

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

11月

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

11/5 金		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	美味しいチーズを日常に♪ ～カマンベールの世界～ チーズの中でも、誰もが1度は食べた事がある身近な「カマンベール」。 知っているようで知らない、正しいナイフの使い方、カット方法、保存方法、副食材とのマリージュ、 そして、食べやすい＆見て美しい簡単なチーズプラトー（チーズの盛り合わせ）の作り方をお伝えします。 講師：フロマジェ/チーズスタイリスト 長谷川文美 ※ご試食いただけます。（2品：カマンベール2種とフルーツなど） ※レジュメのお持ち帰りあり。
11/7 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 ～11月：炉の季節 口切りを意識した秋のしつらえ～ 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。11月は茶道の世界では炉開き。口切を意識したシックな室礼でお迎えいたします。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とともに、新しいライフスタイルの茶道を学んでいただけます。 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）と一緒に召し上がりいただけます。 ※レジュメのお持ち帰りあり。 ※初心者の方も歓迎いたします。
11/9 火		¥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 ～パーソナルカラーのミニレッスン＆診断体験会～ パーソナルカラーとは、持って生まれた個性を引き出してくれる自分に似合う色のこと。 一人一人異なる「自分に似合う色」を身に着けることで、レフ板効果で肌をきれいに見せてくれる効果があります。そんな自分のパーソナルカラーを知るミニレッスンとパーソナルカラー診断体験で、あなたの新しい魅力を発見しましょう♪ 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、パーソナルカラー色見本カードをお持ち帰りいただけます。
11/11 木		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	身体の中からキレイになる「甘酒生活」 飲む点滴とも言われる「甘酒」は、毎日少しづつ取り入れるのがおすすめです。 市販の甘酒（ノンアルコール）を使ったスムージーを始め、甘酒に含まれる「酵素」をより取り入れることができる、手作りの甘酒の作り方、アンチエイジングや美肌効果が期待できる麹（こうじ）の日常使いをお伝えします。今日から使える「食べる美容」是非始めてみませんか？ 講師：発酵料理研究家 永井彩 ※ご試食いただけます。（4品：甘酒を使ったスムージー、ドレッシング、しっとりサラダチキン、他 発酵調味料を使ったお楽しみレシピ） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
11/13 土		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	Merry Christmas♪～器と楽しむパーティーメニュー～ クリスマスが近づいてきました。 パーティーシーズンに使える器と、シャンパンにぴったりの簡単料理を、華やかな盛り付け＆レシピと共にご紹介致します。 一足早くクリスマスパーティーを楽しみましょう。 講師：食空間スタイリスト 吉府真海 ※ご試食いただけます。（4品：ブロッコリーとホタテのスパイスカクテル、サーモンディップのコロネ、レモンマリネチキン、ベリーと紅茶のケーキ） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
11/15 月		¥5,500 11:00～ (1.5H) 定員 5 名	クリスタルで作る「キラキラビジューリング」 身につけると自然と笑顔になる、キラキラ輝くあなただけのオリジナルビジューリングを作ってみませんか？ メインとなる石は、ご自分の好きな色を選んでいただけます。 大粒の石の輝きが引き立つ、存在感のあるリングを作りましょう。 講師：日本グルーデコ協会認定講師 中西由利 ※制作したビジューリング、レジュメをお持ち帰りいただけます。

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 **※画像はイメージです 当日のレッスンと異なる場合があります** レッスンプロデュース：
店頭またはメール（ariake@maru-katsu.co.jp） **お電話(03-5962-4557)**で。



ここ来れば 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

11月

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

11/17 水		¥5,500 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	必ず役立つ♡パイシートを使ったレシピ♪ 喜ばれること間違いなし！ クリスマスやお正月など、おもてなしにぴったりなパイシートを使った、簡単で美味しいレシピをご紹介します。その他、ホームパーティーに役立つリエットや季節のデザートも一緒にお楽しみください。 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。（5品：ポークマロンリエット、ミートパイ、いくらのスティックパイ、マロンパイ、お楽しみメニュー：季節のデザート） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
11/19 金		¥3,300 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	おうちでクリスマス♪テーブルコーディネート 子供から大人まで楽しめるクリスマス。いろいろ飾っておうちで楽しみたいけれど、子供っぽくなりすぎたりしませんか？どうしたら素敵にみせることができるのか、ポイントをおさえた解説で、お悩みを分かりやすく解決します！店頭の器を使ったクリスマスコーディネートも楽しんで頂きながら、簡単に特別感を出すためのポイントを楽しくレッスン致します。 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。
11/23 火祝		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 5 名	【飾り巻きずし】～サンタクロース&リース～ もう少しでクリスマスシーズンがやってきます☆ クリスマスに欠かせない『サンタクロース』と『リース』を飾り巻き寿司で巻いてみませんか？ クリスマスをイメージしたテーブルに飾るとさらに可愛く&美味しい♪ 目で見て、食べて、楽しんでいただけるレッスンです！ 講師：飾り巻き寿司講師/テーブルコーディネーター 沖田浩子 ※ご試食いただけます。（3品：巻きずし2種、じゃがいも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。
11/24 水		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	秋を楽しむ☆おうちでプチアウトドア ～おうちで使おう、アウトドアグッズ～ おうちに眠っているアウトドア調理器具、ありませんか？お家ごはんにも大活躍してくれるホットサンドメーカーやメスティンを使って、秋のアウトドア風な食卓をお届けします。（専用の器具を持っていない方も自宅にあるもので代用できるレシピをご紹介します）野外風のお料理&テーブルコーディネートで、おうちでプチアウトドアを楽しみましょう。 講師：アウトドア・石窯料理研究家 和田桂子 ※ご試食いただけます。（4品：ホットサンドメーカーで焼くサーモンパイ、季節のフィンガーフード、甘栗のスープ、メスティンで作る炊き込みご飯） ※レシピ・レジュメ、プチクラフトのお持ち帰りあり。
11/27 土		¥4,400 11:00～ (1.5H) 定員 6 名	簡単フィンガーフードでクリスマスのおもてなし もうすぐクリスマス♪今年もおうちでパーティーにしませんか。 簡単&おしゃれなフィンガーフード3品と、クリスマスの食卓を彩るテーブルスタイリングをご紹介します。 おうちパーティーの参考に是非♪ 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：カニ味噌のムース、鶏もも肉のグリル～カラフルソース～、簡単フルーツティラミス） ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。

※画像はイメージです。当日のレッスンと異なる場合があります。

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）お電話(03-5962-4557)で。

レッスンプロデュース：

Sylph JAPAN

