

●料理-1

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
 <p>男の厨房! メンズクッキング 倶楽部</p>	<p>管理栄養士 栄養教諭 フードスペシャリスト 辻 庸子</p>	<p>お酒に合う料理を中心に、ご家庭で即!再現できる 分りやすいレシピで実習していきます。試食はビール とともに楽しく乾杯(お酒またはノンアルコール付 き)初心者の方も安心してご参加いただけます。</p> <table border="1"> <tr><td>10/ 4(木)</td><td>「秋野菜と豚肉のシンギスカン風」+他2品</td></tr> <tr><td>11/ 1(木)</td><td>「エビときのこのアヒージョ」+他2品</td></tr> <tr><td>12/ 6(木)</td><td>「鶏肉とさつま芋のタッカルビ」+他2品</td></tr> <tr><td>1/31(木)</td><td>「味がしみしみ!ぶり大根」+他2品</td></tr> <tr><td>2/ 7(木)</td><td>「ブロッコリーのかにか玉あなかけ」+他2品</td></tr> <tr><td>3/ 7(木)</td><td>「牛肉入り汁ピーマン」+他2品</td></tr> </table>	10/ 4(木)	「秋野菜と豚肉のシンギスカン風」+他2品	11/ 1(木)	「エビときのこのアヒージョ」+他2品	12/ 6(木)	「鶏肉とさつま芋のタッカルビ」+他2品	1/31(木)	「味がしみしみ!ぶり大根」+他2品	2/ 7(木)	「ブロッコリーのかにか玉あなかけ」+他2品	3/ 7(木)	「牛肉入り汁ピーマン」+他2品	<p>第1(木) 11:30~13:30</p>	<p>月1回 3ヵ月 14,256円 月1回 6ヵ月 25,920円 ※1回単位の受講もできます。 1回 4,860円 ※材料費込み ※未成年の方はご受講不可</p>
10/ 4(木)	「秋野菜と豚肉のシンギスカン風」+他2品															
11/ 1(木)	「エビときのこのアヒージョ」+他2品															
12/ 6(木)	「鶏肉とさつま芋のタッカルビ」+他2品															
1/31(木)	「味がしみしみ!ぶり大根」+他2品															
2/ 7(木)	「ブロッコリーのかにか玉あなかけ」+他2品															
3/ 7(木)	「牛肉入り汁ピーマン」+他2品															
<p>はんなり毎日の おばんざい教室</p>	<p>管理栄養士 栄養教諭 フードスペシャリスト 辻 庸子</p>	<p>~食卓に新しい風を~旬の食材・身近な食材を簡単美 味しく仕上げる「おばんざい」=「お惣菜」作り置きできる 便利な家庭料理からマンネリ脱出のアレンジ料理まで、 テーマ食材を使って様々な調理法で毎回3品作ります。</p> <table border="1"> <tr><td>10/8(月・祝)</td><td>栄養たっぷり!「人参」の料理3品</td></tr> <tr><td>11/12(月)</td><td>シャキシャキ食感!「レタス」の料理3品</td></tr> <tr><td>12/10(月)</td><td>とろっと甘い!「長ネギ」の料理3品</td></tr> <tr><td>1/14(月・祝)</td><td>万能食材!「ほうれん草」の料理3品</td></tr> <tr><td>2/11(月・祝)</td><td>冬野菜の代表!「白菜」の料理3品</td></tr> <tr><td>3/11(月)</td><td>美肌効果も!「水菜」の料理3品</td></tr> </table>	10/8(月・祝)	栄養たっぷり!「人参」の料理3品	11/12(月)	シャキシャキ食感!「レタス」の料理3品	12/10(月)	とろっと甘い!「長ネギ」の料理3品	1/14(月・祝)	万能食材!「ほうれん草」の料理3品	2/11(月・祝)	冬野菜の代表!「白菜」の料理3品	3/11(月)	美肌効果も!「水菜」の料理3品	<p>第2(月) 11:30~13:30</p>	<p>月1回 3ヵ月 14,256円 月1回 6ヵ月 25,920円 ※1回単位の受講もできます。 1回 4,860円 ※材料費込み</p>
10/8(月・祝)	栄養たっぷり!「人参」の料理3品															
11/12(月)	シャキシャキ食感!「レタス」の料理3品															
