

●料理 -1

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p>男子厨房に入ろう! 男の料理教室 「男性限定レッスン」</p> <p>(3ヵ月)10-1-190670 (6ヵ月)10-1-190802</p>	<p>RECIPE LAB piattopiatto料理講師 料理研究家 石井 利佳子</p>	<p>今や男子厨房に入るべし!!の時代です。自慢のマイレシビを増やしてみませんか?周囲が驚くこと、間違いないです!各地で実績のある講師と共に楽しく学んでいきましょう。(毎回料理に合ったお酒付)</p> <table border="1"> <tr> <td>4/ 5(木)</td> <td>男が作る!がっつりごはん ～がっつりどんぶり他2品～</td> </tr> <tr> <td>5/ 3(木)</td> <td>男が作る!ビアつまみ ～初夏のイチオシおつまみ三昧～</td> </tr> <tr> <td>6/ 7(木)</td> <td>男が作る!モーニングプレート ～究極のたまごサンド他2品～</td> </tr> <tr> <td>7/ 5(木)</td> <td>男が作る!手打ちうどん ～かきあげ付きだしも手作り!～</td> </tr> <tr> <td>8/ 2(木)</td> <td>男が作る!エスニック ～スパイスもりもりキーマカレー他2品～</td> </tr> <tr> <td>9/ 6(木)</td> <td>男が作る!秋ごはん ～秋の味覚で炊き込みごはん他2品～</td> </tr> </table> <p>〈協力〉 Swiss Diamond/Cuisinart/M&amp;F/Kinos corp SAKURA SALT/WINE HOUSE CENTRY 青木刃物製作所/和田萬/ヤマロク醤油</p>	4/ 5(木)	男が作る!がっつりごはん ～がっつりどんぶり他2品～	5/ 3(木)	男が作る!ビアつまみ ～初夏のイチオシおつまみ三昧～	6/ 7(木)	男が作る!モーニングプレート ～究極のたまごサンド他2品～	7/ 5(木)	男が作る!手打ちうどん ～かきあげ付きだしも手作り!～	8/ 2(木)	男が作る!エスニック ～スパイスもりもりキーマカレー他2品～	9/ 6(木)	男が作る!秋ごはん ～秋の味覚で炊き込みごはん他2品～	<p>第1(木) 11:30～14:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 11,655円 月1回 6ヵ月 22,050円 ※1回単位の受講もできます。 1回 4,200円 ※材料費込み</p>
4/ 5(木)	男が作る!がっつりごはん ～がっつりどんぶり他2品～															
5/ 3(木)	男が作る!ビアつまみ ～初夏のイチオシおつまみ三昧～															
6/ 7(木)	男が作る!モーニングプレート ～究極のたまごサンド他2品～															
7/ 5(木)	男が作る!手打ちうどん ～かきあげ付きだしも手作り!～															
8/ 2(木)	男が作る!エスニック ～スパイスもりもりキーマカレー他2品～															
9/ 6(木)	男が作る!秋ごはん ～秋の味覚で炊き込みごはん他2品～															
<p>地中海式 オリーブオイル クッキング</p> <p>(3ヵ月)10-1-190672 (6ヵ月)10-1-190804</p>	<p>RECIPE LAB piattopiatto代表 料理講師・ オリーブオイルコメンター 杉本 敏</p>	<p>注目のオリーブオイル。毎日の食事に取り入れて、ヘルシー&amp;ビューティフルな体をめざしましょう。新鮮な魚介と野菜類を中心としたメニューを学びます。テレビやラジオのレシピコーナー出演で人気の料理講師に学びます。</p> <table border="1"> <tr> <td>4/12(木)</td> <td>イタリアのオリーブオイルで作る シチリアの料理3品(ワイン付)</td> </tr> <tr> <td>5/10(木)</td> <td>フランスのオリーブオイルで作る ニースの料理3品(ワイン付)</td> </tr> <tr> <td>6/14(木)</td> <td>スペインのオリーブオイルで作る バレンシアの料理3品(ワイン付)</td> </tr> <tr> <td>7/12(木)</td> <td>ギリシャのオリーブオイルで作る クレタ島の料理3品(ワイン付)</td> </tr> <tr> <td>8/ 9(木)</td> <td>オリーブオイルのアレンジドレッシング 万能ソースの作り方(3種)(ワイン付)</td> </tr> <tr> <td>9/13(木)</td> <td>地中海式オリーブオイルダイエットレシピ リクエスト料理3品(ワイン付)</td> </tr> </table> <p>〈協力〉 Swiss Diamond/Cuisinart/EATALY VESTRI cioccolato/M&amp;F/SAKURA SALT WINE HOUSE CENTRY/Kinos