

ご存じですか？

「ローリングストック」

ローリングストック法とポリ袋クッキングで食品ロスも削減！

災害に備えて家庭で非常食を備蓄していますか？

非常食・防災食は、特別な食事だと思いませんか？

家庭での備蓄は、食べ慣れたものを食べて備えることが大切です！

食べた分だけ買い足して備えるローリングストック法について、

備蓄のコツなど一緒に学びましょう。

災害が起こった時に備える非常食は、

一人1週間分の備えが必要だといわれています。

いつもとは異なる環境で過ごす災害時に活用できる、

カセットコンロ・IHコンロを使用したポリ袋クッキングも

紹介します。

美味しく楽しく備えましょう！



11/13日

14:00 ~ 15:30

会場 人間総合科学大学 蓮田キャンパス 大教室

講師 中西由季子 先生 人間総合科学大学
非常勤講師
食育防災アドバイザー

定員 300名

料金 無料



蓮田市商工会 人間総合科学大学 @蓮田市

申込方法

①応募フォーム

本学ホームページの応募フォーム、または下記QRコードよりお申込みください。

<https://www.human.ac.jp/forms/index.php?id=465>



②メール・電話

メールまたは電話でのお申込みは、下記の①～⑥をお知らせ下さい。

- ①「11月13日生涯学習公開講座希望」
- ②氏名
- ③住所
- ④電話番号
- ⑤参加人数
- ⑥この講座を知ったきっかけ

③申込締切

2022年11月11日(金)



■主催：人間総合科学大学 ■共催：蓮田市・蓮田市商工会 ■協賛：日本心身健康科学会・埼玉まなびプロジェクト ■後援：さいたま商工会議所・大学コンソーシアムさいたま



学校法人 早稲田医療学園

人間総合科学大学

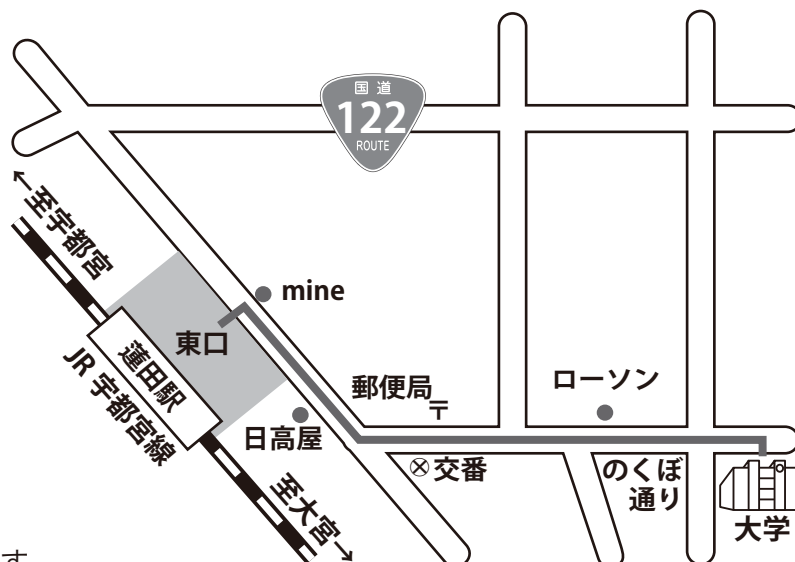
お問い合わせ・お申込み

048-749-6111

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288 <https://www.human.ac.jp/> records@human.ac.jp

■人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 健康栄養学科 心身健康科学科（通信制） ■保健医療学部 看護学科 リハビリテーション学科（理学療法専攻・義肢装具専攻）

11/13(日) 会場 ● 蓮田キャンパス 2階 大教室 ●



◆JR 宇都宮線蓮田駅東口から徒歩 13 分

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288

TEL : 048-749-6111 / 9:00 ~ 17:00

※お車でのご来校はご遠慮いただいております。

人間総合科学大学主催

生涯学習公開講座 無料



詳細はこちらから

※申し込みは、申し込みフォーム、またはメールのみとなります。



今後の開催予定 <YouTube 配信>

回数	開催日時	講演者	タイトル・講演内容
第 58 回 <YouTube 配信>	9/24(土)10:00 ~ 9/26(月)17:00	牧野 由加里	介護は突然に - その時に慌てないために -
第 59 回 <YouTube 配信>	10/22(土)10:00 ~ 10/24(月)17:00	大澤 俊彦	フレイルを予防する食生活
第 60 回 <YouTube 配信>	11/26(土)10:00 ~ 11/28(月)17:00	武内 和子	看護師の仕事ってなんだろう ~かんだの中身をのぞいてみよう~
第 61 回 <YouTube 配信>	12/24(土)10:00 ~ 12/26(月)17:00	秋山 佳代	身近な食育実践について
第 62 回 <YouTube 配信>	1/28(土)10:00 ~ 1/30(月)17:00	高橋 公子	こころも身体も快眠生活
第 63 回 <YouTube 配信>	2/25(土)10:00 ~ 2/27(月)17:00	吉田 一也	長引く肩こりのタイプとその解消法 ~カラダとココロのメンテナンス~

※講演テーマ・内容は一部変更となる場合がございます。



学校法人 早稲田医療学園

人間総合科学大学

お問い合わせ・お申込み

048-749-6111

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288 <https://www.human.ac.jp/> records@human.ac.jp

■人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 健康栄養学科 心身健康科学科 (通信制) ■保健医療学部 看護学科 リハビリテーション学科 (理学療法学専攻・義肢装具学専攻)