

# 11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
		<p>～スペシャル企画～ ディンプルアートで クリスマス飾り♪ ディンプルアートの基礎から、下絵描き、色つけ…。全4回で仕上げ るクリスマス飾り。 あなたもチャレンジしませんか？ 10/23(火)13:00～ 11/13,11/27,12/11</p>	<p>簡単!美味しい シェフごはん 10:00～12:30 ラクレットを食 べ比べよう! 19:00～21:30</p>	<p>1 楽しい!いけ花 18:00～20:00</p>	<p>2 明るい未来をつく るお片付け講座 19:00～20:30</p>	<p>3</p>
4	5	6	7	8	9	10
	<p>生産者 クッキング ライブ 19:00～ 21:00</p>	<p>ポリ袋クッキング &amp;防災レトルト 試食会 10:00～12:30</p>	<p>整理収納アドバイザー 2級認定講座 10:30～17:30</p>	<p>ハンドメイド石けん講座 10:00～12:00 花あそび 13:00～14:30 助産師さんのママかふえ 10:30～12:00 次世代に受け継ぐための ライフプランセミナー 10:30～</p>	<p>美肌ごはん 19:00～21:30</p>	<p>Y'sクッキング 10日10:00～ 12:30  菜saiのお料理講座 19:00～21:30</p>
11	12	13	14	15	16	17
	<p>おしゃべり文字 13:00～15:00 季節を楽しむお茶時 間 13:30～18:30～</p>	<p>季節のアロマクラ フト作り 10:30～18:30～</p>	<p>初めての投資信託講座 10:00～19:00～  簡単!!美味しい シェフごはん 19:00～21:30</p>	<p>心地いい暮らしをつくる 整理収納セミナー 10:30～12:30</p>	<p>イタリア味めぐり 10:00～12:30</p>	<p>カラダに優しいス イーツ 10:00～12:30</p>
18	19	20	21	22	23	24
	<p>あちろ スイーツ講座 10:00～13:00 19:00～22:00</p>	<p>ちひろさんの ビーズ教室 13:30～15:30</p>	<p>幸運を引き寄せる指ヨガ 講座 18:30～20:00  美肌ごはん 10:00～12:30 低糖オープン 19:00～21:30</p>	<p>ホームファイ リング講座 10:00～12:00</p>		<p>アロマ&amp;ハーブで暮ら しとカラダを元気に! 10:30～12:30 未来をつくるお片付け講座 10:30～12:00 骨格スタイル分析入門講座 15:00～16:00 ストールレッスン 13:00～14:00 白磁を彩るポーセラーツ 10:00～12:00</p>
25	26	27	28	29	30	
		<p>旬野菜 レッスン 19:00～ 21:30</p>	<p>初めての投資信託講座 10:00～19:00～</p>		<p>旬野菜レッス ン 10:00～12:30</p>	

キッチンスタジオ・文化教室 11月のプログラム

お申し込みはお電話1本！おひとり様、大歓迎です♪



《ラクレットを食べ比べよう！》

「あしよろチーズ工房」の佐々木 司さんをお迎えして、話題の「十勝ラクレットモールウィッシュ」と食べ比べを楽しみましょう！

1日(木)19:00~21:30 受講料¥1,620 材料費 ¥1,500  
長原 ちさと(C.P.A認定チーズプロフェッショナル)  
佐々木 司(フランスギルド協会ギャルド・エ・ジュレ叙任あしよろチーズ工房)

「知っていますか？食品添加物のこと」

添加物の目的は？表示の見方は？栄養士の講師が分かりやすくお伝えします。

軽食付き 10日(土) 10:00~  
講演会 受講料 ¥2,160 材料費 ¥500(軽食あり)  
真鍋 芳恵(Y'sクッキング主宰 料理研究家)

野菜がおいしく食べられるコトメ屋さん「菜saiのお料理講座」

いつもの野菜を新鮮味に！！10日(土) 19:00~21:30  
芽室産落花生を使ったお料理提案！  
受講料 ¥1,620 材料費 ¥1,100  
ささき かなこ(菜saiオーナー)



