

レストランテ厨

095-865-9798 11:30~14:00、17:30~21:00 毎週水曜、第一日曜休

いつもとちょっと違った持ち寄りパーティやお花見に

レストランテ厨のオードブルは、ペペロナータ、フリッタータ、ポルペッティ、スープリなど創作イタリアンがメイン。いつもよりちょっと贅沢な持ち寄りパーティやお花見にいかがですか？

1人前 1,300円(税別)~ ※容器代込み
※ご予算によって内容は異なります
※2人前から受け付けます
※ご予約は3日前までにお願い致します



※写真は一例(4人前)です。

吾妻町の岩崎さんの有機野菜、江迎町の林さんの味菜自然豚などシェフ自ら県内各地の生産者の元へ足を運び、選んだこだわりの食材で、創作イタリアンをご提供いたします。



ランチメニュー 一例

金額は税別

- ・大地のサラダdeランチ ¥1,150
- ・プチオードブル付パスタランチ(写真) ... ¥1,300
- ・週替ランチプレート ¥1,350
- ・ぜいたくランチコース ¥3,000



kuriyaの家

095-856-8101 10:30~17:30

フルリノベーションは、もはや新築

愛着のある住み慣れた家、古いけど好立地なマンション、趣ある庭付き古民家。どれも良いけれど、長く住むことを考えると不安。そんな時はフルリノベーションがおすすめ。間取りや仕上げの素材はもちろん、水道管やガス管等も更新することができます。最新の施工事例などHPにてご覧ください！



kuriyaの家は、みんなが集うキッチンを中心とした心地よい住空間をご提案しています。仕上げの質感や素材を大切に、シンプルで肌触りの良い空間は、住まい手に寄り添う一生ものです。新築・リノベーション・キッチンをはじめ、お家のお困り事はお気軽にご相談ください。

- モデルルーム・モデルハウス見学は随時受付中(予約制)
- 施工例などはHP・fb・igをチェック！「kuriyaの家」で検索



料理道具・料理教室・ガス器具

kuriya

kuriyaはチョーブロがお届けする暮らしのブランドです

「台所からはじまるささやかな日常の幸せ」をテーマに、料理道具・生活用品を販売するセレクトショップ。出産祝、引出物などオリジナルギフトも承ります。また、食にこだわった料理教室や女性のためのワークショップを毎月開催。創作イタリアンの店、オリジナルキッチン、ガス器具の販売・リースなど、豊かな暮らしの提案も行っています。

kuriyaの最新情報はここから

- 📍 ブ ロ グ → [kuriya](#) 検索 🔍
- 📘 フェイスブック → 料理道具・料理教室kuriya で検索
- 📷 インスタグラム → アカウントは kuriya_nagasaki
- 📻 ラ ジ オ → FM長崎 毎週金曜日13:30~「kuriyaのある暮らし」

kuriyaメール会員募集

料理教室、イベントのお知らせ、お誕生月の特典もあり店頭、kuriyaのホームページからもお申し込みできます



本店

長与町高田郷62-1 095-856-8101
10:30~17:30
毎週水曜・第一日曜・月末休

レストランテ厨

長与町高田郷62-1 095-865-9798
11:30~14:00、17:30~21:00
毎週水曜、第一日曜休

大村店

大村市水主町2-971 0957-27-3171
10:30~17:30
毎週水曜・第一日曜・月末休



〈ゴールデンウィークのご案内〉

kuriya本店・大村店:4/30(火)~5/6(月・振休)はGW休暇。※5/7(火)より通常営業
レストランテ厨:4/30(火)は通常営業、5/1(水)~5(日)はGW休暇。※5/6(月・振休)より通常営業

