

# 常設講座のご案内

受講生随時募集中

ご見学  
無料!

登録料550円と受講料でどなたでも会員登録できます!

授業を15分程度、実際にご覧いただけます。  
※曜日のみは毎週(月4回)の講座です。※受講料は特定講座を除きすべて1カ月分です。(3カ月前納)  
※満席講座、途中入会できない講座があります。詳細はお問い合わせください。  
※★印は、女性限定講座です。※☎印は、平野学園教室での講座です。

講座名	講師	コースなど	受講曜日	受講時間	受講料	体験会
こどもバレエ(神八亜古バレエスクール)	神八亜古ほか	幼児・児童	月3回土	11:30~12:30	4,950円	4/15

体験特典

体験会対象講座へ  
参加当日に  
登録手続きの方

1カ月分受講料  
無料

# 春の体験会のご案内

4月1日(土)~4月28日(金) 1講座受講料800円(税込)

- 事前の申し込み・手続きが必要です。●一部、教材費等の必要な講座があります。
- 満席になり次第、締め切ります。お早めにお申し込みください。
- ★印は、女性限定講座です。●☎印は、平野学園教室での講座です。

## こども

### こども ヴァイオリン

ヴァイオリニスト  
廉めぐみ  
第1・3水曜17:20~18:20  
1カ月(2回)分  
4,840円(税込)



ヴァイオリンの持ち方、弾き方など、大切な基礎基本をじっくりと教えていきます。まずは楽譜を読むことから始め、グループレッスンで楽しく学びます。楽器レンタル有り。対象:小学生以上

春の体験会 4月3日(月)

### こどもバレエ (林葉子バレエアカデミー)

林葉子バレエアカデミー主宰  
林葉子ほか  
木曜16:45~17:45(幼児~小1)  
17:45~18:45(小2以上)  
1カ月(4回)分5,940円(税込)



3歳から一般の方まで、基礎から丁寧に責任を持って指導します。幼いから大人まで、それぞれの目的に合わせた指導を行います。段級位を取得可能。お子さまは学校等の作品課題の指導もします。

春の体験会 4月20日(木)

### こども体育を応援する 「こども体操教室」

器械体操インストラクター 竹内香里  
水曜  
HOP 15:30~16:20(2歳半~4歳半)  
STEP 16:30~17:30(4歳~7歳)  
JUMP 17:40~18:40(小学生以上)  
1カ月(4回)分5,280円(税込)



体操を通じて身体面・精神面はもちろん、挨拶・礼儀などの社会性を育みます。基礎体力の向上、難しい技にチャレンジをしていくためのからだの使い方をしっかり学びます。

春の体験会 4月19日(水)

### こどもから大人まで通える書道

教育習字普及連盟教授 日比野香月

土曜13:15~14:45  
こども1カ月(4回)分5,280円(税込)  
大人1カ月(4回)分5,500円(税込)



毛筆と硬筆の2つが学べます。幼いから大人まで、それぞれの目的に合わせた指導を行います。段級位を取得可能。お子さまは学校等の作品課題の指導もします。

春の体験会 4月8日(土)