生産者クッキングライブ

「美味しさのつくり手」

十勝ホエー豚の先駆けとして知られる源ファーム。出産から加工まで自社で行う、それは【安心をお届けしたいから。】その思いと、脂身がほんのりあまくジューシーなホエー豚を楽しみませんか？  
12日(月) 19:00~21:00 受講料¥1,080 材料費 ¥1,200  
大美浪 孝志「大樹町 源ファーム」



イタリア味めぐり

鹿肉のチョコレートソース、オレンジ風味 ハーブのフォカッチャ  
日(金)10:00~12:30  
受講料 ¥1,620 材料費 ¥1,400  
タケベ ミホ(イタリア料理研究家)



Cakeとcaféあちろのスイーツ講座 みんなでチャレンジ!!  
「シュトーレン風ケーキオフリュイ」

19日(月)10:00~ 19:00~  
受講料¥2,160 材料費¥1,500くらい(お持ち帰りあり)  
織田 武司(オーナーシェフ)



晴café低糖オープン  
食べて満足!糖質オフ「スフレチーズケーキ」  
21日(水) 19:00~  
受講料¥1,620 材料費¥1,500(お持ち帰りあり)  
景山 善美(晴caféオーナー/糖質オフアドバイザー)

「簡単!美味しいシェフごはん」

~皮からつくる手作り餃子他

1日(木)10:00~ 14日(水)19:00~  
受講料¥1,080 材料費¥1,200(おみやげ付)  
~チンローーストイタリア風、ほうれん草のキッシュ 他  
12月5日(水)10:00~ 12月19日(水)19:00~  
受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,400 (おみやげ付き)  
結城 一洋(元 ホテルシェフ)



「美肌ごはん」

~板麩のラザニアセット  
9日(金)19:00~ 21日(水)10:00~  
受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,100

「カラダに優しいスイーツ」

~りんごのガトー  
17日(土)10:00~  
受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,500(お持ち帰りあり)

「旬野菜レッスン」

~ほうれん草のジェノベーゼパスタ 他  
28日(水)19:00~ 30日(金)10:00~  
受講料 ¥1,080 材料費 ¥1,500

三浦 智代江 (癒食 Kitchen 主宰)



講座の様子や情報は随時スタッフぶろぐ発信中！



年末に向けてお片付け特集♪

お部屋をスッキリ♪  
徳本 先生の  
心地いい暮らしをつくる  
整理収納セミナー  
11月15日(木)  
10:30~12:30



心からスッキリ♪  
山田 先生の  
心を整理して  
明るい未来をつくる  
お片付け講座 (全3回)



書類をスッキリ♪  
松田 先生の  
ホームファイリング講座  
11月22日(金)  
10:00~12:00



からだをスッキリ♪  
生駒先生の  
幸運を引き寄せる  
指ヨガ講座  
11月21日(水)  
18:30~20:00



ハンドメイド石けん教室

受講料：¥1,080  
材料費：¥1,500~



写真は見本です  
講師 畠山 直美

11/8(木) 10:00~

アロマ&ハーブで暮らしとカラダを元気に!  
~バイカラーで作るアロマキャンドル~



受講料：¥1,080  
材料費：¥1,500~  
講師 清水 のりえ

11/17(土) 10:30~

アロマテラピーのお話とアロマクラフト作り

☆お好きなトーンで作る  
~アロマバスソルト  
☆自分みで作る  
~アロマボディソープ

受講料：¥1,080  
材料費：¥1,620



講師 荒谷 智子

11/13(火) 13:30~  
18:30~

花あそび

人気のカレイドフレームを使っておしゃれなXmas壁飾りを作ります。  
数種類がござりますので見本は別物となる場合がございます。  
詳しくは風合わせて！

受講料：¥1,080  
材料費：¥1,800



講師 澤崎 容子

11/8(木) 13:00~

各講座の受講料、材料費はお気軽にお問い合わせください。