

つくる・あじわう・かんがえる

からだと社会に 優しいごはん

多摩市の野菜を
発酵調味料で
おいしく食べる



あまりがちな食材や、地場野菜を活かした料理体験会を開催します！

身近な食材の価値を見つめ直すことが健康や家計のために、

さらに回りまわって社会課題の解決につながるかも？

あらためて、自然派くらぶ、多摩市とともに

「おいしく社会にできること」をいっしょに考えましょう！

※この料理会は、専門の講師を招くものではありません。組合員や多摩市民による「体験・交流型」の料理会です。自然派くらぶ以外の食材(多摩市の野菜など)を使用することがあります。

質問したり参加者さんで教え合ったりして、みんなで楽しく料理をしましょう！



実施概要

日 時：2月1日(日) 10～12時

会 場：ベルブ永山(永山公民館) 調理室
京王・小田急 永山駅から徒歩3分

持ち物：エプロン、三角巾、布巾
台拭き、手拭きタオル、飲み物

参加費：1人 500円(税込・当日支払)

進 行：自然派くらぶ、多摩市職員

締め切り：1月16日(金)

募集定員：10名(当日は多摩市から別途10名が参加予定)

申込方法：下記の申し込み書、または右のQRにてお申込みください

当日のメニュー

野菜のうまみを堪能しませんか？



野菜スープ(発酵しょうが、たまねぎ麹入り)、パン

申込は
こちら！



キリトリ

2月1日(日) からだと社会に優しいごはん(料理体験会) 申込書

お名前 _____

組合員コード _____

当日の連絡先 _____

参加人数 大人 _____ 名 子供 _____ 名