

伊那市女性団体連絡協議会

パッククッキングに挑戦

伊那市女性団体連絡協議会の事業として、災害時にも役立つパッククッキングの調理実習を行います。

1 日時

令和7年2月21日(金)午前10時から12時頃

2 会場

伊那市防災コミュニティセンター 調理室

3 内容

・災害時にも役立つ「パッククッキング」の調理方法を知るために、講習を受けた女団連会員が会員向けに実習を行います。

参加者:女団連役員ほか 10名程度

メニュー:ごはん、オムレツ、蒸しパン

※パッククッキングとは

食材をポリ袋に入れて湯煎して調理する方法です。

ポリ袋に入っているのので、鍋が汚れず、袋の中で混ぜるだけで簡単に1つの鍋で同時に調理(例えば、ご飯とスープとおかず)できます。

最小限の水で調理するため、災害時にも使える調理方法です。

4 添付資料 有 無

[本件に関するお問い合わせ先](#)