

# 「おたがいさま広場」のご案内

簡単!

おいしい!

ヘルシー!



作って 食べよう!!

## スプラウト レシピ



「ヘルシーベジロール」



「混ぜご飯」



🌱 スプラウトのミニ学習会

講師：サラダコスモ・曾根さん

可茂地区

7月3日(火)

下恵土地区センター  
(旧・下恵土公民館)

多治見・土岐・瑞浪地区

7月17日(火)

笠原・梅平団地集会場

恵那・中津川地区

7月20日(金)

恵那・中公民館

いずれの会場も 10:00 ~ 12:00

参加費 ¥300

持ち物・・・エプロン、三角布、食器用ふきん

参加ご希望の方は、お電話にてお申し込みください  
(参加される会場もお伝えください)



×切り・・・  
開催日の  
1週間前

「おたがいさま広場」は、応援者さんの交流の場ですが、  
「おたがいさま東部」に関心のある方も参加できますので  
誘い合わせて、お気軽にご参加ください

🌱 お問い合わせ・お申し込み：おたがいさま東部

080-5812-5208 (月-金、10-16時)