12/10(月)	とろっと甘い!「長ネギ」の料理3品															
1/14(月・祝)	万能食材!「ほうれん草」の料理3品															
2/11(月・祝)	冬野菜の代表!「白菜」の料理3品															
3/11(月)	美肌効果も!「水菜」の料理3品															
<p>リニューアル 乾燥知らずの ウル肌へ! 秋のビューティー 薬膳講座 (全3回)</p>	<p>薬膳料理研究家 薬膳料理教室 PureLotus 主宰 高見 節佳</p>	<p>東洋医学の理論、漢方、薬膳の基礎知識を学び、 身近な食材でできる季節の薬膳料理をご紹介します。 いつまでも健康で美しく、イキイキと過ごす知恵 を薬膳の視点から学びます。</p> <table border="1"> <tr><td>10/11(木)</td><td>東洋医学の基礎知識と薬膳の考え方 季節のレシピ紹介</td></tr> <tr><td>11/ 8(木)</td><td>食養生と薬膳料理について 季節のレシピ紹介</td></tr> <tr><td>12/13(木)</td><td>さまざまな気になる症状別、体質別薬膳 について、メニューの作り方について (冷え、冬の乾燥対策等)</td></tr> </table>	10/11(木)	東洋医学の基礎知識と薬膳の考え方 季節のレシピ紹介	11/ 8(木)	食養生と薬膳料理について 季節のレシピ紹介	12/13(木)	さまざまな気になる症状別、体質別薬膳 について、メニューの作り方について (冷え、冬の乾燥対策等)	<p>第2(木) 13:00~14:30</p>	<p>全3回 3ヵ月 10,368円 ※振替不可 ※材料費込み</p>						
10/11(木)	東洋医学の基礎知識と薬膳の考え方 季節のレシピ紹介															
11/ 8(木)	食養生と薬膳料理について 季節のレシピ紹介															
12/13(木)	さまざまな気になる症状別、体質別薬膳 について、メニューの作り方について (冷え、冬の乾燥対策等)															
<p>リニューアル 簡単!おうちで 発酵ごはん</p>	<p>発酵料理研究家 中川 奈央</p>	<p>微生物たちの働きで造られる発酵食品の腸内環境 改善効果は近年、世界から注目を集めています。便 秘やアレルギーの改善には腸内環境を整えること が大切といわれていますが、免疫力や肌、髪にも影 響します。そして痩身への効果は誰もが興味あると ころでしょう。微生物が醸す命ある発酵食品を毎日 の食卓に、簡単・美味しく取り入れてみませんか。 (期間:12ヵ月)</p> <table border="1"> <tr><td>10/23(火)</td><td>第1回 発酵基礎講座</td></tr> <tr><td>11/27(火)</td><td>第2回 基本の甘酒</td></tr> <tr><td>12/25(火)</td><td>第3回 味噌のメカニズム&味噌作り</td></tr> <tr><td>1/22(火)</td><td>第4回 醤(ひしお)仕込み</td></tr> <tr><td>2/26(火)</td><td>第5回 ぬか床のメカニズム&ぬか床作り</td></tr> <tr><td>3/26(火)</td><td>第6回 醸し料理講座</td></tr> </table>	10/23(火)	第1回 発酵基礎講座	11/27(火)	第2回 基本の甘酒	12/25(火)	第3回 味噌のメカニズム&味噌作り	1/22(火)	第4回 醤(ひしお)仕込み	2/26(火)	第5回 ぬか床のメカニズム&ぬか床作り	3/26(火)	第6回 醸し料理講座	<p>第4(火) 10:00~12:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 17,496円 ※材料費込み ※1/22(火)のみ 材料費別途600円</p>
10/23(火)	第1回 発酵基礎講座															
11/27(火)	第2回 基本の甘酒															
12/25(火)	第3回 味噌のメカニズム&味噌作り															
1/22(火)	第4回 醤(ひしお)仕込み															
2/26(火)	第5回 ぬか床のメカニズム&ぬか床作り															
3/26(火)	第6回 醸し料理講座															