corp/青木刃物製作所 和田萬/ヤマロク醤油/トキハソース/中野産業</p>	4/12(木)	イタリアのオリーブオイルで作る シチリアの料理3品(ワイン付)	5/10(木)	フランスのオリーブオイルで作る ニースの料理3品(ワイン付)	6/14(木)	スペインのオリーブオイルで作る バレンシアの料理3品(ワイン付)	7/12(木)	ギリシャのオリーブオイルで作る クレタ島の料理3品(ワイン付)	8/ 9(木)	オリーブオイルのアレンジドレッシング 万能ソースの作り方(3種)(ワイン付)	9/13(木)	地中海式オリーブオイルダイエットレシピ リクエスト料理3品(ワイン付)	<p>第2(木) 11:30～14:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 13,860円 月1回 6ヵ月 25,200円 ※1回単位の受講もできます。 1回 4,725円 ※材料費込み</p>
4/12(木)	イタリアのオリーブオイルで作る シチリアの料理3品(ワイン付)															
5/10(木)	フランスのオリーブオイルで作る ニースの料理3品(ワイン付)															
6/14(木)	スペインのオリーブオイルで作る バレンシアの料理3品(ワイン付)															
7/12(木)	ギリシャのオリーブオイルで作る クレタ島の料理3品(ワイン付)															
8/ 9(木)	オリーブオイルのアレンジドレッシング 万能ソースの作り方(3種)(ワイン付)															
9/13(木)	地中海式オリーブオイルダイエットレシピ リクエスト料理3品(ワイン付)															
<p>新設</p> <p>アスリートフード スタイリストに学ぶ ヘルシー&amp; ビューティー クッキング</p> <p>(3ヵ月)10-1-195284 (6ヵ月)10-1-195285</p>	<p>RECIPE LAB piattopiatto料理講師 アスリートフードスタイリスト 遠藤 令子</p>	<p>アスリートの食事法から学ぶ、季節に依じての、冷え対策、代謝の上げ方、減塩につながる調味料の使い方、錆びない体作りレシピ。今から出来る体型チェンジセミナーです。</p> <table border="1"> <tr> <td>7/26(木)</td> <td>夏だからこそ脂肪を燃やす! 意外と冷える夏の対策料理☆</td> </tr> <tr> <td>8/23(木)</td> <td>ビールが美味しい季節! ヘルシー&amp;ビューティーなおつまみ。 身体に残さないお酒との相性☆</td> </tr> <tr> <td>9/27(木)</td> <td>冷蔵庫の余りモノでアスリートフード! 事前アンケートで、よく余るものを使いきる 代謝アップ料理☆</td> </tr> <tr> <td>10/25(木)</td> <td>冬に備える暖め料理! ワンプラスで身体を芯から暖め、脂肪を飛ばす☆</td> </tr> <tr> <td>11/22(木)</td> <td>冷えと塩分は大敵! 塩分カットと塩分流し☆</td> </tr> <tr> <td>12/27(木)</td> <td>アスリートフード的パーティー料理! 付け合せ、食べ合わせを変えれば、 代謝は上がる☆</td> </tr> </table>	7/26(木)	夏だからこそ脂肪を燃やす! 意外と冷える夏の対策料理☆	8/23(木)	ビールが美味しい季節! ヘルシー&ビューティーなおつまみ。 身体に残さないお酒との相性☆	9/27(木)	冷蔵庫の余りモノでアスリートフード! 事前アンケートで、よく余るものを使いきる 代謝アップ料理☆	10/25(木)	冬に備える暖め料理! ワンプラスで身体を芯から暖め、脂肪を飛ばす☆	11/22(木)	冷えと塩分は大敵! 塩分カットと塩分流し☆	12/27(木)	アスリートフード的パーティー料理! 付け合せ、食べ合わせを変えれば、 代謝は上がる☆	<p>第4(木) 11:30～14:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 11,655円 月1回 6ヵ月 22,050円 ※1回単位の受講もできます。 1回 4,200円 ※材料費込み</p>
7/26(木)	夏だからこそ脂肪を燃やす! 意外と冷える夏の対策料理☆															
8/23(木)	ビールが美味しい季節! ヘルシー&ビューティーなおつまみ。 身体に残さないお酒との相性☆															
9/27(木)	冷蔵庫の余りモノでアスリートフード! 事前アンケートで、よく余るものを使いきる 代謝アップ料理☆															
10/25(木)	冬に備える暖め料理! ワンプラスで身体を芯から暖め、脂肪を飛ばす☆															
11/22(木)	冷えと塩分は大敵! 塩分カットと塩分流し☆															
12/27(木)	アスリートフード的パーティー料理! 付け合せ、食べ合わせを変えれば、 代謝は上がる☆															

