

# みそ玉を 作ろう

寄り処

## やまとの森

- ・みそ汁は、健康的な食べ物
- ・「みそ玉」は、経済的でお手軽。  
熱湯を注げば、すぐ食べられます。
- ・あなたのお好みは、どんな具材の  
組み合わせ？



左上から、みそ・  
鰹節粉、茹で野菜  
刻みネギ

他に、とろろ昆布、  
チーズ、ゴマ、  
麩、桜エビなど



日時 1月15日(水)  
午前10:00~11:30

場所 あすパーク(成徳小東側大和公園内)  
予約は、下の電話番号まで

参加費 300円

定員 15名(先着予約順)

プログラム:味噌汁と健康のつながり

お気に入りの具材で味噌玉作り

味噌汁の試飲

持物 箸・お椀・スプーン

※味噌、具材などは用意しますが  
おすすめの具材があれば、ぜひ  
お持ちください。



- ・体調がすぐれない場合、ご参加はご遠慮ください
- ・終了後に、持ち寄りランチ会もしています。(自由参加)
- ・ワイワイとにぎやかに食事をしてみたい方は、  
ご自分の食事を持って、お気軽にご参加ください。

主催 : やまとの森 後援 : 地域共生拠点 あすパーク

お申し込み・お問い合わせ先 090-1717-2809 (末岡)



