



## 『Omoi 膳 & お稽古（自宅教室）』

『Omoi 膳（ランチ）』の目的は、ご飯を共にし参加したみんなが繋がり合うこと。  
体に優しい、お野菜中心の精進料理に近いごはんです。主食は長岡式酵素玄米とお味噌汁です。お食事後はしっかり書道のお稽古をしましょう。

昔ながらの日本の食卓を目指します。みんなで『いただきます！』の声をかけてご飯をいただきますよう。

### ◇日時

ランチ 12:00~12:50、お稽古 13:00~14:30 途中お茶タイム有（要予約） OPEN/11:30

◇場所 書道教室 Omoi 駐車場は約5台で詰め込み式になります

◇募集 名程度 ※人数に達していなければお稽古のみ 2000円（お茶付き）も受け付けます

◇料金 お一人様 3500円

### 【申し込み・お問い合わせ】

歩く書道教室 Omoi（出張書道教室）

書道師範 赤澤佳心（けいしん）

FAX 0545-22-1560

✉ keisin@aruku-omoi.com

HP <http://aruku-omoi.com>

