

東レアローズ静岡と 一緒に夏を楽しもう!

2025.7.13 [日] 11:00~14:30

会場 静岡ガス エネリアショールーム 柿田川 (サントムーン柿田川内)

お楽しみ抽選会

東レアローズ静岡選手の サイン入りグッズも 当たるかも?

※アンケートに回答されたお客さまが対象です。
※1家族さま1回限りです。

東レアローズ静岡の選手と 時短・栄養満点ランチを作ろう!

抽選講座

時間 11:00~12:30
参加費 4,000円(1組2名)
1名追加につき+2,000円

選手の試合遠征時のメニューを親子で楽しく作ろう!カラダ作りに大切な食生活についても選手にインタビュー!ランチ後はみんなで記念撮影しよう!

※4歳から小学6年生のお子さまと保護者の方が対象です。
※大人1名につき、お子さま2名まで。

メニュー 鶏の照り焼きをメインとしたランチ

アスリートフードはキレイもつくる! 選手と一緒に美活ランチタイム

抽選講座

時間 13:15~14:15
参加費 6,000円

選手のカラダを作る栄養素は、女子の美容と健康にもとっても大事!憧れの選手が料理をサーブ&目の前でデモンストレーションしたクッキーもお土産に♡

個別での撮影会もあるかも!

※18歳以上の方が対象です。
※お客さまの調理はありません。

メニュー ビタパンサンド&デリデコクッキー

東レアローズ静岡から自宅できる トレーニングを学ぼう!

抽選講座

時間 11:00~11:30 / 11:45~12:15
参加費 1,500円

東レアローズ静岡の選手と一緒にコンディショニングや体の使い方を学びます。

※動きやすい服装でお越しください。※小学生のお子さまが対象です。

東レアローズ静岡 公式マスコットキャラクター アロッチが やってくる!

抽選講座

時間 11:30~12:30 / 13:30~14:30

東レアローズ静岡の選手記録114km/hを超えたら、プレゼントがあるかも!

※アロッチとの写真撮影やふれあいには整理券が必要です。
※アロッチとの写真撮影やふれあいには整理券が必要です。

整理券は7/13(日) 10時よりエネリアショールーム柿田川にて配布します。

※東レアローズ静岡の参加メンバーは、当日まで未定です。※内容は予告なく変更となる場合があります。
※参加には、東レアローズ静岡公式LINEの友だち登録と、静岡ガスクッキングスタジオInstagramもしくは静岡ガス公式LINEの友達登録が必要です。
※東レアローズ静岡もしくは静岡ガスが、イベント中に撮影した写真や動画は、公式ホームページやSNSに掲載する可能性があります。あらかじめご了承ください。

指紋採取に挑戦! 警察官体験

参加無料

本格的な鑑識の仕事を経験しよう!指紋について学んで、専用の道具を使って指紋を探し出してみよう。

7/20 [日] 10:30~11:30 / 13:00~14:00
各45分

※小学生以上のお子さまとその保護者の方が対象です。

白バイと一緒に記念撮影

展示してある白バイに乗り、おまわりさんになりきろう!記念撮影もできます。

■お客さまのカメラ・スマートフォンでの撮影となります。

開催日時 7/20 [日] 10:30~15:00

協力 沼津警察署

元気度測定会

~楽しく健康チェック、はじめてみませんか~

7/24 [木] 時間 10:30~14:00
開催時間内にお越しください。参加無料

野菜摂取量の測定 健康ドリンク試飲 血圧測定 間違い探し

年齢とともに気になる「野菜の摂取量」や「体の状態」。手軽に野菜のとれている量をチェックしてみよう!その場で健康ドリンクの試飲もできます。

アンケート記入で お楽しみグッズプレゼント

踏み台昇降 体組成計測定

なるほど!納得! 楽しく備える終活始めの一步 ~納棺体験で長生きしちゃう?~

先着順 (要申し込み)

時間 10:30~12:00
参加費 1,500円 [3回分]

講師 レクリエーション介護士 介護予防指導士 中根 由理子

脳トレ&エクササイズで脳と身体をイキイキ元気にさせよう。作る、考える、動くのバラエティー豊かなメニューを毎月実施します。

実施メニュー

- 手先を使う ワークショップ
- 脳トレ
- エクササイズ

※実施メニューは変更となる場合がございます。
※動きやすい服装、水分補給用のお飲み物をお持ちください。

エネリア健康サークル

レッツ! 脳トレ&エクササイズ

7/16 [水]・8/6 [水]・9/8 [日]