リニューアル ...10月からリニューアルの講座です。



...男性のみ受講できる講座です。

受講料のほかに材料費・教材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。

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p>～健康と長生きのために～ 美味しく食べて 元気を保つ 糖質制限食</p>	<p>「キッチンおおざっぱ 糖質オフ料理教室」主宰 ケトジェニック ダイエットアドバイザー 命の食事 認定アドバイザー 島田 雅子</p>	<p>テレビや雑誌で糖質制限という言葉が聞く機会が増えてきました。低糖質・ケトジェニック・ケトン体・糖質オフ・ロカボ・ローカーボなど、関連する表現にもいろいろあります。正しい糖質制限食と血糖値コントロールを理解して、元気で長生きするための食生活を意識してみませんか。</p> <table border="1"> <tr> <td>10/26(金)</td> <td>「糖質」「血糖値」を意識するとどうなる?</td> </tr> <tr> <td>11/30(金)</td> <td>年末年始メニューを低糖質にするコツを伝授</td> </tr> <tr> <td>12/28(金)</td> <td>女性の味方、キレイ&元気のための糖質制限食</td> </tr> <tr> <td>1/25(金)</td> <td>低糖質のスイーツ(バレンタイン)</td> </tr> <tr> <td>2/22(金)</td> <td>最新ローカボ事情と体調改善について</td> </tr> <tr> <td>3/22(金)</td> <td>半年間の復習と次期の講習要望のお伺い</td> </tr> </table>	10/26(金)	「糖質」「血糖値」を意識するとどうなる?	11/30(金)	年末年始メニューを低糖質にするコツを伝授	12/28(金)	女性の味方、キレイ&元気のための糖質制限食	1/25(金)	低糖質のスイーツ(バレンタイン)	2/22(金)	最新ローカボ事情と体調改善について	3/22(金)	半年間の復習と次期の講習要望のお伺い	<p>第4(金) 14:00～16:00 ※11月のみ第5(金)</p>	<p>月1回 3ヵ月 16,200円 ※材料費込み</p>
10/26(金)	「糖質」「血糖値」を意識するとどうなる?															
11/30(金)	年末年始メニューを低糖質にするコツを伝授															
12/28(金)	女性の味方、キレイ&元気のための糖質制限食															
1/25(金)	低糖質のスイーツ(バレンタイン)															
2/22(金)	最新ローカボ事情と体調改善について															
3/22(金)	半年間の復習と次期の講習要望のお伺い															
<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 李明子 韓国料理研究家 董賢淑</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>10/13(土)</td> <td>「被告人」と韓国人気のスープ料理 ブゴク(すけそうだらスープ) ホバッセウチム(韓国カボチャと海老蒸し) 大根巻き</td> </tr> <tr> <td>11/10(土)</td> <td>「お父さんが変」と秋の味覚の子ゲ料理 ポソッチゲ(苺チゲ) 魚類塩辛漬け 白菜サラダ</td> </tr> <tr> <td>12/ 8(土)</td> <td>「恋するバケーション - - パリから始まる最高の恋 - 」と冬の風物詩キムジャン 白菜キムチ漬け 豚肉片肉 キムジャンのデンジャンクツ</td> </tr> <tr> <td>1/12(土)</td> <td>「七日の王妃」と韓国お正月料理 トック(韓国お雑煮) 牛肉散炙 竹輪の明太子入り</td> </tr> <tr> <td>2/ 9(土)</td> <td>「もう我慢できない」と冬の健康チゲ料理 ビンチゲ(おからチゲ) 鶏砂袋酢和え わけぎのナムル</td> </tr> <tr> <td>3/ 9(土)</td> <td>「カネの花」とカクットギ(大根キムチ)作り カクットギ(大根キムチ) カムジャスジェビ(ジャガイモすいとん) コンナムル</td> </tr> </table> <p>■体験レッスン 受講料=5,508円 材料費込み</p>	10/13(土)	「被告人」と韓国人気のスープ料理 ブゴク(すけそうだらスープ) ホバッセウチム(韓国カボチャと海老蒸し) 大根巻き	11/10(土)	「お父さんが変」と秋の味覚の子ゲ料理 ポソッチゲ(苺チゲ) 魚類塩辛漬け 白菜サラダ	12/ 8(土)	「恋するバケーション - - パリから始まる最高の恋 - 」と冬の風物詩キムジャン 白菜キムチ漬け 豚肉片肉 キムジャンのデンジャンクツ	1/12(土)	「七日の王妃」と韓国お正月料理 トック(韓国お雑煮) 牛肉散炙 竹輪の明太子入り	2/ 9(土)	「もう我慢できない」と冬の健康チゲ料理 ビンチゲ(おからチゲ) 鶏砂袋酢和え わけぎのナムル	3/ 9(土)	「カネの花」とカクットギ(大根キムチ)作り カクットギ(大根キムチ) カムジャスジェビ(ジャガイモすいとん) コンナムル	<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 16,200円 ※材料費込み ※振替不可</p>
10/13(土)	「被告人」と韓国人気のスープ料理 ブゴク(すけそうだらスープ) ホバッセウチム(韓国カボチャと海老蒸し) 大根巻き															
11/10(土)	「お父さんが変」と秋の味覚の子ゲ料理 ポソッチゲ(苺チゲ) 魚類塩辛漬け 白菜サラダ															
12/ 8(土)	「恋するバケーション - - パリから始まる最高の恋 - 」と冬の風物詩キムジャン 白菜キムチ漬け 豚肉片肉 キムジャンのデンジャンクツ															
1/12(土)	「七日の王妃」と韓国お正月料理 トック(韓国お雑煮) 牛肉散炙 竹輪の明太子入り															
2/ 9(土)	「もう我慢できない」と冬の健康チゲ料理 ビンチゲ(おからチゲ) 鶏砂袋酢和え わけぎのナムル															
3/ 9(土)	「カネの花」とカクットギ(大根キムチ)作り カクットギ(大根キムチ) カムジャスジェビ(ジャガイモすいとん) コンナムル															

