

月曜日

家庭で楽しむ薬膳中華 ～冬をいただく～

●講師
新潟調理師専門学校
渡辺 篤

定員
16名

●受講日
1/20・2/17・3/16

メインメニュー

- 1月 正月のごちそうで疲れた胃に優しい
・ユリ根入りミルクがゆ
・ユリ根入り茶碗蒸し
- 2月 体を芯から温めるメニュー
・ラム肉のしゃぶしゃぶ
・ごまダレとピリ辛ダレ添え
- 3月 気の巡りを良くして心と体のバランスを整える
・鶏肉とセロリの水餃子

木曜日

ラクして美味しい!ほったらかしレシピ ～その間にもう1品～

●講師
家庭料理教室さちこ
園田 幸子

定員
16名

●受講日
1/16・2/13・3/12

メインメニュー

- 1月 白菜とやわらか肉団子のスープ煮
・ミニどら焼き 他数品
- 2月 鶏手羽元と根菜のオープン焼き
・チョコレートムース 他数品
- 3月 ポークビーンズ
・抹茶のゼリーマシュマロソース 他数品

火曜日

家庭で作れる本格洋食～スイーツをつけて～

●講師
ヒロッキングスタジオ
野股 正宏

定員
16名

●受講日
1/7・2/4・3/3

メインメニュー

- 1月 白身魚のボワレ彩り野菜ソース
・タルトタタン
- 2月 ローストポーク
・クリームブリュレ
- 3月 鶏肉のディアブル風
・バスク風チーズケーキ

土曜日

簡単美味しい手作りお菓子

●講師
佐藤 友子

定員
8名

●受講日
1/18・2/15・3/21

メインメニュー

- 1月 マロンパイ
- 2月 イタリアンメレンゲを使った
ショコラロレーヌ
- 3月 いちごのチョコタルト

開講時間/10:00～13:00(土曜お菓子は13:00～16:00まで)

受講料

各コース **4,500円**

料理教室を初めて
ご利用の方
(コース並びに1DAY料理教室未経験の方)

特別割引価格

各コース **3,000円**

受講
対象者

新発田市、胎内市、村上市、聖籠町、阿賀野市にお住まいの
方であれば、どなたでもお申込みできます。

※全コース共、定員を超えた場合は、抽選とさせていただきますのでご了承ください。
(後日、郵送にてご連絡させていただきます。)
※定員に満たない場合開催しない場合もございます。
※お1人様3コースまでのお申し込みとなります。

① 1DAY料理教室

●日時: **1月21日(火)**
10:00～13:00

●講師: 高橋 美奈子

●定員: 16名(抽選)

●受講料: 1,500円

フランスの 家庭料理

カスレは、フランス南西部に
600年も前から伝わる
白いんげん豆と数種の肉の
煮込みです。



メニュー
・ラングドック地方のカスレ
・カマンベールといちじくのスフレ
・冬のマンディアン

② 1DAY料理教室

バレンタイン企画

サクふわ! チョコサラミ 作り

マシュマロやピスタチオ等を
チョコでまとめたお菓子です。
当日は2本作ってお持ち帰り。
お好みのラッピングで仕上げてください。

●日時: **1月27日(月)**
10:00～12:00

●講師: イタリア料理研究家
横山 しのぶ

●定員: 16名(抽選)

●受講料: 1,500円



(直径4cm長さ10cm)

③ 1DAY料理教室

●日時: **1月30日(木)**
10:00～13:00

●講師: 吉田 奈美

●定員: 16名(抽選)

●受講料: 1,500円

洋風 節分 メニュー

大事な食材
おさえています!



メニュー
・フルーツたっぷり
ロールケーキで恵方巻き
・豚肉と大豆でチリビーンズ
・根菜のマヨアンチョビソース添え

④ カルチャー教室

水引とコットンパールでつくる オリジナル アクセサリ

お好きな色の水引で“梅結び”を
作り、お好みのアクセサリに
仕上げましょう!

●日時: **1月26日(日)**
10:00～(2時間程度)

●講師: 宮本 恵

●定員: 8名(抽選)

●受講料: 800円



作品メニュー イヤリング・ピアス・ネックレス・ブローチ
当日作りたい作品をおひとつお選び頂きます。

第13回 ニコタンにが絵 コンテスト発表

テーマ
“おはよう”ニコタン

多数のご応募
ありがとうございました。

●幼児の部……………28作品
●小学校低学年の部……………42作品
●小学校高学年の部……………20作品
のお友だちの作品が集まりました。

最優秀・受賞作品



幼児の部
山野辺 新太郎さん
やまのべ しんたろう



小学校低学年の部
郷内 千寛さん
ごうない ちひろ



小学校高学年の部
伊藤 ひよりさん
いとう ひより

各部門とも最優秀賞様には
東京ディズニーリゾートパスポート親子ペア
を進呈!(応募者には参加賞を進呈します)