kuriya

n e w s

4

2019

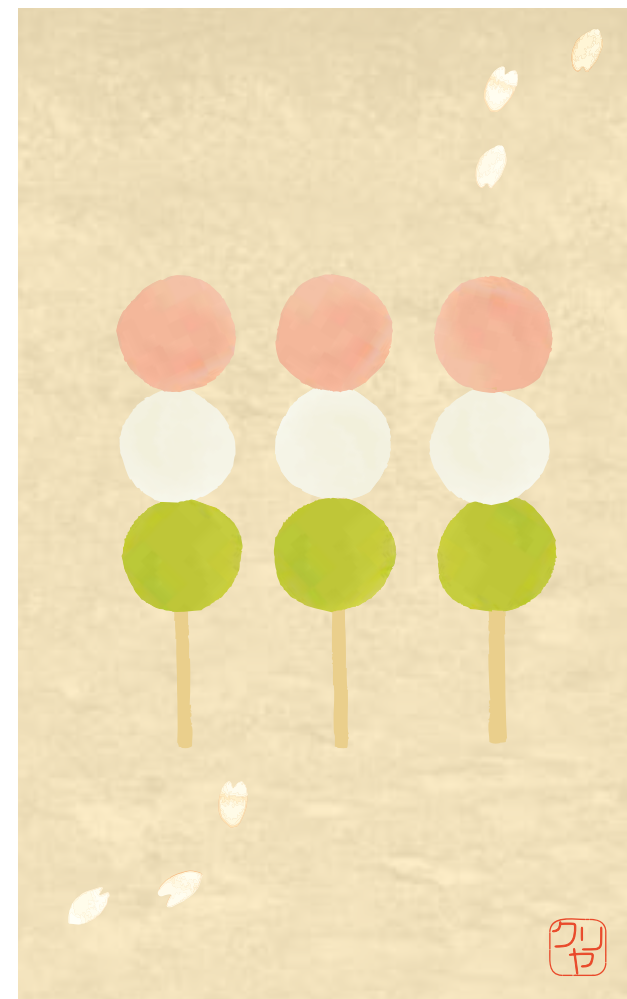
おすすめ道具の紹介

フェア、イベント

料理教室、ワークショップ

レストランテ厨

kuriyaの家



shop information

4月のテーマ 春のおでかけ

暖かな陽射しのもと、色とりどりの花が咲き始めると、さあ、おでかけの季節到来です。紫外線を防ぐ日傘や帽子、アームカバーも忘れずに。肌寒さを感じる時にはざっと羽織れるリネンのストールがあると便利。お気に入りのカゴにお弁当や飲み物を詰め込んで、春のおでかけを楽しみませんか？



期間限定 ～初夏から楽しむ～ 大人のリネンシャツ vol.3

4/19(金)～29(月・祝) 本店・大村店
※期間中、4/24(水)は店休日



今回で3回目となる企画展、soutiencolと garden of paradiseのリネンシャツを今年もご紹介します。上質な素材と、完成されたデザインが織りなす着心地の良さ。これからの季節、手放せない一枚です。

商品情報 有元葉子の世界 ～la base(ラバーゼ)～



本当に使いやすいものが欲しいという料理研究家・有元葉子さんの思いと日本の生産技術から生まれた「la base」の道具。出汁をとったり、野菜を洗ったり、食材の下味、水切り、油切りなど、ざるやボウル、バットを使うことからはじまると言ってもいい台所仕事。機能的な道具で、手際よく下ごしらえができれば、料理はもっと楽しくなります。

ニュース kuriyaの月イチマルシェの 仲間が増えました!

グリーン・グロッサリーストア
GREEN GROCERY STOREの出張販売
4/14(日)10時半～ 本店入口付近



長崎市興善町の路地裏で、自然栽培の野菜やこだわりの食材を販売しているお店が出張販売にやってきます。野菜のほか、人気の三原豆腐店さんの厚揚げなども販売予定です。

天と地の恵み やさい販売 4/27(土)10時半～ 本店入口付近



南島原市より田中山自然農園、草虫菜広セ、鈴木ファームの3農園が、無農薬野菜・加工品を販売。生産者の方と直接お話ししながら選べますよ。

※大村店:Figues pain marche(フィグパン マルシェ)は、4月はお休みです。詳しくは大村店スタッフまで。

料理教室・ワークショップ

🍴=料理教室 🍷=ワークショップ

4月 ● 本店教室 ● 大村店教室 ● 店休日

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	5/1	2	3	4

本店

4/16(火)10:30～ **NEW!**
「CONDATEのお弁当教室」🍴
澁谷 啓之 先生(CONDATE店主)
4,000円(税別) 15名
*季節の野菜を中心としたお弁当を販売されているCONDATE店主・澁谷さんから、見て美しく食べて美味しいお弁当作りのコツを学ぶ教室。当日は3品を実際に作ります。
*野菜の扱い方や、お弁当箱への詰め方も伝授。季節に合わせた澁谷さんお手製のおかずも加えて、皆様でお弁当箱に詰め合わせ、ご試食いただきます。
当日作るメニュー/春の混ぜご飯・コロケ・白和え・味噌汁
※申し込み多数のためキャンセル待ちにて受付中

4/27(土)10:30～ **NEW!**
「野母崎の漁師が教えるカマボコの作り方」🍴
三浦 凡夫 先生(おおとり丸漁師)
3,000円(税別) 18名
*野母崎で獲れた新鮮な魚を使って、昔ながらのカマボコを作ります。
*お刺身の包丁のひきかたなど、魚料理の基礎も学べる教室です。
・手作りかまぼこ(野菜入りと素揚げ)
・地魚のお刺身
・味噌汁 ・ご飯