中学生から大人までの洋画教室	小川満章	月3回月	18:15~20:15	6,160円	4/3	
幼児のさんすうtoよみ・かき	大石京美	4歳~小1	月 15:30~16:30	5,280円		
大石そろばん教室	大石京美	月	16:30~17:30	5,280円	4/3	
		水	17:00~18:00	月8回 8,360円		
こども書道(ふで・えんぴつ)	本田煌雲		火 16:30~18:00	5,280円	4/11	
はじめての「かきかた」	金山紫音	年中~小1	木 16:00~17:00	5,280円	4/20	
		小2以上	木 17:00~18:00	5,280円	4/13	
ジュニアHIP HOP	MIU	初級	火 18:15~19:15	5,720円	4/4	
		中級	火 19:30~20:30	5,720円		
チアドラゴンズ★	AIKA	年長~小3	水 17:00~17:50	5,500円	4/12	
		小4~小6	水 18:00~18:50	5,500円		
キッズダンス	RIHO	2歳半~4歳	金 16:00~16:50		4/21	
		4歳~6歳	金 17:00~17:50	5,720円	4/14	
こども空手・少年空手	浅井絵美	年中~小3	木 17:00~18:15	5,940円 保険料850円 年会費500円	4/6	
		小4以上	木 18:30~19:45	5,940円		
こどもバレエ(川島ナナバレエ研究所)	川島ナナバレエ研究所講師	3歳~小1	月 16:30~17:30	5,940円	4/3	
		小2以上	月 17:30~18:30	5,940円		
こどもバレエ(Grand Jete Emiバレエアカデミー)	井川依美	幼児・児童	金 16:30~17:30	5,940円	4/21	
		トウシューズ	金 17:30~18:30	5,940円		
こどもバレエ(神八亜古バレエスクール)	神八亜古ほか	幼児・児童	月3回土	11:30~12:30	4,950円	4/15
		幼児~小1	土	13:30~14:30	5,940円	4/22
こどもバレエ(越智インターナショナルバレエ)	越智久美子ほか	小2以上	土	14:30~15:30	5,940円	
		トウシューズ	土	15:30~16:00	880円	

## 創作

川柳入門	成瀬雅子	第1水	13:00~15:00	2,530円	4/5
短歌入門一鑑賞と作歌一	栗山繁	第2水	13:00~15:00	2,530円	4/12
小説・エッセイ	吉村登	第1土	13:00~15:00	2,530円	

## ダンス

### ジャズダンス

岐阜県  
ジャズダンス協会  
公認指導者  
磯村陽子  
月曜  
10:30~12:30  
1カ月(4回)分  
6,160円(税込)



ゆっくりとした音楽に合わせてストレッチをして、基本のステップからコンビネーションの指導をします。

春の体験会 4月3日(月)

### 魅惑のベリーダンス★

エルメスダンスカンパニー  
インストラクター EMi  
金曜  
15:30~16:30  
1カ月(4回)分  
7,788円(税込)



胸、お腹、腰などからだの各パーツを個々に動かしながら踊るのが特徴。女性らしい身のこなしやシェイプアップにも効果的!年齢、体型に関係なくどなたでも気軽に参加できます!

春の体験会 4月28日(金)

クラシックバレエ★	川島ナナバレエ研究所講師	月	18:45~19:45	6,160円	4/3	
大人のためのボディメイクバレエ★	井川依美	基礎	第1・3火	14:00~15:00	3,960円	4/18
		中級	第1・3火	15:05~16:05	3,960円	
ヘルシージャギー	阪 智子	水	14:30~16:00	6,160円	4/5	
チアドラゴンズ・ダンスレッスン「ガールズ」★	AIKA	水	19:00~20:00	6,160円		
社交ダンス	渡邊憲司	金	10:30~12:30	6,160円	4/28	
楽しいハワイアンフラ★	儀賀昌美	水	11:00~12:30	6,160円		
フラダンス★	宮原 環 古澤嘉代	初級	木	10:30~12:00	6,160円	4/13
		中級	木	15:30~17:00	6,160円	4/15
すてきなフラダンス★	ブナニ小林フラスクール	第2・4土	10:30~12:00	3,960円	4/22	

## 日本の芸能

### 伝統文化をたしなむ「詩吟舞踊」★

詩苑吟友会 剣詩舞師範  
高崎美松・高崎清苑  
第1・3水曜19:15~20:45  
1カ月(2回)分  
4,400円(税込)



日本古来の漢詩、和歌に一定の旋律を付けて朗誦する詩吟、これに併せて扇や剣を持って舞います。日本の歴史にふれながら演目を行い、凛とした和の美しい所作が身に付きます。

春の体験会 4月19日(水)

### 大正琴

琴城流師範  
松井真紀  
第2・4月曜  
10:30~12:30  
1カ月(2回)分  
4,400円(税込)