新設 …7月から新設の講座です。

※受講料のほかに材料費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費+教材費込み」の表示のある講座を除きます。)

※カリキュラムは変更する場合がございます。



●料理-3

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p>韓流ドラマと 韓国料理</p>	<p>韓国食文化研究家 コーディネーター <b>李明子</b> 韓国料理研究家 <b>董賢淑</b></p>	<p>ハラハラドキドキ、ときめきのあの韓流ドラマ!感動の韓ドラが伝える韓国の歴史・風土・四季折々の人間模様、登場する数々の韓国料理。その韓国伝統料理や季節の料理、家庭料理や地方の料理に挑戦しドラマの世界とスターを感じてみましょう。</p> <table border="1"> <tr> <td>4/14(土)</td> <td>「トキメキ成均館スキャンダル」と韓国家庭料理 ・ビンデット(緑豆お好み焼き)・かぼちゃ粥 ・茄子ナムル</td> </tr> <tr> <td>5/12(土)</td> <td>「大物」と春の新物料理 ・新キャベツ餃子・生わかめナムル ・新玉葱キムチ</td> </tr> <tr> <td>6/ 9(土)</td> <td>「鉄の王キム・スロ」と初夏の健康料理 ・牛肉と足長蛸ジョンゴル・トラジナムル ・キュウリ膳</td> </tr> <tr> <td>7/14(土)</td> <td>「私にうそをついてみて」と夏のピリ辛料理 ・キムチポックンパブ ・カルチジョリム(太刀魚の煮つけ) ・ナバックキムチ(水キムチ)</td> </tr> <tr> <td>8/11(土)</td> <td>「名家」と真夏の冷涼料理 ・チェンバンクス(盛り合わせ冷麺) ・トリムッ(どんぐり羹)・蓮根煮</td> </tr> <tr> <td>9/ 8(土)</td> <td>「製パン王キム・タック」と秋夕の名節餅と花菜 ・ソンピョン(松餅)・五味子の梨花菜(ファチェ) ・ホトック</td> </tr> </table> <p>■体験レッスン 受講料=5,355円※材料費込み</p>	4/14(土)	「トキメキ成均館スキャンダル」と韓国家庭料理 ・ビンデット(緑豆お好み焼き)・かぼちゃ粥 ・茄子ナムル	5/12(土)	「大物」と春の新物料理 ・新キャベツ餃子・生わかめナムル ・新玉葱キムチ	6/ 9(土)	「鉄の王キム・スロ」と初夏の健康料理 ・牛肉と足長蛸ジョンゴル・トラジナムル ・キュウリ膳	7/14(土)	「私にうそをついてみて」と夏のピリ辛料理 ・キムチポックンパブ ・カルチジョリム(太刀魚の煮つけ) ・ナバックキムチ(水キムチ)	8/11(土)	「名家」と真夏の冷涼料理 ・チェンバンクス(盛り合わせ冷麺) ・トリムッ(どんぐり羹)・蓮根煮	9/ 8(土)	「製パン王キム・タック」と秋夕の名節餅と花菜 ・ソンピョン(松餅)・五味子の梨花菜(ファチェ) ・ホトック	<p>第2(土) 11:00~13:30 ※食材の都合によりメニューを変更することもあります。</p>	<p>月1回 3ヵ月 15,750円 ※材料費込み ※振替不可</p>
4/14(土)	「トキメキ成均館スキャンダル」と韓国家庭料理 ・ビンデット(緑豆お好み焼き)・かぼちゃ粥 ・茄子ナムル															
5/12(土)	「大物」と春の新物料理 ・新キャベツ餃子・生わかめナムル ・新玉葱キムチ															
6/ 9(土)	「鉄の王キム・スロ」と初夏の健康料理 ・牛肉と足長蛸ジョンゴル・トラジナムル ・キュウリ膳															
7/14(土)	「私にうそをついてみて」と夏のピリ辛料理 ・キムチポックンパブ ・カルチジョリム(太刀魚の煮つけ) ・ナバックキムチ(水キムチ)															
8/11(土)	「名家」と真夏の冷涼料理 ・チェンバンクス(盛り合わせ冷麺) ・トリムッ(どんぐり羹)・蓮根煮															
9/ 8(土)	「製パン王キム・タック」と秋夕の名節餅と花菜 ・ソンピョン(松餅)・五味子の梨花菜(ファチェ) ・ホトック															
<p>自然を食べる 「ナチュラル クッキング」 たのしく、おいしく、 美しく</p>	<p>ナチュラルスト ライフコーディネーター 「無風舎」主宰 <b>植島 昌行</b> ナチュラルセラピスト <b>植島 和泉</b></p>	<p>ナチュラルクッキングは昔ながらの日本の食事。しっかりとした土台を作るための知恵がいっぱい詰まっています。自然農有機食材を季節に合わせて調理し、健康な心と身体を作り、家族みんな素敵な笑顔になりましょう。