

Happy Valentine's Day

# IH 料理教室のご案内

2019年2月

参加費  
500円

申込  
Web  
電話

カエルぴあ なは 定員各20名

## スイーツ バレンタインスイーツ & サンドレシピ

9 土

10:30▶14:00

- 塩キャラメル
- カカオのスコーン
- オープンサンド

講師 山之内 裕子  
(C&C BREAKFAST OKINAWA オーナー料理研究家 / フードディレクター)

## 洋風 バレンタイン! フォンダンショコラ&ハートのスープ

14 木

10:30▶14:00

- はんぺんのコロッケ
- ハートのスープ
- フォンダンショコラ

講師 山城 尚子  
(管理栄養士/フードコーディネーター/だしソムリエ)

## 洋風 ホテルの味を楽しむフレンチ料理

16 土

10:30▶14:00

- 真鯛のロースト春菊のリゾット添え
- 季節のフルーツ春巻き仕立て

講師 喜屋武 直彦  
(ホテルJALシティ那覇 総料理長(兼)料飲部長)

## 和風 「地元ハーブで楽しむ和食」

21 木

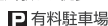
10:30▶14:00

- 豚肉のみそ煮ローズマリー風味
- バジルの香りふわふわ出し巻き玉子

講師 當山 全信  
(沖縄サンコーストホテル 料理長)



ご来館の際は、公共交通機関をご利用下さい。  
バス：那覇バスターミナルより徒歩5分 モノレール：旭橋駅/壺川駅より徒歩5分  
※近隣には、有料駐車場がございます。



なご (名護食文化人材育成施設) 定員16名

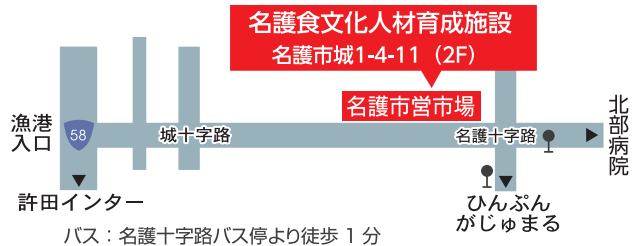
## スイーツ Happy バレンタイン 熱々のチョコスフレ!

10 日

11:00▶14:30

- チョコスフレ
- チキンカツサンドウィッチ
- レンズ豆のスープ

講師 木村 鈴羽 (銀鈴亭オーナー)



お申込み  
お問合せは 070-5819-0984

営業時間 9:00~17:00 (休館日：月・旧盆・年末年始)

Webでの  
お申し込みは  
コチラ▼



- \*お申し込みは1/10(木)から各開催日の1週間前まで
- \*お申し込み多数の場合は抽選となります。
- \*キャンセルは開催日前日までにご連絡ください。
- \*「親子教室」以外は、18歳以上が対象となります。
- \*メニューは変更になる場合がございます。

■エプロンをご持参ください。 ■15分前より受付開始

## カエルぴあ なは イベント情報

詳しくは  
Web サイト▶



無料セミナー

要予約

2月10日 日

10:30▶12:00

「初めての家づくり  
設計から完成まで」



講師：新垣 朝憲 (一級建築士)  
(㈱エーランドシーワークショップ 代表取締役)

2月17日 日

10:30▶12:00

「今から始める  
生活設計セミナー」



～お金の貯まる家計づくりと保険の活用～  
講師：水野 恵子 (生命保険協会認定FP)  
(ジブラルタ生命㈱ 豊見城第一営業所 所長)

## バレンタイン特別企画「おやこ IH クッキング♥」

～初めての手作りチョコはIHでチョコッと簡単!～

開催日 1月 26日 土, 27日 日  
2月 2日 土, 3日 日

開催時間 10:00~  
12:00~  
14:00~

無料

要予約

## 『木造住宅』家づくり相談会 in カエルぴあ なは

2/23 土 24日 日

10:00▶16:30 入場無料

家づくりを検討されている方、必見!  
お気軽にお越しください。

来場者にはキッチングッズ  
プレゼント! (数量限定)