初心者から上級者まで段階に応じた教則本で分かりやすく指導します。

春の体験会 4月24日(月)

箏曲・三絃・尺八	小島君代	月	13:00~14:00			
		月	14:00~15:00	6,160円	4/10	
		月	15:00~16:00	6,160円	4/10	
はじめての箏曲		月3回月	16:00~16:45	4,950円	4/10	
一絃琴	大野響苑	☎ 初級	第2・4月	13:00~15:00	4,400円	4/24
		☎ 中級	第2・4月	13:00~15:00	4,840円	
落語を楽しむ	三遊亭笑くぼ	第4月	13:00~15:00	2,530円	4/24	
はじめての尺八	中根西光	第2・4月	18:00~20:00	3,960円	4/24	
謡曲と仕舞~観世流~	久田三津子	☎ 謡曲	第1・3火	10:30~11:30	3,960円	4/4
		☎ 謡曲と仕舞	第1・3火	10:30~12:00	4,400円	
深山流舞踊	深山延靖	火	13:00~15:00	5,940円	4/25	
津軽三味線	新津里堃	第2・4火	18:30~20:00	4,840円	4/11	
琉球音楽「三絃と島唄」	尾関由記子	第1・3金	13:00~15:00	4,400円	4/21	
民謡	川崎瀧玲	金	13:30~14:30	5,940円	4/14	
民謡・三味線		金	14:30~15:30	5,940円	4/14	
篠笛と能管	河合 保	第2・4金	13:30~15:00	3,740円	4/14	
		第2・4土	10:30~12:00	3,740円	4/22	

## 文学・宗教・歴史

古文書で探る美濃の歴史	横幕 孜	第2火	13:00~15:00	2,530円	4/11
東海古城と武将たち	宮崎諭志ほか	第4火	13:00~15:00	2,640円	4/25
広く仏教に学ぶ	龍 茂樹	第2水	10:30~12:30	2,530円	4/12
くずし字で読み解く「信長公記」	吉田義治	☎ 第4水	13:30~15:00	2,310円	4/26

## 日本の伝統

### 手結び着物の着つけ★

ヴィジョンネクスト情報デザイン専門学校教諭 熊谷信子  
月曜13:00~15:00 1カ月(4回)分5,940円(税込)  
☎ 木曜9:30~11:30、13:00~15:00、18:00~20:00  
1カ月(4回)分5,940円(税込)(本科)  
6,160円(税込)(研究科)  
7,260円(税込)(師範科)

自分以外にも、人に着せる着つけや帯結び、TPOに合わせてゆかた、留袖、振袖、袴までを指導します。希望により講師の資格が得られます。

春の体験会 4月24日(月)13:00~15:00  
☎ 4月27日(木)9:30~11:30、18:00~20:00

### 裏千家

(平野学園教室)  
裏千家 奥村宗美  
月曜13:30~15:30  
1カ月(4回)分  
6,160円(税込)  
第2・4月曜  
13:30~15:30  
1カ月(2回)分  
3,960円(税込)



茶道の点前を通して「和敬清寂」「茶禅一味」のお茶の心、思いやりや感謝の気持ちといった日本の文化と一緒に学びます。

春の体験会 4月24日(月) 教材費330円(税込)

表千家	清水宗恵ほか	☎ 火	18:15~20:15	6,160円	
		☎ 第2・4火	13:30~15:30	3,960円	4/11
せん茶売茶流	高取友仙窟 額綱景仙窟	☎ 第2・4火	18:15~20:15	6,160円	4/12
		☎ 水	10:00~12:00	6,160円	
草月流いけ花	伊藤智法	☎ 第1・3火	18:00~20:00	3,960円	4/18
		第2・4木	13:00~15:00	3,960円	4/27
小原流~いけ花~	原 みさ代	第2・4金	13:30~15:30	3,960円	
		第2・4金	18:30~20:30	3,960円	4/14
池坊	清水和風ほか	☎ 第2・4土	10:00~12:00	3,960円	