時間 10:30~12:00 / 14:00~15:30
受講料 1,500円 [3回分]

講師 介護予防指導士 中根 由理子

脳トレ&エクササイズで脳と身体をイキイキ元気にさせよう。作る、考える、動くのバラエティー豊かなメニューを毎月実施します。

実施メニュー

- 手先を使う ワークショップ
- 脳トレ
- エクササイズ

※実施メニューは変更となる場合がございます。
※動きやすい服装、水分補給用のお飲み物をお持ちください。

いきいき健康講座

開催日 7月8日・9月の毎週木曜日(7/3を除く) (全12回)

第1部

でん伝体操

筋力アップの6つの体操を3ヵ月継続して行い、筋肉測定を行います。健康に興味がある方、体力低下が気になる方におススメです。

時間 10:30~12:00 (2部開催日は1時間)

第2部

健康豆知識

開催日 7/24 [木]・8/21 [木]・9/25 [木]に開催
時間 11:30~12:00
受講料 3,000円 (健康豆知識の3回分受講料)
講師 介護予防指導士 中根 由理子

健康ドリンクの【7月】熱中症【8月】夏バテ解消試飲付き【9月】認知症予防

パソコンを使った生涯学習教室

エネリア いそどりカレッジ

はじめてのパソコンコース

毎週木曜日推奨
1レッスン/50分
※曜日・時間は相談可
8,000円
4レッスン/1か月 ※入会費(5,000円)、教材費別途

特別講座 手書きは卒業 パソコンを使って回覧板を作ろう!

今さら人に聞けないパソコンの基礎を、回覧板を作りながら一緒に学びましょう。

7/28 [水]・9/29 [水] 町内会役員さん! 参加もおススメ!

時間 10:30~12:00
受講料 1,000円 [先着3名]
※パソコンはこちらでご用意します。

SHIZGAS

静岡ガス エネリアショールーム 柿田川

清水町玉川61-2サントムーン柿田川 シネマ棟1F

TEL 055-991-5010

営業時間 / 10:00~18:00

WebでCheck! Instagram

開催内容

清水町 総合運動公園

平田北側 2F北側 3F 2F南側

清水町 総合運動公園

平田北側 2F北側 3F 2F南側

清水町 総合運動公園

平田北側 2F北側 3F 2F南側

お申し込み方法

第一次締切日 7/20 [金]

キャンセルについて

■内容を各確認の上、Webエネリアまたはお電話・店頭にてお申し込みください。応募多数の講座は抽選になりますのでご了承ください。

■第一次締切日以降のお申し込みにつきましては、**定員に空きがある場合のみ先着順で受け付けいたします。**

7月講座締切日 6/20 [金]

8月講座締切日 7/20 [日]

9月講座締切日 8/20 [水]

■キャンセルされる場合は、開催日を含まず**7日前の18時までに**ご連絡ください。それ以降のキャンセルは、受講料を全額申し受けます。

※結果は当選・落選いずれの場合も開催日の前月の最終日までにハガキ(Webエネリアからの申し込みの場合はメール)でご連絡いたします。ハガキメールが届かなかった場合にはショールームまでご連絡ください。

※親子講座等、記載のある講座以外の対象年齢は16歳以上となります。

※お子さま等、お申し込みをされている方の入室にご遠慮ください。

※お申し込み者数か一定に満たない場合や、天候等の事情により開催を中止することがあります。

※食中毒防止のため、料理のお持ち帰りはご遠慮願います。

アルコールインクアートで オリジナル扇子を作ろう

抽選 (要申し込み)

時間 10:30~11:30 / 13:30~14:30
参加費 1,500円(1組1本)1本追加につき+1,500円
講師 tama beachco 小林 由子

話題のアルコールインクアートで、自分だけのオリジナル扇子を作ります。

※親子で参加やグループワークですが、大人だけの参加も可能です。お子さまのみの参加は不可です。
※4歳から参加いただけます。
※お申し込み時に作成したい扇子の本数をお伝えください。
※持ち帰るより、重宝でござります。

ネイルサークル

爪のお悩み解決! 基本のネイルケアレッスン

7/2 [水]・8/20 [水]・9/3 [水]

時間 10:30~12:00 受講料 3,500円 (全回分/材料費含む)
ゲスト講師 Y's nail 中島 由恵
講師 介護予防指導士 中根 由理子

健康的で美しい爪を保つための基礎知識と毎日の習慣に取り入れられるケア方法をわかりやすく学べる講座です。初めての方でも安心して参加いただけます。

7/2 (水) ...正しい爪の整え方
8/20 (水) ...手肌を整える基本のハンドケア
9/3 (水) ...楽しく学べるネイル体験教室

※持ち物:ハンドタオル・普段使っている爪切り・筆記用具

ガスも電気もおトクに! おうちの光熱費見直しませんか? でんき相談フェア

相談会 10:00~17:00

7/27 [日]・7/28 [日]・8/24 [日]
8/25 [日]・9/28 [日]・9/29 [日]

特典

SHIZGASでんき

お申し込みいただくと QUOカード 2,000円 プレゼント!

