

ここに来れば
ワクワクが見つかる♪

「シルフジャパン」と「シルフフレンズ」がお届けする
日常をHappyにする楽しいレッスン

受講者には有明店で使用できる
5%OFFチケットをプレゼント

10月
レッスン

10/3 日	 	¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 4 名	茶道を日常に テーブルで点てるモダンスタイル茶道 ～10月：紅葉とお月見～ テーブルとイスで気軽に楽しめる、新しいモダンスタイル茶道。10月は紅葉やお月見を意識した秋の室礼でお迎え致します。趣向を凝らした見立てのお道具で、茶道を日常に取り入れる楽しさを学びます。テーブルでの作法に加え、エレガントな美所作、日本の季節の設え、和モダンスタイルを軸にしたテーブルコーディネートに、新しいライフスタイルの茶道を学んでいただけます。初心者の方もお気軽にどうぞ。 講師：モダンスタイル茶道家 溝呂木真紀子 ※ご自身でお茶を点てていただき、季節の和菓子（主菓子1品、干菓子2品）と一緒にお召し上がりいただけます。 ※レジュメのお持ち帰りあり。
10/8 金	 	¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	おうちで楽しむプチアウトドア ホットサンドメーカーやスキレットを使って、おうちでキャンプ気分を楽しんでみませんか？キャンプに来ているようなテーブルコーディネートと、アウトドア用品を使ったお料理で、お庭やベランダ、もちろん室内でも、アウトドア気分を楽しむコツをたっぷりお伝えします。テーブルに飾ってキャンプ気分を盛り上げる、お楽しみプチクラフトも一緒に作って楽しみましょう。 講師：アウトドア料理&石窯料理研究家 和田桂子 ※ご試食いただけます。（4品：たこのマリネ、冷めても固くならないチーズフォンデュ、スキレットで作るスモア、ホットサンドメーカーで作るアップルパイ）※レシピ・レジュメ・プチクラフトのお持ち帰りあり。
10/9 土	 	¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 4 名	大人のキレイをかなえる！カラーレッスン ～ベースカラー編：ブルーベース・イエローベース～ 自分に似合う「ベースの色」があるのをご存知ですか？講師によるベースカラーのクイック診断や、カラーカードを使った色彩ワークで、実際に色の仕分けに挑戦。似合う色を知るだけでなく、生かし方を知ること、日常生活で色をより楽しめるようになります。貴方の内面のベースカラーもチェックすることで、職場や友人関係、ご家族の中でのコミュニケーションにも生かしていただけます♪まずは、ここを知ってから！メイクやファッション、食卓の中でも、カラーを思い切り楽しみましょう♪ 講師：カラー&テーブルコーディネーター 長坂裕子 ※レジュメ、簡易のベースカラー診断ができるクリアファイルをお持ち帰りいただけます。
10/13 水	 	¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	魅力的に見える料理写真の撮り方 スマホで料理やスイーツの写真を撮ったとき、なんとなくイマイチに見えてしまう事ありませんか？美味しく！素敵！そんな魅力的に見える写真には秘密があります♪並べ方や撮る角度など、ポイントを押さえればすぐに解決。料理写真に必須の簡単な画像加工もお伝えします。 講師：フォトグラファー/料理家 浅香智子 ※スマホ撮影実習&アドバイスあり。 ※指定のアプリのダウンロードを推奨する場合がございます（施設内フリーWi-Fi有）
10/16 土	 	¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	秋のピクニックレシピ ランチボックスに詰めやすいフィンガーフードと、簡単で作りやすい基本のパテドカンパニユ。思わずピクニックに行きたくなる♪そんなレシピをお伝えします。もちろん、ご自宅でも楽しめるおもてなし用の盛り付けも一緒にご紹介致します。 講師：食空間スタイリスト 吉府真海 ※ご試食いただけます。（3品：パテドカンパニユ、ドライフルーツとかぼちゃのサラダ、トマトとベーコンのフラン） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
10/19 火	 	¥4,400 11:00～ (1H) 定員 6 名	身近な発酵調味料を使ったおもてなしメニュー どのご家庭にもあるお味噌やお醤油、塩麹などを使った、からだに優しいメニューをご紹介します。ローストビーフや煮込み料理は、おもてなしにも普段のお食事にも使える万能レシピ♪日々の食事でおなかの中から健康になりましょう♪ 講師：発酵料理研究家 永井彩 ※ご試食いただけます。（3品：ローストビーフ、発酵調味料を使ったお楽しみレシピ2品）※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。