4/23(火)13:00～
「プロが教えるお家お片づけ術
～世代別で考えるお片づけ術～」🍷
村里 法子 先生・入口 李華 先生(生活空間アドバイザー) 1,500円(税込) 10名
*仕事、結婚、出産、子育て、介護…家族の形や部屋の使い方など、私たちの暮らしは変化し続けます。今回は、環境や年代に応じて心地よく暮らせる(片づけ術)を実例も交え、年表で整理しながら考えていきます。お茶&お菓子をいただきながら一緒に話しましょう。

毎週月曜日(4/1,8,15,22,29)19:00～20:15
「ピラティス/ジャイロキネシス クラス」
Shizuka先生(studio glow) 2,000円(税込)
※お申し込みは直接先生まで→
090-7153-6689または
shizuka630london@yahoo.co.jp

4/18(木)10:30～「ママのための食育塾」
谷川 千夏 先生 3,000円(税別)
※お申し込みは直接先生まで→
090-8288-7606

4/20(土)10:30～
キラッククラブ 楽々お料理レッスン
「道具と作る日常の和食～普段に生きる日本の料理道具～」参加費:500円
*最新ガスコンロの使い方やさまざまな機能を実感できる、お手軽レッスン。

大村店
4/16(火)10:30～ **NEW!**
「米粉屋の春の料理教室」🍴
平田 順子 先生(米粉屋) 2,800円[税別] 8名
からだにやさしい米粉レシピを学びます。
・米粉のパンケーキ ・カリカリフライドチキン
・米粉のやさしいグラタン
・春野菜のサラダ
・米粉のブランマンジェ

4/20(土)13:30～「川添酢造 味噌作り教室」🍷
3,700円(税込) 15名
*5キロの米と麦の合わせ味噌を作ります。
*容器が必要な方は、別途500円頂きます。
お申し込みの際にお伝えください。

4/22(月)10:30～
「暮らしに役立つ筆ペン習字教室」🍷
佐藤 風水 先生 2,500円(税込) 8名
*筆ペンを使って、「都道府県」の字を基礎から学びます。所要時間約2時間(休憩あり)
※材料費込み(初回講座で筆ペンをご購入され、ご持参の方は500円引き)

お申込みは、お電話、HP、店頭で。
095-856-8101(本店)
0957-27-3171(大村店)
※お申し込み時点で定員に達している場合は、キャンセル待ちとさせていただきます。
※3日前からキャンセル料が発生いたします。
予めご了承ください。

※内容は変更になる場合があります。
※ワークショップはkuriyaポイント付与の対象外とさせていただきます。

5月の料理教室・各講座 ※内容変更の場合あり。※5月のご予約は4月初旬開始。詳しくはkuriyaHPをご覧ください。

(本 店) 17日(金)「初夏の和菓子教室」 中村 史子 先生
19日(日)「女性のための東洋医学講座」 川崎 知寿 先生(薬剤師・はり師・きゅう師)

(大 村 店) 7日(火)「FIGues pain 天然酵母パン Lesson」 井上 裕子 先生
20日(月)「暮らしに役立つ筆ペン習字教室」 佐藤 風水 先生

舌の診察は、
口を開けてべっつと舌の奥まで
みえるように舌を長く出して
すばやく観察してみましょう。
自分の舌を毎日診る習慣をつけて、
体調の自己管理に
役立ててみませんか？

*薬剤師・はり師・きゅう師の川崎 知寿(かわさきちず)先生の「女性のための東洋医学講座」はツボや薬膳、漢方についてわかりやすく学べる人気の講座です。今回は5月にkuriyaにて開講予定です。



★健康な舌は★

- 舌の舌の表面にある苔(舌苔):白色で全体にうつらうつらしている
- 色:薄いピンク色
- 形:口の中に収まるちょうどいい大きさ
- 動き:めぬめりに動く
- 舌の裏舌の裏の静脈(舌下静脈)に腫れがない

★舌の色を確かめてみる

- 白く内臓の冷えがある
- 黄色い→内臓に熱が停滞している
- 厚い苔→消化不良がある

★舌の特徴を確かめてみる

- 濡が入っている→血液の不足(栄養不足)
- 裏をみると静脈が浮き出ている→血の流れに滞りがあり、血が部分的に留まっている
- まわりに歯のあとがある→水の滞り(むくみ)がある

★舌の色を確かめてみる

- 淡く白っぽい→体質虚弱で疲れやすい
- 暗紫色→血液の流れに滞りがある
- 赤色→熱があり、陽気が過剰
- 白っぽい
- 暗紫色

厚い、白い、黄色い、歯のあと、静脈が浮き出る

女性のための東洋医学ミニ講座
「東洋医学の診察」について
東洋医学では「望診」「問診」「聞診」「切診」からなる「四診」という独特な診察を行います。今回はその人の状態を目で見て診察する「望診」の中の「舌診」について説明したいと思います。舌は、粘膜が薄く透明なので、身体を流れる血液の色が分かり、身体のコンディションや冷え、むくみ、栄養状態などが、舌の色や特徴として現れます。