SHIZGASでんきは 基本料金から割引!

※受講料は全て税込表記です。※イラスト・写真はイメージです。

特別企画 kudo菓子工房のスイーツを堪能する 至福のアフタヌーンティー

Supported by 三井農林株式会社

7/18 [金]・7/19 [土] 11:00~13:00

受講料 5,000円

kudo菓子工房が贈る上品な本格フランス菓子とクッキングスタジオスタッフが作る軽食でランチを兼ねたアフタヌーンティーを開催します。「日東紅茶」の三井農林が運営するプレミアムティーショップnittoh.1909から、ティーインストラクターが今回のために厳選した、拘りの紅茶もお楽しみいただけます。

※お客さまの調理はありません。

Instagram @kudo_kashi nittoh.1909 @nittoh1909

おうちで叶えるビストロフレンチ by BISTRO MILLE

8/28 [木] 10:30~14:00

受講料 6,000円

講師 BISTROMILLE 山本 千春

オードブルや本格シャルキュッリにも定評のある三島田町の人気店、BISTROMILLEが初登場! 今回のレッスンでは鴨肉のローストをメインに、おうちビストロメニューをワンランクアップさせる彩り豊かなクラシックフレンチを作ります。

材料

- 鴨胸肉のロティ・マッシュポテト
- 人参グラッセ・紫キャベツのマリネ
- ガスバチョ
- パテ・ド・カンパニュ・自家製パン
- デザート・ノンアルコールスバークリング

Instagram @bistro.mille

大人のゆるレッスン 美活マッサー&食養生 ~カラダとココロを癒す新習慣~

7/19 [金]・9/20 [土] 11:00~13:00

受講料 4,000円

講師 健康リズムカウンセラー 中根 由理子
醸し出す和漢薬膳師 平野 葉月

睡眠の質を高める呼吸法やセルフマッサーで深い眠りをサポートします。発酵食品や旬の食材をふんだんに使い、薬膳の観点も取り入れた美活ランチプレートをご用意します。

睡眠リズムを整えて、カラダもココロも元気にしましょう。

※動きやすい服装でお越しください。
※お客さまによる調理はございません。
※ショールーム内フロアリングのお部屋で行います。

抽選のアイテムプレゼント

- 美活アドバイス 20分
- セルフマッサー 40分
- 休憩 10分
- ランチタイム 30分

Instagram @flavorlife.aroma

地域のお店を応援しています! お申し込み方法については裏面をご確認ください。

専門家に学ぶプレミアム講座

komebiyoriに教わる
からだにやさしい米粉パン

シフォンケーキ
(1切分)
のお土産付き♪

7/8 10:30~13:30
受講料 5,000円

講師 komebiyori 脇田 伸博

米粉と無添加にこだわった材料で
作る米粉パン。フランスパン生地
から2種のパンを作ります。

メニュー (持ち帰り)
パケット(2本)
チーズのフランスパン(1コ)
パケットBLTサンド

試食

※米粉パンは減塩米粉80%、小麦20%の配合です。
※シフォンケーキは米粉100%のグルテンフリーです。

(Instagram) @komebiyori_mishima

今日からはじめる
発酵生活特別編
～夏の北欧料理～

9/9 10:30~14:00
受講料 5,000円

講師 いはなこティ発酵料理教室主宰
ホールフード協会 顧問にすと
天野 理恵

夏にお届けする発酵生活
特別編! 富士山の湧水で
育った紅富士(プレミアム
ブランドニマス)を使って
北欧料理をご紹介します!

