

男の料理

食事づくりは、生きるうえで男女問わず必須項目！

人生100年の時代。「自分の食事」で
自らを鍛えよう！

※定員15名、最低挙行4名

※講師…出倉 弘子氏(料理研究家) 他

※受講料(材料費含む)…1回につき 1,800円
(特別企画は別途)

お問い合わせ・お申込み

公益社団法人
ふくい・くらしの研究所
TEL:0776-52-0626

◇木曜コース…毎月1回木曜日 ハーツ学園 *①

◇土曜コース…毎月1回土曜日 ハーツ羽水 *②

◇特別企画

5月 山菜採り…野外

9月 手打ちそば、12月キムチ作り、2月みそ作り…ハーツ羽水

都合により会場が変更になる場合がございます



*①福井市学園2丁目9番22号
Tel 0776-22-0082



*②福井市木田3丁目2802番地
Tel 0776-34-8822

2025年度年間スケジュール(予定)

*スケジュールやメニューは変更になる場合があります。あらかじめご了承ください

月	区分	日	時	場所	テーマ/メニュー (予定)
(4月)	木曜	4/17木	10:00~13:00	ハーツ学園	春の食卓 ~ 祝いの食卓
	土曜	4/19土		ハーツ羽水	
5月	特別1	5/10土	10:00~15:00		山菜採りと杵づき草餅づくり(会費4000円予定)
6月	木曜	6/19木	10:00~13:00	ハーツ学園	香りを生かした料理 季節のハーブや香りの野菜を使って 肉料理・サラダ・デザートなど
	土曜	6/21土		ハーツ羽水	
7月	木曜	7/17木	10:00~13:00	ハーツ学園	レトロキッチン♪ 昭和を感じる我が家の味 煮物 和食の献立 揚げ物 和えもの
	土曜	7/19土		ハーツ羽水	
8月	木曜	8/7木	10:00~13:00	ハーツ学園	ホットプレートでごはん 焼きそば お好み焼き
	土曜	8/9土		ハーツ羽水	
9月	木曜	9/18木	10:00~13:00	ハーツ学園	餃子の会 (皮から作っても、市販の皮を使っても)
	土曜	9/20土	10:00~13:00	ハーツ学園	
10月	木曜	10/16木	10:00~13:00	ハーツ学園	ハロウィーンに食べたい かぼちゃフルコース かぼちゃビーフコロッケ ニョッキ プリン
	土曜	10/18土		ハーツ羽水	
11月	土曜	11/15土	10:00~13:00	ハーツ学園	刺身 煮物 フライ 焼き物 蒸し物 なんでもござれいろいろ魚料理
	木曜	11/20木		ハーツ学園	
12月	木曜	12/18木	10:00~13:00	ハーツ学園	洋食 ハヤシライス かぶらずしを作ろう(費用2000円+追加材料費)
	土曜	12/20土	10:00~13:00	ハーツ学園	
	特別3	12/20土	13:00~15:30	ハーツ羽水	
1月 2026	木曜	1/15木	10:00~13:00	ハーツ学園	ふるさと福井の味 伝統料理 ころ煮 麩のからし和え ごんざ ぼっかけ
	土曜	1/17土		ハーツ羽水	
2月 2026	木曜	2/19木	10:00~13:00	ハーツ学園	アツアツ ポットパイ ポットパイ つば焼き 手作りみそ 参加費2500円程度(麩の値段で変動)
	土曜	2/21土	10:00~13:00	ハーツ羽水	
	特別4	2/21土	13:00~15:30	ハーツ羽水	
3月 2025	木曜	3/19木	10:00~13:00	ハーツ学園	味噌汁特集 具を自分で選んでつくろう! 味噌汁とご飯に合うおかずも
	土曜	3/21土		ハーツ羽水	
4月 2026	木曜	4/16木	10:00~13:00	ハーツ学園	春の食卓 ~ 祝い膳
	土曜	4/18土		ハーツ羽水	