# IH 料理教室のご案内

2019年3月

参加費 500円

申込 Web 電話

## カエルぴあ なは 定員各20名

**3/3 日** 「チャイナ定食で祝う桃の節句」

10:30 ▼ 14:00

講師 與那嶺 一晃  
(ロワジールホテル那覇「花風」中華 主任)

**3/9 土** 「春の簡単和食塾」～コク旨肉じゃが～

10:30 ▼ 14:00

講師 大城 守幸  
(EM ウェルネスリゾート コスタピスタ沖縄 ホテル&スパ 和食料理長)

**3/21 木** 「京の春告げ膳」  
お花見蒸し寿司・若竹の清まし仕立て

10:30 ▼ 14:00

講師 松村 エリ子  
(松村料理教室代表)

**3/23 土** 「栄養満点!春のホームパーティー」  
肉巻きおにぎり・ミニパフェ

10:30 ▼ 14:00

講師 知念 佳代子  
(VACATION KITCHEN 代表)

**親子教室 10組20名様 (1組1,000円) 対象:小学生**

**3/24 日** 「栄養満点!春のホームパーティー」  
肉巻きおにぎり・ミニパフェ

11:00 ▼ 14:30

講師 知念 佳代子  
(VACATION KITCHEN 代表)

**那覇市旭町 114-4 おきでん那覇ビル2F**

「ココだケロ!」の看板が目印

ご来館の際は、公共交通機関をご利用下さい。  
バス：那覇バスターミナルより徒歩5分 モノレール：旭橋駅 / 壺川駅より徒歩5分  
※近隣には、有料駐車場がございます。

## なご (名護食文化人材育成施設) 定員各16名

**3/14 木** ハーブを手軽に!  
春キャベツの重ね焼きとトマトのファルシー

11:00 ▼ 14:30

講師 與那覇 友子  
(ハーブコーディネーター)

**親子教室 8組16名様 (1組1,000円) 対象:小学生**

**3/24 日** 「栄養満点!春のホームパーティー」  
肉巻きおにぎり・ミニパフェ

11:00 ▼ 14:30

講師 知念 佳代子  
(VACATION KITCHEN 代表)

**名護食文化人材育成施設**  
名護市城1-4-11 (2F)

許田インター 城十字路口 名護市営市場 名護十字路口 北部病院  
バス：名護十字路口バス停より徒歩1分

**お申込み お問合せは** **070-5819-0984**

営業時間 9:00~17:00 (休館日：月・旧盆・年末年始)

- \*お申し込みは2/14(木)から各開催日の1週間前まで
- \*お申し込み多数の場合は抽選となります。
- \*キャンセルは開催日以前日までにご連絡ください。
- \*「親子教室」以外は、18歳以上が対象となります。
- \*メニューは変更になる場合がございます。

■エプロンをご持参ください。 ■15分前より受付開始

**Webでのお申し込みはこちら**

**セイカツをカエル。オール電化 友だち募集中**

**LINE@ @okiden.alldenka**

## カエルぴあ なは イベント情報

無料セミナー

**3月2日 土**  
13:30 ▶ 15:00

**「インテリアコーディネーター 入門講座」**  
～カラーと照明による空間づくり～

講師：中島 明美 (インテリアコーディネーター)  
(南デザインワークスオンライン)

無料セミナー

**3月10日 日**  
10:30 ▶ 12:00

**「キャンドルとお菓子づくりの ワークショップ」**  
～春色アロマボタニカルキャンドルと ミンスフレチーズケーキを作ろう～

講師：喜多野 由衣子  
(ハーバリウム・花キャンドル認定教室「ya eee」主宰)

無料セミナー

**3月17日 日**  
10:30 ▶ 12:00

**「心がラクになる整理収納セミナー」**  
～収納の三原則を知って、 わたしにぴったりな片づけ方を見つけよう～

講師：東風平 美穂  
(ライフオーガナイザー® インテリアコーディネーター)

地域とともに、地域のために

