Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb

手軽においしく楽しみましょう

『キッチンガーデナーズの集い』へのお誘い

＊†＊　ハーブを楽しむ　＊†＊

お料理をするのが楽しいあなた
お料理をするのが楽しくないあなた
　食事をするのが楽しいあなた
　食事をするのが楽しくないあなた
食事療法中だから…と、あきらめているあなた、ご一緒に楽しみませんか？

都心四谷の食事療法サポートセンターのベランダに小さな小さなキッチンガーデンを作りました。
キッチンガーデンのハーブを使って、ご一緒にお料理を楽しみましょう！
どなたでもご参加下さい！

内容　　ハーブを使ったお手軽料理（実習と試食）
　　メニュー：　パスタ、サラダ、デザート、ハーブティなど
　　ハーブの育て方
　　ハーブの楽しみ方　　など
開催日　　平成 19 年 5 月 29 日（火曜日）
時間　　11:00~14:00
会場　　食事療法サポートセンター
参加費　　３００円（当日お支払い下さい。）
持ち物　　エプロン
お申し込み　特定非営利法人　食事療法サポートセンターまでお申し込み下さい。
　　Tel.03-3358-0827　Fax.03-3358-4177

キッチンガーデンとは、

庭の一角やプランターで、野菜やハーブなど料理に使える植物を自由に育てるのがキッチンガーデン

1 鉢育てて料理に利用でも、立派なキッチンガーデンのガーデナー（園芸家）！

担当スタッフは、特定非営利法人日本ハーブ振興協会プロフェッショナル・アドバイザー・オブ・ハーブ
社団法人日本家庭園芸普及協会グリーンアドバイザーのキッチンガーデナーです。
食生活アドバイザー、管理栄養士でもあります。

Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb Herb