メニュー
紅富士のフィッシュケーキ・紅富士とピーツのスープ
オートミールパン・アイスチーズケーキ
試食 スモークサーモンのカルパッチョ

(Instagram) @r0113mo0223

はじめてでも安心 カジュアルレッスン

手作りパンのある
しあわせな食卓

9月 台湾風ミートパン (5コ)

8/29 8/30 9/26 9/27
10:30~13:30
受講料 3,000円

講師 クッキングスタジオスタッフ

手で生地をこね毎回違う風味や成形
を楽しめる講座です。身近な材料と
手軽な作り方で、おいしいパンを
をご紹介します。

8月 赤い果実の
チーズケーキパン(5コ)

管理栄養士監修メニュー
健康美食の秘訣
～輝く素肌レシピ～

7/27 7/28 10:30~13:30
受講料 4,000円

講師 管理栄養士 三輪 百合

肌のバリア機能を底上げしてくれる食事を日常に取り入れ、
からだの内側から素肌をケアしましょう!

メニュー
塩麹レモン鶏湯
ルッコラのサラダブルーベリードレッシング
デリ風ブロッコリーサラダ
ココロビカルアサイボウル

※クッキングスタジオ内では特定原材料8品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・くるみ・落花生)を使用した講座を開催しております。

2名～6名までのグループで作る講座

お1人さまずつ作る講座

料理お持ち帰り付き

お土産付き

※受講料は全て税込表記です。

※写真・画像はイメージです。

焼き菓子 かなぐつ屋がお届けする
特別なサマーシュートーレン

8/26 13:00~16:00
受講料 5,000円

講師 かなぐつ屋 長田 嘉美

夏スイーツの新定番!冷やしても
美味しい「サマーシュートーレン」を
作りましょ♪南国気分を楽しめる
トロピカルなドライフルーツと洋酒を使い
爽やかに仕上げます。

メニュー サマーシュートーレン(1本)

(Instagram) @kanagutuya

スパイスセブン
～今日から作れる絶品カレー～

9/24 11:00~14:30
受講料 5,000円

講師 スパイスセブン 日下部 勝利

初心者でも安心!
2種のスパイスカレーを人気店
の店主が丁寧に紹介します。

メニュー
基本のチキンカレー
ドライキーマ
人参のラベ
ズッキーニとコーンのサブジ
なすのアチャール

(Instagram) @spice_seven

初心者でも安心!
簡単金継ぎと
シーグラスのアクセサリ

9/30 10:30~13:00
受講料 4,000円

講師 tama beachco 小林 由子
栄養士・時短家事コーディネーター
大川 直美

陶器のかけらやシーグラスが、あなた
だけの素敵なアクセサリに生まれ変
わります。伝統的な金継ぎの技法を現代風にアレンジし、樹脂を使った
手軽な方法を体験いただきます。また、時短家事情報として、カンタン
ボタージュ作りのデモをご紹介します。ご試食いただけます。

※ピス・スライディング・ブローチの中から作りたいものをお選びください。
お申し込み時ご希望のアイテムをお伝えください。

(Instagram) @tama_beachco

施設レンタルのご案内

エネリアショールームの一部をレンタルして、
特別なひとときを過ごしませんか?
子ども会の行事やワークショップ、趣味の
集まりにおススメです。
個人の方でもご利用いただけます。
お気軽にお問い合わせください。

詳しくはコチラ▼

2名～6名までのグループで作る講座

お1人さまずつ作る講座

料理お持ち帰り付き

お土産付き

※受講料は全て税込表記です。

※写真・画像はイメージです。

親子講座・食育キッズクッキング

オリジナルビルド

8/6 10:30~12:00
受講料 無料(要申し込み)

講師 株式会社タミヤ

お子さまと「そうぞう力」を鍛えましょう。作りたいものを決め、タミヤのプラモデルパーツを
自由に組み合わせて自分だけの作品を作ります。また、ミニ四駆の走行コースも登場!
ミニ四駆を走らせてみよう。

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

みんな大好き
親子で作る焼きたてパン

7/26 9/23 10:30~13:00
受講料 3,000円(1組2名)1名追加につき+1,500円

講師 クッキングスタジオスタッフ

もうすぐ敬老の日。大切な人に手作りの「ありがとう」を
プレゼントしませんか?カラフルなおはぎに、顔をつけたり
パン」を親子で楽しく作ろう!

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

メニュー
くまのちぎりパン・ハムチーズちぎりパン
(お1人さま各1本)
カレー風味のミネストローネ

親子で楽しく デコおはぎ

9/14 9/15 10:30~13:00
受講料 3,000円(1組2名)1名追加につき+1,500円

講師 クッキングスタジオスタッフ

もうすぐ敬老の日。大切な人に手作りの「ありがとう」を
プレゼントしませんか?カラフルなおはぎに、顔をつけたり
パン」を親子で楽しく作ろう!