</p> <table border="1"> <tr> <td>4/23(月)</td> <td>・春菜ごはん・ふぎと高野の信田煮 ・厚揚げとスナップえんどうのねぎ味噌炒め ・春野菜のミネストローネそば粉のニョッキ ・新わかめとまびき菜のサラダ風 ・いちごのミルフィーユ  春の訪れとともに春を感じるちょっとしたおもてなし 野草の働き方と食べ方</td> </tr> <tr> <td>5/7(月)</td> <td>・押し寿司・2色白玉とふのりのお吸い物 ・雑穀ハンバーグとサラダ ・グリーンピースと高野豆腐のあられ煮 ・かしわ餅・ごま塩  端午の節句のパーティーにすべてまるごといただく</td> </tr> <tr> <td>6/4(月)</td> <td>・はと麦入り玄米菜膳がゆ・豆腐ぎょうざ ・車ふの甘酢あんかけ・マクロ風担々麺 ・杏仁豆腐・小豆昆布  “先取り”あっさり中華で元気な夏を 水分代謝をよくする食べもの</td> </tr> <tr> <td>7/2(月)</td> <td>・大豆から作る豆腐・いり玉風のりごはん ・豆のサフランスープ・フィッシュカツもどき ・いんげんサラダ・きびとかぼちゃの水菓子  食がすすむ夏のメニュー 食べ物に+、-がある</td> </tr> <tr> <td>8/6(月)</td> <td>・玄米と野菜のガトーサラダ仕立て ・どうもろこしの冷製クリームスープ ・ひよこ豆と野菜のロールキャベツ ・揚げ豆腐のシーザースサラダ風 ・白ごまのフランジェとベリーのジュレ  夏のさわやか野菜レシピ 夏を元気にすすす食べ方とくふう。</td> </tr> <tr> <td>9/3(月)</td> <td>・手作り生麩・生麩の黒ごまクリーム ・きび入りはすごはん・ひじき五目煮 ・小豆スープ・桜海老と根菜の寄せ揚げ ・ひじきれんこん  夏バテ解消と秋にむけての食生活のくふう。</td> </tr> </table> <p>※食材の都合によりメニューを変更することもあります。 ■体験レッスン 受講料=4,830円※材料費込み</p>	4/23(月)	・春菜ごはん・ふぎと高野の信田煮 ・厚揚げとスナップえんどうのねぎ味噌炒め ・春野菜のミネストローネそば粉のニョッキ ・新わかめとまびき菜のサラダ風 ・いちごのミルフィーユ  春の訪れとともに春を感じるちょっとしたおもてなし 野草の働き方と食べ方	5/7(月)	・押し寿司・2色白玉とふのりのお吸い物 ・雑穀ハンバーグとサラダ ・グリーンピースと高野豆腐のあられ煮 ・かしわ餅・ごま塩  端午の節句のパーティーにすべてまるごといただく	6/4(月)	・はと麦入り玄米菜膳がゆ・豆腐ぎょうざ ・車ふの甘酢あんかけ・マクロ風担々麺 ・杏仁豆腐・小豆昆布  “先取り”あっさり中華で元気な夏を 水分代謝をよくする食べもの	7/2(月)	・大豆から作る豆腐・いり玉風のりごはん ・豆のサフランスープ・フィッシュカツもどき ・いんげんサラダ・きびとかぼちゃの水菓子  食がすすむ夏のメニュー 食べ物に+、-がある	8/6(月)	・玄米と野菜のガトーサラダ仕立て ・どうもろこしの冷製クリームスープ ・ひよこ豆と野菜のロールキャベツ ・揚げ豆腐のシーザースサラダ風 ・白ごまのフランジェとベリーのジュレ  夏のさわやか野菜レシピ 夏を元気にすすす食べ方とくふう。	9/3(月)	・手作り生麩・生麩の黒ごまクリーム ・きび入りはすごはん・ひじき五目煮 ・小豆スープ・桜海老と根菜の寄せ揚げ ・ひじきれんこん  夏バテ解消と秋にむけての食生活のくふう。	<p>第1(月) 13:30~16:30 ※食材の都合によりメニューを変更することもあります。</p>	<p>月1回 6ヵ月 28,350円 ※3ヵ月単位での ご入金も可能です。 3ヵ月 14,175円 ※材料費込み ※振替不可</p>
4/23(月)	・春菜ごはん・ふぎと高野の信田煮 ・厚揚げとスナップえんどうのねぎ味噌炒め ・春野菜のミネストローネそば粉のニョッキ ・新わかめとまびき菜のサラダ風 ・いちごのミルフィーユ  春の訪れとともに春を感じるちょっとしたおもてなし 野草の働き方と食べ方															
5/7(月)	・押し寿司・2色白玉とふのりのお吸い物 ・雑穀ハンバーグとサラダ ・グリーンピースと高野豆腐のあられ煮 ・かしわ餅・ごま塩  端午の節句のパーティーにすべてまるごといただく															
6/4(月)	・はと麦入り玄米菜膳がゆ・豆腐ぎょうざ ・車ふの甘酢あんかけ・マクロ風担々麺 ・杏仁豆腐・小豆昆布  “先取り”あっさり中華で元気な夏を 水分代謝をよくする食べもの															
7/2(月)	・大豆から作る豆腐・いり玉風のりごはん ・豆のサフランスープ・フィッシュカツもどき ・いんげんサラダ・きびとかぼちゃの水菓子  食がすすむ夏のメニュー 食べ物に+、-がある															
8/6(月)	・玄米と野菜のガトーサラダ仕立て ・どうもろこしの冷製クリームスープ ・ひよこ豆と野菜のロールキャベツ ・揚げ豆腐のシーザースサラダ風 ・白ごまのフランジェとベリーのジュレ  夏のさわやか野菜レシピ 夏を元気にすすす食べ方とくふう。															
9/3(月)	・手作り生麩・生麩の黒ごまクリーム ・きび入りはすごはん・ひじき五目煮 ・小豆スープ・桜海老と根菜の寄せ揚げ ・ひじきれんこん  夏バテ解消と秋にむけての食生活のくふう。															