■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・教材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。

●料理-3

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p>蕎麦打ち講座 〈入門〉</p>	<p>信濃屋そば製粉株式会社 認定講師 ビューテックス(株) 代表取締役社長 西 龍治</p>	<p>蕎麦打ちが初めての方は基本を3回で学びます。継続される方は更に美味しい蕎麦の打ち方を学びます。石臼挽きの二八蕎麦や、色々な蕎麦と出会えます。毎回ご自身で打った3人前のお蕎麦がお土産として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 8,100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>蕎麦打ち講座 〈初級〉</p>		<p>基本の蕎麦打ちや、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、更科蕎麦などの色々な蕎麦の打ち方を学びます。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きます。</p>	<p>第3(月) 13:30~15:00</p>	<p>月1回 3ヵ月 9,720円 ※材料費込み</p>												
<p>トースターや フライパンで 焼ける 簡単おうちパン</p>	<p>シニアおうちパンマスター おうちパン教室 257room 主宰 高橋 知美</p>	<p>オープン不要!コネ台なし!テレビでも話題の作りおきができるパン(吉永麻衣子先生考案)発酵は冷蔵庫にお任せしてトースターやフライパンで焼ける「おうちパン」を体験しませんか?復習生地付きで自宅で焼きたてを楽しめます。</p> <table border="1"> <tr> <td>10/1(月)</td> <td>トースターで焼ける 「ふわふわ練乳パン&ねりマヨパン」</td> </tr> <tr> <td>11/5(月)</td> <td>成形1分!! 「抹茶甘納豆パン&おつまみチーズパン」</td> </tr> <tr> <td>12/3(月)</td> <td>クリスマスに人気 「ドデカシユトレン&ツリーパン」</td> </tr> <tr> <td>1/7(月)</td> <td>成形1分!! 「クランベリーホワイトチョコパン&コーンパン」</td> </tr> <tr> <td>2/4(月)</td> <td>バレンタインに嬉しい! 「チョコパン2種」</td> </tr> <tr> <td>3/4(月)</td> <td>成形1分!! 「全粒粉くるみパン&米粉ハムチーズパン」</td> </tr> </table>	10/1(月)	トースターで焼ける 「ふわふわ練乳パン&ねりマヨパン」	11/5(月)	成形1分!! 「抹茶甘納豆パン&おつまみチーズパン」	12/3(月)	クリスマスに人気 「ドデカシユトレン&ツリーパン」	1/7(月)	成形1分!! 「クランベリーホワイトチョコパン&コーンパン」	2/4(月)	バレンタインに嬉しい! 「チョコパン2種」	3/4(月)	成形1分!! 「全粒粉くるみパン&米粉ハムチーズパン」	<p>第1(月) 10:30~12:20</p>	<p>月1回 3ヵ月 14,904円 ※材料費込み</p>
10/1(月)	トースターで焼ける 「ふわふわ練乳パン&ねりマヨパン」															
11/5(月)	成形1分!! 「抹茶甘納豆パン&おつまみチーズパン」															
12/3(月)	クリスマスに人気 「ドデカシユトレン&ツリーパン」															
1/7(月)	成形1分!! 「クランベリーホワイトチョコパン&コーンパン」															
2/4(月)	バレンタインに嬉しい! 「チョコパン2種」															
3/4(月)	成形1分!! 「全粒粉くるみパン&米粉ハムチーズパン」															
<p>~職人に学ぶ~ かわいい・ヘルシー やさしい和菓子講座</p>	<p>御菓子処「旭伸」店主 西川 英男</p>	<p>日本の四季を色と形で表現する和菓子の世界。その芸術性だけでなく、ヘルシーで体にやさしいことでも世界中から注目されています。定番おやつも、ちょっとしたコツでお味も、出来栄もぐっと変化します。季節のレシピを職人がやさしく指導します。一緒に和菓子の世界を楽しみましょう。</p> <table border="1"> <tr> <td>10/25(木)</td> <td>五色おはぎ (白あん・つぶあん・こしあん・きなこ・青のり)</td> </tr> <tr> <td>11/22(木)</td> <td>栗と黒豆の大福餅</td> </tr> <tr> <td>12/27(木)</td> <td>紅白饅頭</td> </tr> <tr> <td>1/24(木)</td> <td>茶席菓子四品(紅梅・松之雪・水仙・咲きわけ)</td> </tr> <tr> <td>2/28(木)</td> <td>酒饅頭と黒糖饅頭</td> </tr> <tr> <td>3/28(木)</td> <td>桜さく(練切製)花見団子・桜もち</td> </tr> </table>	10/25(木)	五色おはぎ (白あん・つぶあん・こしあん・きなこ・青のり)	11/22(木)	栗と黒豆の大福餅	12/27(木)	紅白饅頭	1/24(木)	茶席菓子四品(紅梅・松之雪・水仙・咲きわけ)	2/28(木)	酒饅頭と黒糖饅頭	3/28(木)	桜さく(練切製)花見団子・桜もち	<p>第4(木) 10:00~11:30</p>	<p>月1回 6ヵ月 16,848円 ※材料費込み</p>
10/25(木)	五色おはぎ (白あん・つぶあん・こしあん・きなこ・青のり)															
11/22(木)	栗と黒豆の大福餅															
12/27(木)	紅白饅頭															
1/24(木)	茶席菓子四品(紅梅・松之雪・水仙・咲きわけ)															
2/28(木)	酒饅頭と黒糖饅頭															
3/28(木)	桜さく(練切製)花見団子・桜もち															

