

3月の料理教室・各講座のご案内

本店

料理教室

3/4(土) 11:00~

「医食同源セミナー～春の息吹をいただくランチと旬トマトの食べ比べ～」

講師:浅田 ゆかり 先生(シニア野菜ソムリエ) 受講料:3,000円(税別) 定員:15名

*冬の身体をリセットして、春の野菜から自然の恵みをたっぷりいただきます。
青果物ブランディングマイスターが選んだ「トマトの食べ比べ」や生産者のお話も聞けます。

フレイバーティ付き

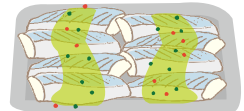
・バランスベジフルランチ(肉、魚、小麦は不使用) ・トマトのガスパチヨ
・鹿児島、徳島、長崎の本当に美味しいトマト5種の食べ比べ



料理教室

3/10(金) 13:00~「作ってみよう魚の保存食」

講師:天洋丸×黒川 陽子 先生 受講料:2,800円(税別) 定員:15名



*雲仙市橘湾の生産者のお話を交えながら魚の保存食作りとオープンサンドの試食をします。

・魚屋直伝オイルサーディン ・コノシロのマリネ

※持ち帰りあり(300ml程度の容器と密閉袋2枚をご持参ください)

WORK SHOP

3/19(日) 13:00~「糸島〈ミツル醤油〉しょうゆ作り教室」

講師:城 慶典 先生(ミツル醤油醸造元4代目) 受講料:3,000円(税別) 定員:20名

・醤油ってどうやってできる? ・利き醤油に挑戦! ・自分で醸造! 醤油作り体験

WORK SHOP

3/26(日) 12:00~

「ミナクマリさんによるブレンドチャイのワークショップ」

New!!

講師:ミナクマリさん 受講料:2,800円(税別) 定員:15名

*チャイを美味しく淹れる方法やインドのお話が聞けます。

※レストランテ厨のキッシュ&デザートミニプレート付き

オリジナルブレンド茶
のお土産付き



ミナクマリさんプロフィール インドの楽器シタール奏者・シンガー。Charaやゴンザレス三上(ゴンチチ)など国内のアーティストとも共演。インドの紅茶専門学校を卒業したティーブレンダーとしても活躍中

WORK SHOP

3/26(日) 11:00~

「女性のための東洋医学講座～東洋医学を知ろう①～」

講師:川崎 知寿 先生(薬剤師・はり師・きゅう師) 受講料:3,000円(税別) 定員:10名

・東洋医学の考え方を基礎から学び、膝痛、腰痛、肩凝り、頭痛、浮腫み、風邪といった幅広い症状のツボをご紹介します。アロマのお灸をしていきます。

★毎週月曜日(3/6、13、20、27) 19:00~20:15 「ピラティス/ジャイロキネシス クラス」

講師:Shizuka 先生(作業療法士) 受講料:2,000円(税込)

※お申し込みは直接先生まで→shizuka630london@yahoo.co.jp

★3/12、3/26、(日) 13:00~16:00 「薬膳フードデザイナーBASIC(初級)資格認定講座」

講師:FOODandLIFE 認定講師「薬膳フードデザイナー」林 眞実 先生

※お問い合わせは直接先生まで→the_signs_of_mami@yahoo.co.jp、090-8627-3977

★3/9(木) 10:30~「ママのための食育塾」

講師:谷川 千夏 先生 受講料:3,000円(税別) ※お申し込みは直接先生まで→090-8288-7606

★3/25(土) 10:30~ キラクッククラブ ガスコンロ体験レッスン ※詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

料理教室・各講座 お申し込み方法

お電話、ホームページでお申し込みください。店頭でも受付可能です。

TEL:095-856-8101(本店) 0957-27-3171(大村店) URL:http://www.chopro.co.jp/kuriya/

※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日前からのキャンセルは1,000円、当日のキャンセルは受講料全額をお支払いいただきますので、ご了承ください。