10-1-171297

10-1-171295

■体験レッスンは、お一人さま一回限りとさせていただきます。ご受講希望日時をご予約のうえ、5日前までに、ご入金の手続きをお済ませください。

※受講料のほかに材料費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費・教材費込み」の表示のある講座を除きます。)

※カリキュラムは変更する場合がございます。

●料理-4

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p><b>新設</b></p> <p>野菜ソムリエ&amp;ベジフルビューティーレッスン</p> <p>10-1-193724</p>	<p>野菜ソムリエ ベジフルビューティーアドバイザー 立花 かゆり 渡辺 有子</p>	<p>野菜を美味しく無駄なく身体に取り入れてインナービューティーを目指しませんか?旬の野菜の紹介、保存方法、食べ比べ、使いきりレシピを自家農園家でもある講師から学びます。(料理一品と酵素ジュース付)</p> <table border="1"> <tr><td>4/7(土)</td><td>アクのある山菜</td></tr> <tr><td>5/5(土)</td><td>そら豆</td></tr> <tr><td>6/2(土)</td><td>かぼちゃ</td></tr> <tr><td>7/7(土)</td><td>きゅうり</td></tr> <tr><td>8/4(土)</td><td>ゴーヤ</td></tr> <tr><td>9/1(土)</td><td>トマト</td></tr> </table>	4/7(土)	アクのある山菜	5/5(土)	そら豆	6/2(土)	かぼちゃ	7/7(土)	きゅうり	8/4(土)	ゴーヤ	9/1(土)	トマト	<p>第1(土) 10:30~12:30</p>	<p>月1回 3ヵ月 11,340円 月1回 6ヵ月 21,420円 ※1回単位の受講もできます。 1回 3,990円 ※材料費込み</p>
4/7(土)	アクのある山菜															
5/5(土)	そら豆															
6/2(土)	かぼちゃ															
7/7(土)	きゅうり															
8/4(土)	ゴーヤ															
9/1(土)	トマト															
<p>飾り巻き寿司</p> <p>10-1-186624</p>	<p>JSIA寿司インストラクター協会 飾り巻き寿司 マスターインストラクター 飾 卷子</p>	<p>切っても、切っても、絵柄の出る!楽しく、可愛く、美味しい巻き寿司です。皆さん!!一緒に巻き巻きしましょう。</p> <table border="1"> <tr><td>4/24(火)</td><td>アンパンマン</td></tr> <tr><td>5/22(火)</td><td>パンダ</td></tr> <tr><td>6/26(火)</td><td>カエル</td></tr> <tr><td>7/24(火)</td><td>車</td></tr> <tr><td>8/28(火)</td><td>ペンギン</td></tr> <tr><td>9/25(火)</td><td>トンボ</td></tr> </table>	4/24(火)	アンパンマン	5/22(火)	パンダ	6/26(火)	カエル	7/24(火)	車	8/28(火)	ペンギン	9/25(火)	トンボ	<p>第4(火) 14:00~16:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 14,175円 ※1回単位の受講もできます。 1回 5,040円 ※材料費込み</p>
4/24(火)	アンパンマン															
5/22(火)	パンダ															
6/26(火)	カエル															
7/24(火)	車															
8/28(火)	ペンギン															
9/25(火)	トンボ															
<p>そばうち講座 〈入門〉</p> <p>10-1-171362</p>	<p>信濃屋そば製粉株式会社 認定講師 ヒューテック(株) 代表取締役社長 西 龍治</p>	<p>そば打ちを気軽に楽しんでみませんか。基本のそば打ちを3回で学びます。品質の良い石臼挽き秋蕎麦を使って二八そばの打ち方を学び、打った蕎麦(3人前)はお土産でお持ち帰りいただけます。(期間:3ヵ月)</p> <table border="1"> <tr><td>1回目</td><td>初めてのそば打ち、自分で打った蕎麦がお土産にできます。</td></tr> <tr><td>2回目</td><td>二回目のそば打ち、手打ち蕎麦を家庭で美味しく食べるアイデアを教えます。</td></tr> <tr><td>3回目</td><td>三回目のそば打ち、年越しを手打ち蕎麦で!!</td></tr> </table>	1回目	初めてのそば打ち、自分で打った蕎麦がお土産にできます。	2回目	二回目のそば打ち、手打ち蕎麦を家庭で美味しく食べるアイデアを教えます。	3回目	三回目のそば打ち、年越しを手打ち蕎麦で!!	<p>第3(月) 13:30~15:00</p>	<p>全3回 3ヵ月 7,875円 ※材料費込み ※振替不可 ※入会金不要</p>						
