

お申し込みはこちらから  
↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓



# 恋する 畑コン

腸活アドバイザー推奨！！

## 全て野菜のRAWFOOD担々麺作り

【日程】2023年7月30日(日曜日)

【時間】10:30~13:30(受付10:15~)

【場所】たかやま未来センターさとのわラウンジ

群馬県吾妻郡高山村中山2357道の駅「中山盆地」内

【参加費】男性7,000円 女性5,000円(友人同士のご参加500円引)

【募集内容】群馬県在住の35~50才男性女性共に6名ずつ

**有機肥料で育てた瑞々しい採れたての**

**野菜を使ってみんなで楽しく担々麺を作ります。**

**お楽しみデザートと、野菜の土産をご用意しております。**

**農業関係者の方、農家さんと繋がりたい方。**

**野菜好き、料理好き、ダイエットしたい方もぜひご参加ください。**



**以下のものをご準備お願いします**

- ・お気に入りのエプロン（ビニールエプロン用意有）
- ・靴と服（畑は汚れる可能性大です。）

### **当日の流れ**

**10:15～**

**受付プロフィール作成(チェキにてプロフ写真撮影)**

**10:30～**

**あいさつ・自己紹介・農業体験**

**11:00～**

**担々麺作り**

**12:00～**

**担々麺をいただきながら雑談**

**13:00～**

**早瀬先生が作る絶品デザート**

**13:30**

**野菜のお土産渡し**

**解散**

### **講師のご紹介**

飲食店25年・フラワーアレンジメント講師15年・お菓子教室主宰6年を経て  
現在は、RAWFOODクリエイター、腸活アドバイザーとしてご活躍の「早瀬はる美先生」

先生ご自身も1年で5キロの自然ダイエットに成功した体験から、  
腸内環境の大切さについて、色々なお話をお聞きすることができる、  
大変貴重な機会です。腸活も恋活も自信をもって、おすすめします。

お問合せ先 高山村おもてなし会(町おこし協力隊 高橋)

Mail : takayama.omotenashi@gmail.com