大量に購入しなくても  
10日以上以上の食事が作れます！**

ご家族やお知り合いの方を誘って  
エプロン持参で気軽にご参加下さい  
(試食もご用意します)



## 会場案内図

※千代田区総合HP (<http://www.city.chiyoda.lg.jp/>) より



東京都千代田区一番町10  
JR・東京メトロ有楽町線・南北線・都営新宿線市ヶ谷駅から徒歩15分、東京メトロ半蔵門線半蔵門駅から徒歩5分、東京メトロ有楽町線麹町駅から徒歩5分

申込は定員に達し次第締め切らせていただきます。

**参加無料**

**申込先着順**

主催 特定非営利活動法人 千代田マンション交流会

お申し込みは TEL/FAX → **03-3556-7273**

<http://www.npo-cmk.com>

NPO法人千代田マンション交流会 (理事長 九十九雅博)