受講料のほかに材料費・教材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。

●料理-4

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料
茶遊サロン 『中国茶・台湾茶』 を楽しむ		月1回の椅子席で気軽に中国茶・台湾茶のおけいこを楽しみませんか。季節ごとのおいしい中国茶を味わいながら、心に沁みる中国茶の淹れ方、中国茶文化、種類、効能、選び方を学びましょう。	第3(土) 15:30~17:00	月1回 3ヵ月 12,960円 ※材料費込み
茶遊サロン 中国茶講座 初級コース		中国茶の基礎からしっかり知りたい方、中国茶入門者対象講座。毎回貴重な高級台湾茶・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。ご都合の良い月から始められます。6回受講で初級コース修了となります。(修了証書有り) (5種類のお茶とお茶菓子付) 期間6ヵ月	第4(土) 13:30~15:00	月1回 3ヵ月 14,580円 ※実習教材費・テキスト 材料費込み
茶遊サロン 中国茶講座 中級コース	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	本格的な台湾茶・中国茶の淹れ方、飲み方、茶藝、お茶の見分け方、お茶や茶器の買い方、保存方法など学びます。初級より先と詳しく知りたい方、さらに上級を目指したい方の為の講座です。楽しみながら極めていきます。思った以上の楽しい講座で中国茶にはまりつつ毎月美味しく楽しく受講できます。ご都合の良い月から始められます。6回受講で中級コース修了となります。(修了証書有り) (5種類のお茶とお茶菓子付) 期間6ヵ月	第4(土) 16:00~17:30	月1回 3ヵ月 16,200円 ※実習教材費・テキスト 材料費込み
茶遊サロン 中国茶講座 上級コース		台湾茶・中国茶の品評、テーブルセッティング、お茶会の実践。茶遊サロンのコンセプトの実践。茶遊サロンのコンセプトに基づいたお茶会・茶藝(大陸・台湾)実践・セミナー講座の実践。ご都合の良い月から始められます。9回受講で上級コース修了となります。(修了証書有り)	第4(土) 10:30~12:00	
茶遊サロン 中国茶講座 研究コース		茶遊サロン中国茶講座「上級コース」修了者対象講座。中国茶省別・台湾茶四大銘茶・台湾高山茶・中国茶種類別に飲み比べます。	第3(土) 18:00~20:00	月1回 3ヵ月 17,820円 ※実習教材費・テキスト 材料費込み

10/27(土)	中国茶の概論 基礎(一) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
11/24(土)	中国茶の概論 基礎(二) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
12/22(土)	中国茶の概論 基礎(三) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
1/26(土)	中国茶の概論 基礎(四) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
2/23(土)	中国茶の概論 基礎(五) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
3/23(土)	中国茶の概論 基礎(六) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)

■体験レッスン 受講料=3,240円 材料費込み

10/27(土)	中国茶の概論(一) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
11/24(土)	中国茶の概論(二) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
12/22(土)	中国茶の概論(三) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
1/26(土)	中国茶の概論(四) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
2/23(土)	中国茶の概論(五) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)
3/23(土)	中国茶の概論(六) 中国茶の飲み比べ(お茶菓子付)

■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・教材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。