1回目	初めてのそば打ち、自分で打った蕎麦がお土産にできます。															
2回目	二回目のそば打ち、手打ち蕎麦を家庭で美味しく食べるアイデアを教えます。															
3回目	三回目のそば打ち、年越しを手打ち蕎麦で!!															
<p>そばうち講座 〈初級〉</p> <p>10-1-171363</p>		<p>基本のそば打ちだけでなく、10割蕎麦、茶蕎麦、挽きぐるみ蕎麦、胡麻切り蕎麦、梅蕎麦、紫蘇蕎麦、へぎ蕎麦など色々な蕎麦の打ち方を1年のプログラムで学びます。受講者は自分で打った4人前の手打ち蕎麦を毎回お土産でお持ち帰りいただけます。</p>	<p>第3(月) 15:30~17:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 9,450円 ※材料費込み</p>												
<p><b>新設</b></p> <p>フライパンスイーツ!手軽にステキにマイカフェレッスン</p> <p>(3ヵ月)10-1-195286 (6ヵ月)10-1-195287</p>	<p>RECIPE LAB piattopiatto料理講師 フライパンスイーツ アルチザン 石井 利佳子</p>	<p>毎回フライパンで作れるかんたんスイーツとおしゃれなカフェメニュー(軽食)をご紹介します。マイカフェ、楽しんでみませんか?</p> <table border="1"> <tr><td>7/3(火)</td><td>フライパンで! 夏のさわやかミルクレープ&amp;カフェプレート</td></tr> <tr><td>8/7(火)</td><td>フライパンで! ひんやり和菓子&amp;カフェプレート</td></tr> <tr><td>9/4(火)</td><td>フライパンで! ほっくりおいものお菓子&amp;カフェプレート</td></tr> <tr><td>10/2(火)</td><td>フライパンで! りんごのケーキ&amp;カフェプレート</td></tr> <tr><td>11/6(火)</td><td>フライパンで! カリカリチョコロス&amp;カフェプレート</td></tr> <tr><td>12/4(火)</td><td>フライパンで! クリスマスケーキ&amp;カフェプレート</td></tr> </table>	7/3(火)	フライパンで! 夏のさわやかミルクレープ&カフェプレート	8/7(火)	フライパンで! ひんやり和菓子&カフェプレート	9/4(火)	フライパンで! ほっくりおいものお菓子&カフェプレート	10/2(火)	フライパンで! りんごのケーキ&カフェプレート	11/6(火)	フライパンで! カリカリチョコロス&カフェプレート	12/4(火)	フライパンで! クリスマスケーキ&カフェプレート	<p>第1(火) 11:30~14:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 11,655円 月1回 6ヵ月 22,050円 ※1回単位の受講もできます。 1回 4,200円 ※材料費込み</p>
7/3(火)	フライパンで! 夏のさわやかミルクレープ&カフェプレート															
8/7(火)	フライパンで! ひんやり和菓子&カフェプレート															
9/4(火)	フライパンで! ほっくりおいものお菓子&カフェプレート															
10/2(火)	フライパンで! りんごのケーキ&カフェプレート															
11/6(火)	フライパンで! カリカリチョコロス&カフェプレート															
12/4(火)	フライパンで! クリスマスケーキ&カフェプレート															
<p>ロンブシャオチイグワン 龍園小吃館の 中国茶を楽しむ</p> <p>10-1-170801</p>	<p>龍園小吃館あべのHoop店 中国茶講師 中国国際茶文化研究会 榮譽會員 前田 知佐子</p>	<p>芳醇で馥郁とした香りをもつ中国茶は気持ちまで豊かに優雅にさせてくれます。中国式の「茶藝」を通して、おいしい中国茶の淹れ方・飲み方を楽しみながら学びましょう。毎回、数種類の珍しいお茶を体験していただきます。(お茶菓子付)</p> <p>■体験レッスン 受講料=2,730円※材料費込み</p>	<p>第1(水) 15:00~16:30</p>	<p>月1回 6ヵ月 19,530円 ※材料費込み</p>												

