

# 10月の料理教室・各講座のご案内

本店

料理教室

10/14(日) 10:30~

塩麴の持ち帰りあり

## 「オリジナル塩麴で遊ぶ食卓」

講師:石田 真澄 先生(haru pizza店主) 受講料:3,000円(税別) 定員:12名

・オリジナル塩麴を作ります。パスタ、シューマイ、サラダ…塩麴をたっぷり使ったメニューを楽しみましょう。

10周年特別企画

10/20(土) 10:30~

## 「武富勝彦氏が伝える 身体を作る基本の料理とお話会」

講師:武富 勝彦 先生 受講料:2,500円(税別) 定員:20名

・3時間炊き玄米 ・味噌汁 ・ゴマ塩 ・葱味噌 ・玉ねぎドレッシング



武富 勝彦 先生プロフィール 病気をきっかけに23年間の高校教師生活に終止符を打ち、農業の道へ。佐賀県江北町で古代米や野菜を作る一方、雑穀を使った加工品の商品開発を手がける。有機無農薬農業の実践者。その活動が、イタリアの本部をおく国際的な食文化ボランティア団体「スローフード協会」に認められ、2002年、アジア初となる“スローフード大賞審査員特別賞”を受賞。

WORK SHOP

10/16(火) 13:00~

## 「プロが教えるお家お片づけ術・実践編~使いやすい!食器棚の収納法~」

講師:村里 法子 先生・入口 李華 先生(生活空間アドバイザー) 受講料:1,500円(税込)定員:10名

・毎日使う食器棚。便利グッズを使いこなして、すっきり使いやすい片付け術をお教えします。  
また、みんなで家のいろいろなお困り事を話しながら情報交換しましょう。

お茶とお菓子付き

WORK SHOP

10/27(土) 13:30~「川添酢造 味噌作り教室」

受講料:3,300円(税込) 定員:20名

\*5kgの麦味噌を仕込みます。

\*容器が必要な方は、別途500円戴きます。お申し込みの際にお伝えください。



WORK SHOP

10/28(日) 13:00~

## 「女性のための東洋医学講座~体質改善教室~」

講師:川崎 知寿 先生(薬剤師・はり師・きゅう師) 受講料:3,240円(税込) 定員:10名

・顔や舌、目や爪や便などに出るサインから体質診断。お灸や手を使って治療を行います。



★10/23(火) 10:30~ キラッククラブ 楽々お料理レッスン

「リンナイ・デリシア専用アプリを体験! ~秋の味覚を楽しむランチ~」 参加費:500円(税別) 定員:12名

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。※詳しくはスタッフにお尋ねください。

★毎週月曜日(10/1、8、15、22、29) 19:00~20:15 「ピラティス/ジャイロキネシス クラス」

講師: Shizuka 先生(作業療法士) 受講料:2,000円(税込)

※お申し込み→shizuka630london@yahoo.co.jp

★10/19(金) 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→090-8288-7606

### 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日前からキャンセル料が全額発生します。予めご了承ください。

※メニューや内容は変更になる場合があります。また、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。予めご了承ください。