コープキッチンスタジオ

おすすめ１DAY講座

美肌ごはん ～元気とキレイのために～

今月は

厚揚げでつくるバンバンジーサラダ

を作ります！

©トドック

18日(水)
昼の部１０：３０～
夜の部１８：３０～
受講料：1,100円/材料費：1,100円
講師：三浦　智代江
(癒食kitchen主宰)

蕎麦を打ってみよう

12日（水）
１８：３０～２０:３０
受講料1,100円/材料費800円
講師：折笠　政弘
（全十勝手打ち蕎麦推進協議会）

©トドック

打った蕎麦は持ち帰り・試食ありの講座ですよ～

ー12月イベント講座開催ー

『ボタニカルキャンドルを作り』

１２月１９日(土)　定員4名
10:30～12:00
受講料：880円 受講料1,500円
講師：玉澤　のどか
JCAキャンドルアーティスト・インストラクターtama-candle

ー現地開催ー からだが喜ぶうちごはん

日本農業を牽引している十勝地方、その豊かな農作物の恵みに感謝して十勝観光大使が美味しさを伝えます。

今月は　椎茸ガーリック焼き

お豆と牛蒡のチリコンカン漢方薬膳風味

コレから冬に向い免疫力たっぷりの料理で元気に

6日（金）
１０：３０～１２:３０
受講料1,100円/材料費1,500円
講師：栂安　信子

初めてご利用の方へ

コープさっぽろ文化教室は、組合員のための教室です。受講はコープさっぽろ組合員になってご利用ください。
組合員になるには、店舗カウンターでの簡単なお手続きが必要です。
詳しくはお気軽にスタッフまで！お電話でのお問い合わせも承ります。

ご自宅からも簡単にお申込みいただけます

お電話やHPのお申し込みフォームから
お気軽にお申し込みください♪
お一人でのご参加も大歓迎！

ベルデ文化教室　０１５５－６６－４０７２
キッチンスタジオ　０１５５－６６－４０７３
受付時間１０：００～１７：００(日・祝日定休)

HPはこちら↓

スタッフのひとりごと。。。

©トドック

ベルデ文化教室に新講座が続々増えています!

どんな教室があるのかチラシ・ホームページでチェックしてみてくださいね

先月のハンドメイド石けん講座で作ったモノです。→

（ムラサキウコンとグリーンティーの石けんでした）

今月はコラムスワール石けんが作れます。

市販では買えない石鹸を実際に作って使って体感してみてください。

それでは!来月号もお楽しみに(^^♪

COOP SAPPORO