■体験レッスンは、お一人さま一回限りとさせていただきます。ご受講希望日時をご予約のうえ、5日前までに、ご入金の手続きをお済ませください。

**新設** …7月から新設の講座です。 **新設** …4月から新設の講座です。

※受講料のほかに材料費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費+教材費込み」の表示のある講座を除きます。)

※カリキュラムは変更する場合がございます。

●料理 -5

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p><b>新設</b></p> <p>茶遊サロン 中国茶講座 初級コース</p> <p>10-1-193725</p>	<p>中国政府公認 高級茶藝師 「茶遊サロン」代表 博物館学芸員 前田 久美子</p>	<p>～美肌を作る中国茶～美と健康!身体の中から美しく!心に癒しを!毎回貴重な高級中国銘茶を飲み比べながら、中国茶文化やおいしい飲み方、入れ方、効能、選び方、保存方法など楽しめます。 (お茶菓子付)(期間6ヵ月)</p> <table border="1"> <tr> <td>4/28(土)</td> <td>中国茶の概論 基礎(一) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)</td> </tr> <tr> <td>5/26(土)</td> <td>中国茶の概論 基礎(二) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)</td> </tr> <tr> <td>6/23(土)</td> <td>中国茶の概論 基礎(三) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)</td> </tr> <tr> <td>7/28(土)</td> <td>中国茶の概論 基礎(四) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)</td> </tr> <tr> <td>8/25(土)</td> <td>中国茶の概論 基礎(五) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)</td> </tr> <tr> <td>9/22(土)</td> <td>中国茶の概論 基礎(六) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)</td> </tr> </table>	4/28(土)	中国茶の概論 基礎(一) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)	5/26(土)	中国茶の概論 基礎(二) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)	6/23(土)	中国茶の概論 基礎(三) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)	7/28(土)	中国茶の概論 基礎(四) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)	8/25(土)	中国茶の概論 基礎(五) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)	9/22(土)	中国茶の概論 基礎(六) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)	<p>第4(土) 13:30～15:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 14,175円 ※材料費込み</p>
4/28(土)	中国茶の概論 基礎(一) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)															
5/26(土)	中国茶の概論 基礎(二) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)															
6/23(土)	中国茶の概論 基礎(三) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)															
7/28(土)	中国茶の概論 基礎(四) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)															
8/25(土)	中国茶の概論 基礎(五) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)															
9/22(土)	中国茶の概論 基礎(六) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)															
<p>ワイン講座 ～イタリアから 世界のワインへ～</p> <p>10-1-171684</p>	<p>イタリアソムリエ協会 公認ソムリエ 国土交通省認定 イタリア語通訳案内士 青山 祐子</p>	<p>様々なバリエーションがあるワインを基本のイタリアから学び、世界のワインと飲み比べましょう。ワインとは特別なものでなく、食事と一緒に楽しむもの。その相性を実際に体験しながら、奥深いワインの世界をのぞいてみましょう。現地でワイン醸造・料理修業の経験もあるイタリアソムリエ協会公認講師がわかりやすく、ワインの魅力を語ります。(試飲・試食付き)</p> <table border="1"> <tr> <td>4/ 6(金)</td> <td>ワインの飲み方</td> </tr> <tr> <td>5/18(金)</td> <td>レストランでのマナー</td> </tr> <tr> <td>6/ 1(金)</td> <td>ワインの種類</td> </tr> <tr> <td>7/ 6(金)</td> <td>イタリアワインの魅力</td> </tr> <tr> <td>8/ 3(金)</td> <td>夏の料理とワイン</td> </tr> <tr> <td>9/ 7(金)</td> <td>ワインのラベル</td> </tr> </table> <p>■体験レッスン 受講料=3,990円※材料費込み</p>	4/ 6(金)	ワインの飲み方	5/18(金)	レストランでのマナー	6/ 1(金)	ワインの種類	7/ 6(金)	イタリアワインの魅力	8/ 3(金)	夏の料理とワイン	9/ 7(金)	ワインのラベル	<p>第1(金) 19:00～20:30 ※5月は第3(金)</p>	<p>月1回 6ヵ月 23,310円 ※材料費込み</p>
4/ 6(金)	ワインの飲み方															
5/18(金)	レストランでのマナー															
6/ 1(金)	ワインの種類															
7/ 6(金)	イタリアワインの魅力															
8/ 3(金)	夏の料理とワイン															
9/ 7(金)	ワインのラベル															
<p>プロの シュヴァリエに学ぶ チーズ講座&lt;初級&gt;</p> <p>10-1-171364</p>	<p>シュヴァリエ・ タストフロマージュ オフィンエ チーズプロフェッショナル 協会理事(近畿支部長) 谷本 義信</p>	<p>毎回、チーズに関する専門的な講座とチーズの試食、ワインのテイスティングを行います。食べて学べるチーズ講座です。</p> <table border="1"> <tr> <td>1回目</td> <td>チーズの歴史・チーズの製造・チーズの分類</td> </tr> <tr> <td>2回目</td> <td>各国のチーズ(フランス白カビ、青カビ)A.O.C</td> </tr> <tr> <td>3回目</td> <td>各国のチーズ(フランスウオッシュュ、ハード)</td> </tr> </table>	1回目	チーズの歴史・チーズの製造・チーズの分類	2回目	各国のチーズ(フランス白カビ、青カビ)A.O.C	3回目	各国のチーズ(フランスウオッシュュ、ハード)	<p>第3(月) 19:00～20:30</p>	<p>月1回 6ヵ月 31,500円 ※材料費込み ※振替不可</p>						
1回目	チーズの歴史・チーズの製造・チーズの分類															
2回目	各国のチーズ(フランス白カビ、青カビ)A.O.C															
3回目	各国のチーズ(フランスウオッシュュ、ハード)															
<p>プロの シュヴァリエに学ぶ チーズ講座&lt;上級&gt;</p> <p>10-1-174468</p>	<p>チーズに関する専門的な講義と実習でチーズの本質を知り、料理なども取り入れ「チーズを使いこなす」食べて学べるチーズ講座です。</p>	<p>第2(月) 19:00～20:30</p>	<p>第2(月) 19:00～20:30</p>	<p>月1回 6ヵ月 16,380円 ※材料費 毎月1,800円別途</p>												
<p>世界の お茶とお菓子を 楽しむ</p> <p>10-1-170804</p>	<p>MORITA Tea&amp;oods Society主宰 紅茶文化・料理研究家 森田 恵子 TeaTime coordinator 堤本 純子</p>	<p>毎回色々な国のお茶を飲み、みんなで一緒にケーキを作ります。お茶の入れ方、種類、お茶にまつわる話、歴史等を共に学びます。京都の和菓子もいただきます。 ■体験レッスン 受講料=3,255円※材料費込み</p>	<p>第1(金) 13:30～15:30 ※5月は休講</p>	<p>月1回 6ヵ月 16,380円 ※材料費 毎月1,800円別途</p>												

