

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

★...PROFESSIONAL CLASS

メニュー、テイクアウト、持ち物などのレッスンに関する詳細情報はこちらからご確認ください



■ お料理教室 ■ カルチャー教室
■ TAKE OUT ■ お持ち帰りあり ■ SWEETS ■ おやつ付き

2月,16日 10:00-12:30 にこぱん教室



イーストドーナツ
 軽い食感のドーナツをハニージェーズとシナモンシュガーで仕上げます。
定員 各8名 **受講料** 3800円
講師 きくたにさやか

3日 10:00-13:00

Enjoy Life



チーズベーコンソフトフランス
 食卓を華やかにしてくれる食事パンを楽しく作ってみましょう。
定員 8名 **受講料** 3600円
講師 biscuit535 Rica

5日 10:00-12:00 / 13:00-15:00

絵とおやつのか



Rainy Day
 雨の情景をソフトパステルを使ってふんわりと描きます。お好きな色で自由に絵を楽しみましょう。型紙付き。
定員 各8名 **受講料** 3000円
講師 おかざきさとみ

6日 10:00-13:00 おうちフレンチ初級編



フランス家庭料理とお菓子
 ほったらかしてふんわり仕上がる鶏ささみ肉を使った米ナスのサラダ、茹で汁も活かした季節のスープ、デザート。
定員 6名 **受講料** 3500円
講師 Le Chat Botté 主宰 雑穀アドバイザー やすまゆかり

10日 10:00-13:00 畑のご馳走 by kitten遊び



野菜のおやつ2種類♪
 新じゃがを使ったチーズケーキとレンコン胡麻だんごを作ります♪
定員 8名 **受講料** 3500円
講師 女子栄養大学認定校「畑のご馳走」主宰 吉田敦子

12日 10:00-12:30 ふんわりぱん教室



初夏のレモンタルト
 爽やかレモン香るフィリングとふんわりぱんのコラボを楽しもう。
定員 7名 **受講料** 3500円
講師 ちえこママ

14日 10:00-12:00 / 13:30-15:30 ティータイムレシピ



チーズテリーヌ
 しっとり濃厚な極上チーズテリーヌです。
定員 各7名 **受講料** 4500円
講師 古住晴美 (今田美奈子お菓子教室製菓コース師範)

17日 10:30-13:30 コリアンキッチン



海鮮餃子を作っちゃおう
 皮から手作り!形も3種類を楽しんで作ってみましょう。コチュジャンチュモツパ、饅頭スープ、季節のキムチ。
定員 8名 **受講料** 3800円
講師 梁玉恵

18日 10:00-11:30 筋膜リリース&ストレッチ



凝り固まった筋肉をリセットし血流もUp。ストレッチもあわせて細胞から身体を活性化します。
定員 8名 **受講料** 2500円
講師 Ayumi

19日 10:30-12:30 手作りせっけん



どくだみ石けん
 どくだみは「十薬」という別名があるほど、効能の高い薬草です。どくだみのパワーを石けんに閉じ込めます。
定員 6名 **受講料** 4500円
講師 はまぐちみゆき

20日 10:00-13:00 おうちフレンチ



ヘルシーエイジング料理塾
 スーパーで見かける厚切りのアンガスビーフ。部位に分けて、ステーキや煮込みなどに美味しくお料理しましょう。簡単デザート付き。
定員 6名 **受講料** 4300円
講師 Le Chat Botté 主宰 雑穀アドバイザー やすまゆかり

21日 10:00-11:00 アロマテラピー教室



ラベンダーボディジェル
 ひんやりと清涼感が心地いい夏仕様のボディジェル。デオドラント作用のある心安らぐやさしいラベンダーの香り。
定員 8名 **受講料** 2800円
講師 AEAJアロマイストラクターアーユルボータ asayo

23日 10:00-13:00 飾り巻きずし教室



紫陽花とかたつむり
 ゆかりと紅生姜を使ったさわやかな味の巻きずしを作ります。
定員 6名 **受講料** 3000円
講師 調理師・デコ巻きマイスター 渡辺敏子

24日,25日 10:00-13:00 スイーツレッスン



クッキーシュー
 ワンランク上を目指して、クッキーシューを作ります♪
定員 6名 **受講料** 4000円
講師 パティシエールよしの

30日 10:00-12:00 ヨガ教室 (FeetUp Yoga®)



「初心者でも、驚くほど簡単に逆さまになれちゃう新感覚ツール」で、多彩なストレッチ。体幹強化からリラックスまで体験できます。
定員 8名 **受講料** 4200円
講師 Ayumi

*写真はイメージです。