

# 2026年度 料理教室 4～9月

## 心とカラダ・自然によりそうお料理教室 ～美人Foodクッキング～



**お申し込み方法** カレードにご来館、もしくはお電話でお申し込みください。

**お問い合わせ先**  学びの杜のいちカレード

野々市市太平寺4-156 TEL : 076-248-8099

URL : <https://www.kaleido-nono1.jp>

※内容は変更する可能性もございますので、予めご了承ください。

日にち	時間	参加費	内容	対象	申込開始日
4月24日(金)	13:00～ 15:00	1,500円	<b>やさしい甘さの米粉和菓子レッスン</b> 春の定番(ヨモギ餅 三色だんご 桜餅 ういろう等から3品)	一般(大人)・20名	3月1日
5月15日(金)	11:00～ 14:00	1,500円	<b>からだおもしろ グルテンフリーで作る 野菜mixピタパン</b> カラフルな野菜をベースにピタパン2種をグルテンフリーで作ります そしてそれをサンドイッチにしてみましょう	一般(大人)・20名	4月24日
6月14日(日)	10:30～ 13:30	1人 1,000円	<b>子どもが主役！家族と作るお料理教室</b> もちもち米粉の野菜チヂミ&ひんやり甘い豆乳コーンスープ(乳・卵・肉・小麦 不使用) ※読み聞かせあり	子どもと保護者・ 8組20名まで (子供は小学生のみ。 大人のみ不可)	5月15日
7月17日(金)	11:00～ 14:00	1,500円	<b>内側から整える 若返りスパイスカレー</b> 胃に重くならない、香り豊かで辛さ穏やかな整えカレーを作ります	一般(大人)・20名	6月14日
8月21日(金)	11:00～ 14:00	1,500円	<b>夏の魚介をパンで楽しむ大人の食卓</b> 夏の魚介を軽やかに仕上げます。雑穀ライ麦パンと合わせ、ワンパターンから脱出 できる大人のための魚料理です *サラダ系、出汁をきかせたブイヤベース、魚のファルス(洋風つくね)	一般(大人)・20名	7月17日
9月18日(金)	19:00～ 21:00	1,500円	<b>1時間で作り置き6品完成(デモ)</b> 平日1週間がラクになる、冷蔵冷凍の正しい使い方も学べます	一般(大人)・20名	8月21日

10月以降の日程は、9月初め頃に公開予定です。

### 持ち物：エプロン、三角巾、タオル、参加費

※ お申し込みいただいた個人情報は当催事の運営及び当館からのお知らせ以外の目的には使用しません。

※ **キャンセルの場合はお早めにご連絡ください。**開催日の約1週間前までにキャンセルの連絡がない場合、参加費(全額)をいただきますので、ご了承ください。

※ 当日は開始15分前から、キッチンスタジオ前で受付します。お釣りのないようご協力お願いします。

※ アレルギーのある方は、申し込み時にお伝えください。

きりとり

2026年度 料理教室申込書  学びの杜のいちカレード [受付日： 受付： ]

ふりがな				電話番号	— —
名前				アレルギー	無・有( )
希望日		年齢	才		
備考				受付番号	※スタッフ記入欄