

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！

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

※定員15名、最低挙行4名

※受講料(材料費含む)…1回につき 1,800円
(特別企画は別途)

- ◇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

都合により会場が変更になる場合がございます

5月山菜採り…野外
12月かぶらずし(漬物)作り、2月みそ作り…ハーツ羽水



*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

2026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 | 4/18土 | 10:00~13:00 | ハーツ羽水 | 春の食卓 ~ 祝い膳 |
| | 土曜 | 4/23木 | | ハーツ学園 | |
| 5月 | 特別1 | 5/9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 | 6/18木 | 10:00~13:00 | ハーツ学園 | 「買い物力」で差をつける、男の親子井教室 親子井 |
| | 土曜 | 6/20土 | | ハーツ羽水 | |
| 7月 | 木曜 | 7/16木 | 10:00~13:00 | ハーツ学園 | 大定番をおさえる！豚の生姜焼き 豚の生姜焼き |
| | 土曜 | 7/18土 | | ハーツ羽水 | |
| 8月 | 木曜 | 8/20木 | 10:00~13:00 | ハーツ学園 | 熱い夏は南国料理 ガバオライス タコライスなど |
| | 土曜 | 8/22土 | | ハーツ羽水 | |
| 9月 | 土曜 | 9/12土 | 10:00~13:00 | ハーツ羽水 | 餃子の会 (皮から作っても、市販の皮を使っても) |
| | 土曜 | 9/17木 | 10:00~13:00 | ハーツ学園 | |
| 10月 | 土曜 | 10/24土 | 10:00~13:00 | ハーツ羽水 | 新米と具沢山汁物 |
| | 木曜 | 10/29木 | | ハーツ学園 | |
| 11月 | 土曜 | 11/19木 | 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 | 11/21土 | | ハーツ羽水 | |
| 12月 | 木曜 | 12/17木 | 10:00~13:00 | ハーツ学園 | ホワイトソースをマスター 洋食 かぶらずしを作ろう(費用2000円+追加材料費) |
| | 土曜 | 12/19土 | 10:00~13:00 | ハーツ羽水 | |
| | 特別3 | 12/19土 | 13:00~15:30 | ハーツ羽水 | |
| 1月 2027 | 木曜 | 1/16土 | 10:00~13:00 | ハーツ羽水 | 蒸し料理と手作りポン酢 白菜 ゆずを使った蒸し料理 鍋 |
| | 土曜 | 1/21木 | | ハーツ学園 | |
| 2月 2027 | 木曜 | 2/18木 | 10:00~13:00 | ハーツ学園 | おふくろの味を超える！科学的おいしい煮物 肉じゃが など 手作りみそ 参加費2500円程度(麴の値段で変動) |
| | 土曜 | 2/20土 | 10:00~13:00 | ハーツ羽水 | |
| | 特別4 | 2/20土 | 13:00~15:30 | ハーツ羽水 | |
| 3月 2027 | 木曜 | 3/18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 | 3/20土 | | ハーツ羽水 | |
| 4月 2027 | 木曜 | 4/15木 | 10:00~13:00 | ハーツ学園 | 春の食卓 ~ 祝い膳 |
| | 土曜 | 4/17土 | | ハーツ羽水 | |