

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
<p>Check! 基本の持ち物</p> <p>お料理教室…エプロン・ハンドタオル・筆記用具</p> <p>「お持ち帰りあり」の教室…持ち帰り用の袋</p>			3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	<p>16 手ごねパン教室 </p> <p>干支のパン(イノシシ親子)</p>  <p>親イノシシはハンバーグ入りで2個、うり坊は粒ジャム入りで、3個お持ち帰ります。 *持ち物: 布巾2枚</p> <p>10:00-13:00 定員:6名 受講料:2,000円 講師:パンシェルジュまり</p>	<p>17 ピラティス教室</p>  <p>ピラティスでは姿勢を支える骨格筋を意識して動きます。初めての方も気持ち良く呼吸から始めましょう♪ *持ち物: 飲み物・バスタオル・ヨガマット(お持ちの方)</p> <p>10:00-11:30 定員:10名 受講料:1,200円 講師:竹内亜矢子</p>	<p>18 おうち簡単フレンチ</p> <p>フレンチ基本で温かメニュー</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・ビーフともち麦のロールキャベツ ・揚げ里芋のサラダ ・チョコマシュマロ ・他1品 <p>10:00-13:00 定員:10名 受講料:2,500円 講師: Le Chat Botté 主宰 雑穀アドバイザー やすまゆかり</p>	<p>19 旅するクッキング ドイツ編 </p> <p>パイ生地メインと菓子</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・豚肉のパイ包み焼きりんごソース添え ・シュバイネ・オーレン豚の耳と言う名前のパイ菓子 <p>* サイズ: 直径約10cm1個 * サイズ: 直径5cm2個 * 持ち物: 持ち帰り容器</p> <p>10:00-12:30 定員:10名 受講料:2,000円 講師:佐藤志保</p>	
<p>21 暮らしをつむぐ </p> <p>ほっこり楽しむ会(おやつと手編み)</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・きなこのスノーボール ・手編みウィーピングタペストリー <p>* スノーボール6個、手編みタペストリーお持ち帰り * 持ち物: はさみ</p> <p>10:00-13:00 定員:9名 受講料:2,000円 講師:SAWA</p>	<p>22</p>	<p>23 スイーツレッスン </p> <p>クリームサンドクッキー</p>  <p>ホワイトチョコレートが隠し味のバタークリームを、ホロっとほじけるような口どけのよいクッキーでサンドします。 * 6個お持ち帰り</p> <p>10:00-13:00 定員:8名 受講料:2,000円 講師:パティシエ よしの</p>	<p>24 ふんわりぱん教室 </p> <p>とんがり帽の抹茶ロール</p>  <p>抹茶とプレーン生地とこしあんを重ねて巻き込むとあーら不思議!可愛いとんがり帽子が完成します♡ * サイズ: 10cm8個</p> <p>10:00-12:30 定員:8名 受講料:2,000円 講師:ちえこママ</p>	<p>25 絵とおやつ </p> <p>ハッピーのしずく(パステルアート)</p>  <p>気持ちが華やかぐラッキーモチーフのイラストを描いてみませんか? * サイズ: B5 * 型紙付</p> <p>13:00-15:00 定員:8名 受講料:2,000円 講師: パステルインストラクター おかざきさとみ</p>	<p>26 アロマテラピー教室 </p> <p>冬のパワーチャージアロマ</p>  <p>爽やかな香りで呼吸が楽になるマスクスプレーと寒い夜のバスタイムに冬のバスミルクをつくります。 * 50mlスプレーボトル・バスミルク付き</p> <p>10:00-11:30 定員:8名 受講料:1,800円 講師: AEAJ アロマインストラクター asayo</p>	<p>27 男の料理教室(男性専用クラス)</p> <p>フライパンで煮物♪</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・なめ茸とツナの炊込みご飯 ・フライパンで肉豆腐 ・もやしと豆腐のナムル ・他1品 <p>先着:7名 10:00-13:00 受講料:2,000円 講師: 女子栄養大学 生涯学習講師 吉田敦子</p>
28	29	<p>30 Enjoy Life </p> <p>3種の和菓子</p>  <p>和菓子3種類を各1個ずつお持ち帰り。 ・ねりきり ・桜餅 ・大福</p> <p>10:00-12:30 定員:8名 受講料:1,800円 講師:biscuit535</p>	<p>31 畑のご馳走 by kitten遊び</p> <p>プチおもてなし♪</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・青しそとシラスの稲荷ちらし寿司 ・ジャガイモのガーリックベッパボール ・春菊とカブの和え物 ・他1品 <p>10:00-13:00 定員:7名 受講料:2,000円 講師: 女子栄養大学 生涯学習講師 吉田敦子</p>			