## 健康

### 「バランスボール」 エクササイズ

バランスボールインストラクター  
酒井俊博  
第1・3木曜  
13:15~14:45  
1カ月(2回)分  
4,400円(税込)



座る、寝るといった身体に負担が掛からないポーズを中心にを行います。身体のバランス、体幹の強化、骨盤の動きなどがよくわかります。集中力も身につきます。

春の体験会 4月6日(木)

### 腸活&ヒップアップヨガ★

LaxmiYOGA  
インストラクター  
西脇美子  
第1・3火曜  
10:30~11:45  
1カ月(2回)分  
4,400円(税込)



腸を元気にするヨガで心身共に美しく健康を目指します。これにより代謝向上、免疫力アップ、美肌、心の安定等が期待できます。さらに、お尻にアプローチすることで全身のシェイプアップにもつながります。

春の体験会 4月18日(火)

ゆったりと太極拳	高木久美子	火	10:30~12:00	5,720円	
気功・太極拳	小木小夜子	水	13:00~15:00	6,160円	
		金	10:30~12:30	6,160円	4/12
ヨーガ	金森美智子	水	10:30~12:30	6,160円	4/12
ヘルシーヨーガ	吉尾春美	木	13:30~15:15	6,160円	4/6
はじめてのピラティス★	Hisako	第2・4金	19:45~20:45	4,400円	4/14

外国語		※テキスト代別途	
ネイティブ講師の英会話	エドックボロ英会話	水 19:00~20:30	5,940円 4/26
中国語(中級)	李 紅梅	火 19:00~20:30	5,720円 4/11
はじめての中国語会話		第2・4木 19:00~20:30	3,960円 4/13
韓国語会話(中級)	ユ・ソウヒャン	第1・3月 19:00~20:30	4/3
韓国語会話(初級)		第1・3火 19:00~20:30	3,960円 4/4
韓国語会話(初級)	クォン・イギョン	第1・3金 13:30~15:00	4/7
初心者の韓国語会話		第1・3火 19:00~20:30	3,960円 4/4
韓国語会話(初級)	クォン・イギョン	第1・3木 13:30~15:00	4/6
韓国語会話(レベルアップ)		金 18:30~20:30	5,940円 4/7
韓国語会話(中級)	Ⓜ	土 13:30~15:30	4/1

## 趣味

### 押花ふしぎな花倶楽部

押花インストラクター  
田中米子  
第1木曜10:30~12:30  
1カ月(1回)分2,530円(税込)  
押し花にする技術や、小物などを  
作りながら学びましょう。免許も  
取得できます。



### 布をアートする

アトリエはなのわ本部教授  
和田宣子  
第2・4木曜13:30~15:30  
1カ月(2回)分3,960円(税込)  
布を染色して花を作りデ  
ザインしたり、古布やちりめ  
んで吊し飾りや置きもの等、  
多彩な作品作りをします。



春の体験会 4月6日(木)  
教材費1,300円(税込)

春の体験会 4月13日(木)  
教材費800円(税込)

### マイクロモザイクを楽しむ

日本マイクロモザイク協会認定講師 栗田弥生  
第2木曜10:30~12:30  
1カ月(1回)分2,310円(税込)  
イタリア生まれのマイクロモザイクは、ガ  
ラス技法を用い、細く引いたガラス棒  
をカットして型に埋め込んでいく美しい  
アートです。小さなガラスの輝きが作品  
に趣を与えます。



### はじめての「つまみ細工」

つまみ細工コーディネーター協会  
認定講師 服部加世  
第3水曜10:30~12:30  
基礎コース13,640円(税込)(4回分)  
ステップアップコース10,230円(税込)(3回分)  
七五三や結婚式など和装の祝いごと、舞妓さんの髪飾りとして  
使われている江戸時代発祥の日本の伝統工芸「つまみ細工」。  
基本技法から現代生活にアレンジした作品作りも紹介します。