●料理 -5

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p>韓国茶礼</p>	<p>(社)韓国茶文化協会 京都支部長 茶文化礼節指導者1級 無形文化財闇房茶礼 伝承専門師範 ちょう かせん 趙 霞泉</p>	<p>朝鮮半島では高麗時代に隆盛した「茶礼」がありましたが、その後一時的に衰退しました。現代の韓国では「茶礼」を復興させる文化運動を積極的に進めています。講座では貴重な伝統文化の継承、研究をし、また許状も申請していただけます。 ■体験レッスン 受講料=3,780円 材料費込み</p>	<p>第1・3(木) 13:30~15:30</p>	<p>月2回 3ヵ月 22,680円 ※材料費込み</p>												
<p>ゆげ焙煎所による はじめての かんたん!楽しい! コーヒー講座</p>	<p>ゆげ焙煎所 店主 岡本 靖広 ほか</p>	<p>コーヒー専門店、ゆげ焙煎所がコーヒーのおもしろい世界へ招待します。各回ごとに、ペーパードリップの淹れ方や産地別の飲み比べなど、一つの事にフォーカスして、楽しくコーヒーと触れ合っていきます。</p> <table border="1" data-bbox="539 667 1002 884"> <tr> <td>10/ 9(火)</td> <td>ハンドドリップと産地別 飲み比べ</td> </tr> <tr> <td>11/13(火)</td> <td>ハンドドリップと加工法別 飲み比べ</td> </tr> <tr> <td>12/11(火)</td> <td>ハンドドリップと抽出器具別 飲み比べ</td> </tr> <tr> <td>1/ 8(火)</td> <td>ハンドドリップと焙煎度別 飲み比べ</td> </tr> <tr> <td>2/12(火)</td> <td>ハンドドリップとグレード別 飲み比べ</td> </tr> <tr> <td>3/12(火)</td> <td>ハンドドリップと鮮度別 飲み比べ</td> </tr> </table> <p>■体験レッスン 受講料=3,240円 材料費込み</p>	10/ 9(火)	ハンドドリップと産地別 飲み比べ	11/13(火)	ハンドドリップと加工法別 飲み比べ	12/11(火)	ハンドドリップと抽出器具別 飲み比べ	1/ 8(火)	ハンドドリップと焙煎度別 飲み比べ	2/12(火)	ハンドドリップとグレード別 飲み比べ	3/12(火)	ハンドドリップと鮮度別 飲み比べ	<p>第2(火) 10:30~12:30</p>	<p>月1回 3ヵ月 9,720円 ※材料費込み</p>
10/ 9(火)	ハンドドリップと産地別 飲み比べ															
11/13(火)	ハンドドリップと加工法別 飲み比べ															
12/11(火)	ハンドドリップと抽出器具別 飲み比べ															
1/ 8(火)	ハンドドリップと焙煎度別 飲み比べ															
2/12(火)	ハンドドリップとグレード別 飲み比べ															
3/12(火)	ハンドドリップと鮮度別 飲み比べ															
<p>ワイン講座 ~イタリアから 世界のワインへ~</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>ワインを家やレストランで気軽に楽しめるよう、基本をまなびます。ワインの種類は?国によってちがう?格付けは?など、さまざまな疑問を解消しましょう。授業内でかんたんなおつまみをつくることができます。</p> <table border="1" data-bbox="539 1160 1002 1377"> <tr> <td>10/19(金)</td> <td>料理とワインの相性を考える</td> </tr> <tr> <td>11/16(金)</td> <td>秋の新酒</td> </tr> <tr> <td>12/21(金)</td> <td>クリスマスワイン特集</td> </tr> <tr> <td>1/18(金)</td> <td>古いワインの特徴</td> </tr> <tr> <td>2/15(金)</td> <td>ワインの保管</td> </tr> <tr> <td>3/15(金)</td> <td>ワイン界にも流行あり</td> </tr> </table> <p>■体験レッスン 受講料=4,104円 材料費込み</p>	10/19(金)	料理とワインの相性を考える	11/16(金)	秋の新酒	12/21(金)	クリスマスワイン特集	1/18(金)	古いワインの特徴	2/15(金)	ワインの保管	3/15(金)	ワイン界にも流行あり	<p>第3(金) 19:00~20:30</p>	<p>月1回 6ヵ月 23,976円 ※振替不可 ※材料費込み ※未成年の方はご受講不可</p>
