

8月

ベルデ文化教室 & コープキッチンスタジオ カレンダー

ベルデ文化教室 ☎ 0155-66-4072
キッチンスタジオ ☎ 0155-66-4073

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				花あそび 13:00~	明るい未来をつくる お片付け講座 19:00~	スカーフレッスン 10:30~ 骨格分析 12:30~
5	6	7	8	9	10	11
	cakeとcaf'e あちろ スイーツ講座 10:00~13:00	簡単!!美味しい シェフごはん 10:00~12:30		ハンドメイド 石けん講座 10:00~	美肌ごはん 19:00~21:30	
12	13	14	15	16	17	18
						グルーデコ 10:30~ パーソナルカラー入門 10:30~ 夏バテ解消~サッパリ食 べやすい和風スパゲティ 10:00~12:30
						
19	20	21	22	23	24	25
	おしゃれ 文字 13:00~	ちひろさんの ピース教室 13:30~15:00	幸運を引き寄せる開運指ヨガ講座 18:30~ やさしい投資信託講座 10:00~/19:00~ てづくりを楽しむワフンデー 14:00~ 美肌ごはん10:00~12:30 簡単!!美味しいシェフごはん 19:00~21:30	心地いい暮らしえおつ くる整理収納セミ ナー 10:30~ 12:30	なごみパステル アート 10:00~12:00 ヤムニョム つくってキムチを 仕込もう 19:00~21:30	カラダに優しい スイーツ 10:00~12:30 13:30~15:00
26	27	28	29	30	31	
	菜saiの お料理講座 10:00~12:30	季節のアロマク ラフト作り 10:30~/18:30	やさしい投資信託講座 10:00~/19:00~	助産師さんのママかぶ 10:30~		

「cakeとcaf`e あちろスイーツ講座」

～みんなでチャレンジ!!「ときいろショートをつくろう」
朝摘みラズベリーとブルーベリーをサンドした生デコレーション
参加特典!!早起きして朝摘みラズベリー体験に参加しませんか?
岩内町のときいろファームで摘み取りしたものを講座で使います。
6日(月) 10:00～13:00 定員15名
受講料¥2,160 材料費 ¥1,500くらい
(1ホールお持ち帰り)
織田 武司(オーナーシェフ)



野菜がおいしく食べられるごはん屋さん

「菜saiのお料理教室」いつもの野菜を新鮮味に!

27日(月) 10:00～12:30
受講料¥1,620 材料費¥1,100
ささき かなこ(菜saiオーナー)



「簡単!美味しいシェフごはん」

～ エスニック料理 3品
7日(火) 10:00～ 22日(水) 19:00～
受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,200 (おみやげ付き)
～じゃがいものニョッキ魚介トマトソース手作りパン
9月5日(水)10:00～ 9月19日(水)19:00～
結城 一洋(元 ホテルシェフ)



「夏バテ解消～サッパリと食べやすい和風スバゲティ」



18日(土) 10:00～12:30
参加費 ¥1,620 材料費 ¥1,500

真鍋 芳恵(Y'sクッキング主宰 料理研究家)

「ヤムニョムつくってキムチを仕込もう～」



24日(土) 19:00～21:30
受講料 ¥1,620 材料費 ¥2,000(お持ち帰り・食事付き)
佐藤 由佳(はっぴいくつきんぐ主宰)

～夏休み小学生クッキング～ 受講料 各¥864

7月28日(土) 10:00～

「お魚さばき隊」 材料費¥800

8月2日(木) 10:00～

「蕎麦を打ってみよう」 材料費¥400

8月3日(金) 10:00～

「大豆から作る豆腐作り&おからソフトクッキー」

材料費¥300

8月4日(土) 10:00～/13:30～の2回講座

「カタラーナを作ろう」

夏休み企画は
受講料お支払
いで予約完了と
なります。



「美肌ごはん」

～ベジミートの酢豚風セット
10日(金) 19:00～ 22日(水) 10:00～
受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,100



～青菜と黒豆と玄米のロール寿司セット
9月7日(金) 19:00～ 9月12日(水) 10:00～



「カラダに優しいスイーツ」

～米粉で作るもちりふわふわ「りんごとブルーの紅茶風味cake」
25日(土) 10:00～ 13:30～
受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,500 (試食・1ホール持ち帰り)
三浦 智代江 (癒食 Kitchen 主宰)

食べて、話して、すっきり助産師さんの「ママかふえ」

妊婦さん、産後4ヶ月末までのママと赤ちゃん対象
30日(木) 10:30～12:00 参加費 ¥1,580(プチランチ込み)
カラダに優しいプチランチを食べながら、助産師とお話しませんか?
前川 泉・三浦 智奈美(看護師・助産師・保健師)



講座の様子や情報は随時スタッフぶろぐ発信中!



グルーデコ講座

受講料: ¥1,620
材料費: ¥2,000位



初心者の方も
楽しく
ステキな作品
が 出来ますよ

講師 増井 弘子

8/18(土) 10:30～

やさしい投資信託講座



銀行にお金を
預けても金利ゼロ
の時代。
正しい投資信託を
選ぶコツを
学びませんか?

全2回コース
受講料 ¥3,000
講師 山崎 増美

8/22・29(水)
各10:00～または19:00～

なごみパステルアート

受講料: ¥1,836
材料費: ¥400

作品
は
見本
です



講師 パステル☆MayumiN

8/24(金) 10:00～

心を整理して明るく
未来をつくるお片付け講座

受講料: ¥2,160



講師 山田 史絵

8/3(金) 19:00～

花あそび講座

受講料: ¥1,080
材料費: ¥1,080
今月はハーバリウム



講師 澤崎 容子

8/2(木) 13:00～

幸運を引き寄せる
開運指ヨガ講座

受講料: ¥1,500

手の指のそれぞれが受け取る
エネルギーの説明と指ヨ
ガの実践。実際のヨガと同
様の効果も感じてください。



講師 生駒 美恵子

8/22(水) 18:30～

ちひろさんのビーズ教室

受講料: ¥1,080
材料費: ¥1,500

ステキな
アクセサリ
作品を作り
ませんか?



講師 吉岡 千裕

8/21(火) 13:30～

夏休み体験会
いよいよ始まります
(^-^)

詳細は・・・
店舗に置いてある
チラシや

H.P
ご覧いただけ
ましたか?

または、お気軽に
お問い合わせください
ね☆三