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

メニュー
くまのちぎりパン・ハムチーズちぎりパン
(お1人さま各1本)
カレー風味のミネストローネ

世界に一つの手形クッキー

7/9 10:30~12:00
14:00~15:30
受講料 1,000円(1組2名)1名追加につき+500円

講師 クッキー生地にお子さまの手形を押して、世界に一つ
のオリジナルクッキーを作ります。クッキー作り
の記念に写真入りカードも作ります。

※0歳～未就学のお子さまと保護者の方が対象です。
※作業を楽しんでいたために、1歳以下のお子さまの場合は、抱っこひもやベビーカー
をお持ちいただくことをおススメします。
※卵・乳・小麦を使用します。

メニュー
手形クッキー

2歳からはじめよう
こどもクッキング

8/23 10:30~12:00
14:00~15:30
受講料 2,000円(1組2名)1名追加につき+1,000円

講師 五感を使ってはじめてのお料理にチャレンジ!食への
興味を育てる講座です。卵を割って、材料を混ぜて…
カップケーキを生地から作ります。クッキーを使ってか
わいいデコレーションも楽しましょ♪

※2歳～未就学のお子さまと保護者の方が対象です。
※卵・乳・小麦を使用します。

メニュー
うさぎさんのにんじんケーキ
おはなのジャムサンドクッキー

おうちで縁日!

8/8 8/9 8/10 10:30~13:30
受講料 4,000円(1組2名)1名追加につき+2,000円

講師 クッキングスタジオスタッフ

緑日の人気メニューにチャレンジし
よう!みんなで仲良く作って、食べて、
夏のお祭り気分を楽しもう!

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

メニュー
チーズハットグ・たません・チョコバナナ・ラムネ ほか

パパのはじめての料理と
ママ&ベビーごきげんヨガ体験

8/31 9/13 10:30~12:00
受講料 3,000円(1組3～4名/ご夫婦+お子さま2名まで)

講師 栄養士/時短家事コーディネーター 大川 直美
ベビーヨガ&ママヨガインストラクター 高橋 愛理

パパは、簡単メニューのランチ作りに挑戦!料理初心者で
も失敗なしのお手軽料理です。パパの調理時間中に、マ
マと赤ちゃんはベビーヨガを体験いただけます。ベビーヨ
ガは発育を促し、ママのリラクゼーションにも効果的です。家族
みんなが楽しめ、絆が深まる内容です。

※調理料は2名分です。

メニュー
そばろとアボカドのサラダ丼
マママレードヨーグルトマフィン
冷製ポテージュ

子育てママ&パパにおススメ
手軽に作る満足ランチ♪

9/28 11:00~12:30
受講料 1,500円(大人1名・未就学児のお子さま1名同伴無料)

講師 お子さまの同伴OK♪一緒にクッキングも楽しめます。
幼児食作りをラクにするヒントもご紹介。
ランチタイムをゆつたりと過ごしましょ♪

※作業を楽しんでいたために、1歳以下のお子さまの場合は、抱っこひもやベビーカー
をお持ちいただくことをおススメします。
※調理メニューは大人向けの料理となります。お子さま用にアレンジのご用意がございます。
※卵・乳・小麦を使用します。

メニュー
鶏飯風プレートランチ(ドリンク・デザート付き)

マスコットキャラクターと
撮影会

9/28 11:30~13:30
受講料 無料(要申し込み)

講師 静岡県危機管理部 危機情報課

VRゴーグルを装着して、
臨場感のある水害体験が
できます!

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

水害体験VR

時間 10:30~15:00
講師 静岡県危機管理部 危機情報課

VRゴーグルを装着して、
臨場感のある水害体験が
できます!

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

ドライフラワーで作る
敬老の日のプレゼント

9/6 10:30~11:30
13:30~14:40
受講料 2,000円(1組1つ)1つ追加につき+2,000円

講師 dryflower to U 松井 郁子

おじいちゃん、おばあちゃんにドライフラワーでプレゼントを
作るうりぽんの形のかわいらしいベースにドライフラワーを
飾ります。メッセージカード付き♪

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。
※3組3名まで。保護者の方1名につき、お子さま2名までとさせていただきます。
※お申し込み時に作成個数をお伝えください。
※花材が変更となる可能性があります。

(Instagram) @dryflower_to_u

フリフリ抹茶ラテを
作ろう!

7/25 7/26 10:30~12:00
受講料 200円(1組2名)1名追加につき+100円

講師 カフェ店員に变身!静岡県産の抹茶を使って、
フリフリ抹茶ラテを作ろう!