春の体験会 4月13日(木)  
教材費1,200円(税込)

春の体験会 4月19日(水)  
教材費2,000円(税込)

籐工芸	大平三枝子	第2・4月 10:30~12:30	3,960円	4/4
レディース麻雀★	若松正和	火 10:30~12:30	7,700円	
バルーンアート	Mu.chohoka	第1・3火 10:30~12:30	4,180円	4/4
手づくりシルバークラフター	山本幸子	第2・4火 10:30~12:30	3,960円	
ハーブデザインとアロマセラピー	田宮智香	第1・3火 13:00~15:00	3,960円	4/27
マジックの楽しみ方	川口泰男	第4木 10:30~12:30	2,530円	
ステンドグラス	伊佐地陽子	第2・4木 13:30~15:00	3,740円	4/14
金継ぎ工房	駒田育代	第2金 10:30~12:30	2,310円	
中高年のそろばん	大石京美	第2金 10:10~12:20	2,794円	4/28
創作リボン盆栽	青木元子	第4金 10:30~12:00	2,310円	
レザークラフト	藤塚仁美	第2・4金 13:00~15:00	3,960円	4/28
レザークラフト	藤塚仁美	第2・4金 13:30~15:30	3,960円	
とんぼ玉アート	長澤光昭	第1・3土 10:00~12:00	3,960円	4/15
デジタル一眼レフを楽しむ	K.IWATA	第1・3土 10:30~12:00	3,960円	
正しく学ぶ四柱推命	服部秀泉	第1・3火 13:30~15:00	3,960円	4/1
やさしい九星気学	森崎麻充	第3土 13:30~15:00	2,530円	

## フラワー

~To The Rose~ スタイルフラワーアレンジメント	高橋りか	レギュラーコース 第1・3月 19:00~20:30	3,960円	4/3
		資格取得コース 第1・3月 19:00~20:30	4,400円	
ガーデニング	松原尚美	第3水 10:30~12:30	2,530円	

## 音楽

### はじめての二胡

弦楽器講師  
蒔田義信  
第2・4火曜  
18:30~20:30  
1カ月(2回)分  
4,400円(税込)  
哀愁をおびた楽器二胡を  
初歩から指導します。誰で  
も弾けるようになります。



### 愛と人生の歌・ シャンソンを歌う

日仏シャンソン協会常任講師  
青山桂子  
第2・4火曜14:00~16:00  
1カ月(2回)分  
5,060円(税込)  
発声や呼吸法など基本を身  
に付けながら、おなじみの名曲を日本語で歌います。人生の  
愛の物語を感性豊かに表現しましょう。



春の体験会 4月11日(火)

春の体験会 4月11日(火)

はじめてのオカリナ	岡田博子	第1・3月 13:00~15:00	4,400円	4/22
楽しく奏でるオカリナ	安田佐和子	第1・3土 10:30~12:30	4,400円	
やさしいフルート		第2・4土 16:30~17:30	4,840円	
はじめようヴァイオリン	廉めぐみ	初心者 第1・3月 18:30~19:30	5,060円	4/3
		経験者 第1・3月 19:40~20:40		
ドラマティックに「ヴァイオリン」	浅野未希	初心者 第4水 18:30~19:30	3,630円	4/12
		経験者 第4水 19:40~20:40		
癒しの音色「ウクレレ」を弾こう!	湯浅彰浩	第2・4水 10:30~12:00	4,840円	4/13
初めてのバイオリン	藤本弓依	初級 第2・4木 10:30~11:15	4,840円	
シニアのギター教室	TAD'NOTOKAWA	中級 第2・4木 11:30~12:15	3,740円	4/13
中年からはじめるギター		第2・4木 10:30~12:00	3,740円	
鈴加桂子のカラオケ教室	鈴加桂子	金 16:00~17:30	6,160円	4/14
女性のためのカラオケ教室★	藤井悦子	月 15:30~17:30	6,160円	
中年年の「健康音楽」	高田一早枝	金 13:00~15:00	6,160円	4/14
はじめて歌う「オペラ」	加藤 愛	第2・4火 10:30~12:00	3,960円	
小粋なジャズボーカル★	Chia	第1・3水 13:30~15:00	4,840円	4/5
笑顔が集う「女声コーラス」★	増田楓子	第1水 15:30~17:10	2,750円	
はじめての「ゴスペル」	河野明子	第1・3木 10:30~12:00	3,960円	4/20
楽しいコーラス★	赤堀織華	第1・3金 10:30~12:00	4,840円	
		第2・4金 10:30~12:00	3,960円	4/28