特別公開講座(入会金不要)

おいしいワイン講座

毎回、3種類の飲みくらべをしながらワインを学び、充実したメイン料理と共にワインと料理の相性を知る楽しくおいしい時間です。お一人でも、お友達とでも気軽にご参加いただき、自分好みのワインを見つけてください。  
(協力会社)ピーロートジャパン(株)

【講師】食研究家 お酒と料理の相性研究家 石井 達也  
食研究家 石井 裕加  
【実施日】6月12日(火)・7月10日(火)  
【時間】19:00～20:15  
【受講料】全2回 会員 9,240円 一般 9,660円  
※材料費込み

■体験レッスンは、お一人さま一回限りとさせていただきます。ご受講希望日時をご予約のうえ、5日前までに、ご入金の手続きをお済ませください。

**新設** …4月から新設の講座です。

※受講料のほかに材料費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費・教材費込み」の表示のある講座を除きます。)

※カリキュラムは変更する場合がございます。

※価格は、消費税を含んだ税込価格を表示しています。

# 入会と受講のご案内

## 入会 申込

### 近鉄文化サロンの会員になるためには

「気になる」、「一度挑戦してみたかった」など始めてみたい講座が決まれば、さあ入会の手続きです。

入会金5,250円でご入会いただけます。会員資格の有効期限は入会日から3年間です。期間中は1,050円で更新手続きができます。



## 受講 申込

### いよいよ受講のお申し込み

近鉄文化サロン受付にて受講の手続きをお済ませください。受講申し込み用紙に必要事項をご記入のうえ、会員証を添えてお申し込みください。

※会員の資格有効期間中、何講座でも複数の講座を受講いただけます。

講座により一定の資格要件が必要な場合があります。

各講座とも定員になり次第、締め切らせていただきます。ただし定員に満たない

場合や講師の都合などにより、講座を中止させていただくことがあります。ご了承ください。

特別公開講座・特別講習会を除き、受講は会員さまに限らせていただきます。



## 支払 方法

### 受講料などのお支払い方法は

現金のほか、KIPSクレジットカード(DC、三井住友、JCB、UC、UFJ、JMB)、近鉄百貨店外商部お得意さまカード、銀行系クレジットカード、近鉄百貨店商品券、近鉄百貨店ギフトカード、全国百貨店共通商品券、近鉄友の会会員証カードおよびお買物券、カルチャーチケット(近鉄文化サロンご利用券)がご利用いただけます。

お支払いには、コンビニ振込がご利用いただけます(振込手数料別途)。詳しくは、お申込み時にご確認ください。



## 入会 特典

### ご入会にはこんな割引が

- 満65歳以上の方は、入会金が無料です。健康保険証など年齢を証明できるものをご提示ください。
- 外商部お得意さま、KIPSクレジットカード会員さま、近鉄友の会会員さまは入会金が無料です。
- 中学生までの方は入会金が無料になります。高校生以上の学生の方は、入会金が半額の2,625円になります。
- 近鉄文化サロン会員のご家族さまは、入会金が半額の2,625円になります。
- 同時に5名さま以上ご入会いただけますと、入会金がおひとりさま3,150円になります。

## 会員 特典

### 会員さまにはこんな特典が

お買物、お食事、エンターテインメントなど各種特典がございます。

ご利用の際は、会員証をご提示ください。

- 年2回(6・12月)、近鉄百貨店各店でのお買物優待券(5%引)を発行いたします。※一部除外品あり
- 天王寺都ホテルの一般宿泊の基本料金を10%引させていただきます。
- 月日亭(奈良春日奥山)での食事、宿泊代(基本料金を10%引かせていただきます。※ただし、お昼の会席「彩」は525円引いたします。
- 月日亭(上本町店・難波店・天王寺店・近鉄奈良駅前店・西大寺サンワシティ店・生駒店・橿原店)での飲食代を5%引させていただきます。※日替りのサービスメニューは除きます。
- 天王寺都ホテル(婚礼披露宴)、橿原観光ホテル(婚礼披露宴は除く)、アサヒビアクレー(アベノセンタービル地下1階)の各店での飲食代を5%引させていただきます。※天王寺都ホテルは、一部の商品を除きます。
- きんえいチェーンの映画館(アポロシネマ8)で、一般割引料金(当日券の200円引)でご覧いただけます。
- 大和文華館の入館料を一般料金の半額にご優待。
- 画材と額縁のカワチあべのHoop店(Hoop5階)の商品を10%引させていただきます。※一部除外商品あり
- 古書サロン 天地(アベノセンタービル地下2階)の商品を10%引させていただきます。※ただし、現金でのお支払いに限ります。

※その他、各種特典がございます。詳しくは近鉄文化サロンにお問い合わせください。

会員の個人情報は受講連絡のほか、講座企画やサービス向上を図る目的で利用させていただきます。ご本人の同意なしに第三者に開示したり、提供したりすることはありません。また、近鉄百貨店および近鉄グループから、商品情報・生活情報・アフターサービス・ご優待等の各種ご案内をさしあげる場合がございます。なにとぞ、ご了承ください。