10/19(金)	料理とワインの相性を考える															
11/16(金)	秋の新酒															
12/21(金)	クリスマスワイン特集															
1/18(金)	古いワインの特徴															
2/15(金)	ワインの保管															
3/15(金)	ワイン界にも流行あり															
<p>ワンランク上の おいしいワイン& ワインに合う 料理講座</p>	<p>食研究家 お酒と料理の相性研究家 石井 達也 石井 裕加</p>	<p>ワイン商社やメーカー協力による高級ワイン3種とメイン料理のマリアージュの充実美味の人気講座です。体にやさしい身近な調味料を使い作る本格的料理はレシピ付き!飲み比べて学び食べて知る幸せ時間です。お土産付のお得講座。</p> <table border="1" data-bbox="539 1675 1002 1915"> <tr> <td>10/ 9(火)</td> <td>白ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+白ワインにあう料理+パン</td> </tr> <tr> <td>11/13(火)</td> <td>赤ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+赤ワインにあう料理+パン</td> </tr> <tr> <td>12/11(火)</td> <td>白ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+白ワインにあう料理+パン</td> </tr> <tr> <td>1/ 8(火)</td> <td>赤ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+赤ワインにあう料理+パン</td> </tr> </table> <p>協力的会社 ビーロードジャパン(株)オタワクスソース(株) チョーコー醤油(株)</p>	10/ 9(火)	白ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+白ワインにあう料理+パン	11/13(火)	赤ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+赤ワインにあう料理+パン	12/11(火)	白ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+白ワインにあう料理+パン	1/ 8(火)	赤ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+赤ワインにあう料理+パン	<p>第2(火) 18:50~20:15 ※2月・3月・8月・9月休講</p>	<p>月1回 2ヵ月 9,936円 月1回 4ヵ月 19,440円 月1回 8ヵ月 38,016円 ※1回単位の受講もできます。 1回 5,292円 ※年間8回 ※材料費込み ※未成年の方はご受講不可</p>				
10/ 9(火)	白ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+白ワインにあう料理+パン															
11/13(火)	赤ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+赤ワインにあう料理+パン															
12/11(火)	白ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+白ワインにあう料理+パン															
1/ 8(火)	赤ワイン2種飲みくらべ+デザートワイン+赤ワインにあう料理+パン															