※画像はイメージです。当日のレシピや盛り付け・内容とは異なる場合がございますので、ご了承ください。

お申込みから1週間以内の「お振込み」または「店頭お支払い」をもってご予約確定となります。お支払いの確認が取れない場合は自動的にキャンセルとさせていただきます。ご予約キャンセルは4日前まで、以降は全額キャンセル料として頂戴いたします。

レッスンについてのお問い合わせ・ご予約は
店頭またはメール（ariake@maru-katsu.co.jp） インスタDM([@tousyoungama4](https://www.instagram.com/tousyoungama4))まで。

レッスンプロデュース：
Sylph JAPAN



ここに来れば ワクワクが見つかる♪

「シルフジャパン」と「シルフフレンズ」がお届けする
日常をHappyにする楽しいレッスン

10月
レッスン

受講者には有明店で使用できる
5%OFFチケットをプレゼント

10/22 金		¥3,300 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	ハロウィンを楽しむテーブルコーディネート 今年のハロウィンは、おうちで楽しい時間を過ごしませんか？ お家にあるものを使った簡単ハロウィンテーブルコーディネートをご紹介しますながら、店頭にある器を使って、実際にコーディネートもしてみましょう！自宅にある器の使い方や、新しく買うならどんな器がいい？といったご相談も気軽にさせていただきます。 講師：食空間プランナー 高石典子 ※コーディネート実習あり。 ※レジュメのお持ち帰りあり。
10/24 日		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	飾り巻きずし de ハロウィン♪ 飾り巻きずしでハロウィンパーティーをしませんか？ ハロウィン定番のキャラクター『ガイコツ』と『ジャックオランタン』と一緒に巻いていただきます。 ハロウィンパーティーがより楽しいものになるように、ハロウィンのテーブルスタイリングの提案もさせていただきます。 講師：飾り巻き寿司講師/デコ巻きマイスター 沖田浩子 ※ご試食いただけます。（3品：巻きずし2種、かぼちゃを使ったお楽しみフード1品） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
10/25 月		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	お家時間をより楽しく♡泡に合うおつまみメニュー すっかり定着した家飲み。 せっかくなら、お酒と共に美味しく＆かわいいおつまみはいかがですか？ 飲み始めにぴったりのシュワシュワした泡のお酒に合うおつまみメニューを、秋の味覚を使って可愛いフィンガーフードに仕立ててご紹介します。 講師：フィンガーフード/食卓スタイリスト 宮原江里子 ※ご試食いただけます。（3品：簡単ラタトゥイユ、季節のフルーツと豚肉のピンチョス、栗のミニパフェ） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。 ※アルコールの提供はありません。
10/27 水		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	大活躍間違いなし！中華フィンガーフード 簡単なのに大活躍する中華フィンガーフード♪人気のメニューをご紹介します。 味のしっかりついた中華フィンガーフードは、お弁当に入れても良し、おつまみにもピッタリです。 いつもの食卓にも、おもてなしにもおすすめです。 講師：フィンガーフード/おもてなしレッスン講師 杉崎裕美 ※ご試食いただけます。（3品：すり身を使った中華団子、簡単肉まん、うまみナムル 他お楽しみのサービスメニューあり） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
10/29 金		¥4,950 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	出汁いなり寿司 & 飾りいなり寿司レッスン みんなが大好きになる「いなり寿司」をマスターしませんか？ お出汁の香りが口いっぱいに広がるいなり揚げ、一目で食べたくなる飾り方のコツをお伝え致します。 その他、お豆腐料理や抹茶のデザートもお楽しみください。 講師：料理研究家/生活空間コーディネーター 大井直子 ※ご試食いただけます。（4品：出汁いなり寿司、飾りいなり寿司、豚しゃぶ豆乳ごまドレッシング、抹茶あずきプリン） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。

※画像はイメージです。当日のレシピや盛り付け・内容とは異なる場合がございますので、ご了承ください。