## 美術

### 楽しく創る! 竹細工灯籠

竹細工 淡海創美会 高橋 肇  
第1木曜13:30~15:00  
1カ月(1回)分2,530円(税込)



小型ドリルとデザインナイフを利用して  
竹の灯籠を創ります。まずは簡単な作  
品からはじめ高度な技巧を要するものまで、わかりやすく指導します。

春の体験会 4月6日(木) 教材費1,000円(税込)

### 日本画・水墨画

日本美術院院友  
前川伸彦  
金曜10:30~12:30  
1カ月(4回)分6,160円(税込)  
Ⓜ第2・4金曜13:30~15:30  
1カ月(2回)分3,740円(税込)



絵の具のとき方から素描写生、運筆の基礎から県・市等の  
公募展の出品画の制作までを個人指導します。

春の体験会 Ⓜ4月28日(金) 教材費500円(税込)

心を贈る「絵手紙」	藤田涼子	第2月 13:00~15:00	2,530円	4/10
はじめての彩画・水墨画	岡田美苑	第1・3月 13:30~15:00	3,740円	4/17
中学生から大人までの洋画教室	小川満章	月3回 18:15~20:15	6,160円	4/3
		月3回 16:00~18:00	6,160円	
洋画(油絵・水彩)	小川満章	月3回 13:00~15:00	6,160円	4/5
		月3回 13:00~15:00	6,160円	
和紙ちぎり絵	青山弥生	第2・4水 13:00~14:45	3,740円	4/12
絵画入門	上杉孝行	木 10:30~12:30	6,160円	4/13
トールペイント&デコパージュ	北村和代	第1・3木 13:00~15:00	3,960円	4/21
パステル画	野倉 茂	第1・3金 13:30~15:00	3,960円	
人物デッサン	高木玲子	土 15:30~17:30	9,020円 モデル代 1,320円/月	4/8

## 服飾・手芸

### ポピンレース

永野ポピンレース工房主宰  
永野勢津子  
第1・3金曜10:30~12:30  
1カ月(2回)分  
3,960円(税込)  
珍しい手法の優美で繊  
細なベルギーレース。美しい道具も魅力です。是非、あなた  
好みのレースをつくってみたい。道具レンタル無料。



### 手編み手芸

公益財団法人 日本手芸普及協会  
師範 田中米子  
木曜13:30~15:30  
Ⓜ火曜10:00~12:00  
各1カ月(4回)分5,940円(税込)  
流行の手芸なども作れるよう  
個人指導を中心に行います。  
また、ヴォーグ日本編物文化協会の免許も取得できます。



春の体験会 4月7日(金) 教材費800円(税込)

春の体験会 4月13日(木)、Ⓜ4月18日(火) 教材費800円(税込)

やさしい和裁	久世巴生子	月 10:30~12:30	5,940円	4/1
		Ⓜ 水 10:00~12:00	5,940円	
	加藤咲子	火 10:30~12:30	5,940円	4/4
洋裁		第1・3火 10:30~12:30	3,740円	
	江崎梨花	第2・4火 10:30~12:30	3,740円	4/4
		土 9:30~11:30	5,940円	
パッチワークとステッチ	小林光代	第1・3火 13:30~15:30	3,960円	4/1
戸塚刺しゅう	都竹喜代香	土 10:30~12:30	5,940円	