※3歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。
※開催時間内にお子さまとお越しください。

世界でいちばんかわいい
ハイハイレース

7/29 8/26 9/26 10:30~11:00
11:30~12:00

講師 ハイハイレースに参加して今だけが残せない
思い出をつくらうおじいちゃん、おばあちゃんも
応援に来てね!参加賞の賞状付きです♪

★ハイハイができる未歩行のお子さまとそのご家族が対象です。★ハイハイを促すおもちゃの持ち込みOK!

★手形アートでメッセージカード・手形アートであそぼう・かわいい撮影会は申し込み不要です。開催時間内にお子さまとお越しください。

防災食
バッククッキング

時間 10:30~12:30 参加費 3,000円(1組2～3名)

講師 栄養士・防災備蓄収納1級プランナー 大川 直美

缶詰や備蓄食材を使って、洗い物を出さずに、ポリ袋で簡単
に作る調理をみんなで学ぼう。防災食のお土産付き♪

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

メニュー
ポリ袋炒飯・サバ缶カレー・お惣菜むしパン

手形アートで敬老の
メッセージカードを
送ろう

9/5 10:30~12:00
参加費 100円(1枚)

講師 ポストカードに手形や足形をスタンプ
して、おじいちゃんおばあちゃんに郵便
で送ります。

申し込み不要

季節の行事を楽しもう!
かわいい撮影会

7/11 9/12 10:30~12:00

講師 ママがカメラマンになってお子さまを撮影します。
アニバーサリーフォトグッズをご用意。とびきりの
1枚を残そう。

撮影のテーマ
★7月▶夏休み
★8月▶夏休み
★9月▶お月見

申し込み不要

アニバーサリー
フォトグッズも
ご用意!

まなBO-SAI

9月3日は防災月間! 親子で防災について考えよう!

9/7 10:30~15:00

AED体験

時間 10:30~15:00
協力 日本赤十字社 静岡県支部

赤十字の救護服を着て、いのちを守るた
めにAEDの使い方や胸骨圧迫を学ぼう。

防災食バッククッキング

時間 10:30~12:30 参加費 3,000円(1組2～3名)

講師 栄養士・防災備蓄収納1級プランナー 大川 直美

缶詰や備蓄食材を使って、洗い物を出さずに、ポリ袋で簡単
に作る調理をみんなで学ぼう。防災食のお土産付き♪

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

メニュー
ポリ袋炒飯・サバ缶カレー・お惣菜むしパン

自衛官ワークショップ

時間 10:30~12:00
13:00~15:00
協力 自衛隊静岡地方協力本部
沼津地域事務所

自衛官の迷彩服を着て、救護時の自衛官
リュックの中身を教えてもらおう!
記念パッチも作れます♪

水害体験VR

時間 10:30~15:00
講師 静岡県危機管理部 危機情報課

VRゴーグルを装着して、
臨場感のある水害体験が
できます!

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

防災トイレ・防災工作

時間 10:30~11:30/13:00~14:00
講師 中根 由理子

携帯トイレの使い方と、ゴミ袋で
ポンチの作り方を紹介。
「イザ」という時に役立つ防災力を
楽しく身につけよう。

※4歳から小学生のお子さまとその保護者の方が対象です。

ガス安全・安心

時間 10:30~15:00

講師 ガス管に触れながら、静岡ガスの
災害対策を学びます。

静岡ガス
導管保安・普及推進部
東部センター

マスコットキャラクターと
撮影会

時間 11:30~13:30
受講料 無料(要申し込み)

講師 静岡県危機管理部 危機情報課

VRゴーグルを装着して、
臨場感のある水害体験が
できます!

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

防災食バッククッキング

時間 10:30~12:30 参加費 3,000円(1組2～3名)

講師 栄養士・防災備蓄収納1級プランナー 大川 直美

缶詰や備蓄食材を使って、洗い物を出さずに、ポリ袋で簡単
に作る調理をみんなで学ぼう。防災食のお土産付き♪

※4歳以上のお子さまと保護者の方が対象です。

メニュー
ポリ袋炒飯・サバ缶カレー・お惣菜むしパン

ENEファームってなに?

時間 10:30~12:00
13:00~15:00

講師 静岡ガス 導管保安・普及推進部 東部センター

でんきもお湯も自分の家で、もしもの備えに
発電する給湯器「エネファーム」をご紹介します。
エネア東部株式会社

★防災食・防災トイレ以外は申し込み不要です。開催時間内にお越しください。