■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・教材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。

講座名	講師名	講座内容	曜日・時間	受講料												
<p>プロの シュヴァリエに学ぶ チーズ講座〈初級〉</p>	<p>シュヴァリエ・ タストフロマージュ オフィスエ 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>チーズは世界で1000種類ともいわれながら、なじんでいる種類はごく限られています。今回の講座ではフランスを中心とした各国チーズの種類、味わい方、楽しみ方を学びます。</p> <table border="1"> <tr> <td>1回目</td> <td>チーズの文化史・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、ハード)</td> </tr> <tr> <td>4回目</td> <td>各国のチーズ(フランスフレッシュ、シェブル)チーズの栄養</td> </tr> <tr> <td>5回目</td> <td>各国のチーズ(イタリアチーズ)</td> </tr> <tr> <td>6回目</td> <td>各国のチーズ、チーズのサービス、チーズの飲み物、総まとめ</td> </tr> </table>	1回目	チーズの文化史・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、ハード)	4回目	各国のチーズ(フランスフレッシュ、シェブル)チーズの栄養	5回目	各国のチーズ(イタリアチーズ)	6回目	各国のチーズ、チーズのサービス、チーズの飲み物、総まとめ	<p>第3(月) 19:00~20:30</p>	<p>月1回 6ヵ月 32,400円 ※材料費込み ※振替不可</p>
1回目	チーズの文化史・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、ハード)															
4回目	各国のチーズ(フランスフレッシュ、シェブル)チーズの栄養															
5回目	各国のチーズ(イタリアチーズ)															
6回目	各国のチーズ、チーズのサービス、チーズの飲み物、総まとめ															
<p>プロの シュヴァリエに学ぶ チーズ講座〈上級〉</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>世界の お茶とお菓子を 楽しむ</p>	<p>MORITA Tea&Foods 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=3,348円 材料費込み</p>	<p>第1(金) 13:30~15:30</p>	<p>月1回 6ヵ月 16,848円</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。

受講料のほかに材料費・教材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。

シュミアン

shumian

おけいこスポット

カフェ感覚で気軽に参加できる1回完結型のおけいこ教室
あべのハルカス近鉄本店ウイング館3階東にて開講中!

shumian[シュミアン]は、カフェ感覚で気軽に参加できる、
コーヒー付の1回完結型おけいこスポットです。
趣味、アートなど、多彩な講座をご用意します。
入会金不要 完全予約制
「シュミアン」は近鉄文化サロン阿倍野が運営しています。