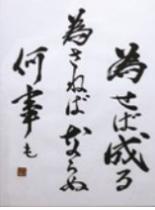
## コミュニケーション

やさしい手話講座	伊藤仁倫ほか	土 16:00~17:30	5,500円	4/1
----------	--------	---------------	--------	-----

## 書道

### はじめての書道

筆心会主宰 本田煌雲  
火曜13:30~15:30  
18:30~20:30  
各1カ月(4回)分5,940円(税込)  
初心者への手ほどきから暮らしの中  
の実用書、漢字、かな、ペン字と幅広い  
内容を楽しんで学べます。



### 己書

日本己書道場上席師範 佐藤 薫  
第2・4水曜10:30~12:00  
1カ月(2回)分4,400円(税込)  
己書ならではの技法を利用した文  
字、空間やバランスを考えた文字  
など魅力ある作品に仕上がるよう  
に教えます。



春の体験会 4月11日(火) 18:30~20:30

春の体験会 4月26日(水)

書を楽しむ	窪田福華	月 13:30~15:30	5,940円	4/18
かな	早川 修	月 13:30~15:30	5,940円	
楽しいくらしのペン	金山紫音	火 15:30~17:30	5,940円	4/19
		火 18:00~20:00	5,280円	
筆文字を楽しむ	山口香風	水 10:30~12:30	5,940円	4/19
かな・細字入門	青木美雲	第1・3水 10:30~12:30	4,400円	
色彩「書アート」	豊永御風	第1・3水 13:00~14:30	3,960円	4/19
実用書	坪井景照	第1・3水 13:00~14:30	3,960円	
書道に親しむ	白木紫香	水 18:00~20:00	5,940円	4/12
		木 10:30~12:30	5,940円	
楽しい書道(毛筆とペン)	豊永御風	木 10:30~12:30	5,940円	4/20
		Ⓜ 木 13:00~15:00	5,940円	
こどもから大人まで通える書道	日比野香月	金 10:30~12:30	5,940円	4/21
		土 13:15~14:45	5,500円	

## 平野学園教室 クッキング ※材料費込

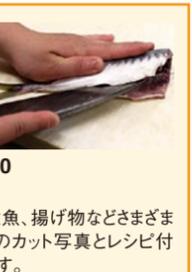
### 料理の基本とカラダに美味しい料理

太陽の薬膳主宰  
後藤香陽子  
第3金曜18:30~20:30  
1カ月(1回)分  
3,410円(税込)  
美味しいだけでなく、食  
材の性質を上手に組み  
合わせた健康レシピと  
調理法を学びましょう。



### PICK UP!

旬の魚のさばき方  
老舗料亭の技と味  
料亭亭助六料理長 中村秀之  
奇数月第3火曜10:00~12:30  
1カ月(1回)分3,960円(税込)  
旬の魚を卸して刺身、焼き魚、煮魚、揚げ物などさま  
ざまな料理に仕上げます。さばき方のカット写真とレシピ付  
き。ご家庭で料亭の味を楽しめます。



春の体験会 4月21日(金)  
メニュー/中華粥・塩鶏のアスパラロール・  
クレソンとミニトマトサラダ・ヨモギ白玉団子

春の体験会 5月16日(火)  
「鱈」を卸して調理します。

体験会 1講座受講料1,900円(税込・材料費込)				
よくばりクッキング	荒木百合子	第2・4火 18:30~20:30	5,940円	4/7
かんたん!おいしい!パン作り	かわせあきこ	第3金 10:30~12:30	3,410円	
男の料理〜料理の基本あれこれ〜	後藤香陽子	第1金 18:30~20:30	3,190円	4/1
家庭で本格「韓国料理」を楽しむ	脇田恵利子	第1土 10:00~12:00	3,410円	
クッキング1・2・3〜料理の基本とお菓子作り〜	清水京子	第2・4土 10:00~12:00	4,180円	