

小学生以上の親子
中高生も大歓迎

摂南大学農学部 地域連携・社会貢献オンラインセミナー

災害時における健康維持

～いざという時に困らない食と運動の紹介～

2022年3月5日（土）13：00～14：00

- 参加費無料
- 事前予約制
(30組)

食

いざという時に困らない親子で取り組む災害時の食事作り

簡単で美味しいパッククッキングの体験

お送りした食材で、画面をみながら
一緒に作ってみませんか？



災害時に役立つおうちキャンプ訓練の
デモンストレーション

いざという時に慌てないおうちキャンプの訓練方法を
ご紹介します。



運動

親子で取り組む健康な体づくり ～楽しい講座と体験～

身体不活動はなぜ危険なのか？ 親子で学ぼう

私たちの体には、自分を守るしくみが備わっています
体について学びを深めてみませんか？

災害時の二次災害に運動で備える

体のどこをどんな風に動かすのがよいのか
大学生と一緒に、ゆるトレしましょう



問い合わせ：摂南大学農学部 大阪府枚方市長尾峠町45-1

E-mail : SETSUNAN.Obu@joshu.ac.jp Tel : 072-896-6000

申し込み先 : <https://forms.office.com/r/ZxhBbwmkbb>

申し込み期限 : 2022年2月20日（日）

※応募者多数の場合は、抽選で決めさせていただきます。

