

※材料の仕入れ状況により、メニューが変更になる場合がございます。※表示価格は全て税込価格です。

こちらのQRコードからもお申込みが出来ます。



受講生募集 飯塚

2024年 1月/2月/3月



入学金 無料!

飯塚教室も大好評!

ここち飯塚

1^{COOKING} DAY

クッキング教室

1月

FELICEBASIL シェフのお料理教室

定員 8名

お家でできる簡単イタリアン

飯塚教室

061 1/17水

- ・モッツアレラチーズのトマトパスタカプレーゼ
- ・魚介のラグーのブルスケッタ
- ・バイクドチーズケーキ



フェリーチェバジル飯塚店シェフ

講師/井上 恭輔

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

1月

お餅甘酒と甘酒おでん

定員 8名

お正月のあまりのお餅の活用法。お餅で甘酒を作ってそれをおでんにします。びっくりの美味しさ!

飯塚教室

062 1/19金

- ・甘酒おでん
- ・3種の発酵菜味
- ・お餅甘酒



上級麹士・楽膳麹士 「なごお餅café レッドクローバー」店主

講師/荒巻 良美

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

1月

街の中華屋さんが教える 簡単中華レシピ

定員 8名

自宅で美味しい中華作ってみませんか?

飯塚教室

063 1/23火

- ・レタスチャーハン
- ・春巻き
- ・玉子スープ



一八飯店 店長

講師/高木 良太

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

1月

季節の野菜で和食料理

定員 8名

みんなで楽しく和食を学びませんか?

飯塚教室

064 1/30火

- ・洋風巻き寿司
- ・牛蒡のしくれ煮
- ・かつお菜ときのこの玉子とじ



日本料理 いちよし店主

講師/市吉 正昭

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

2月

簡単にお家で作れる カフェメニュー

定員 8名

おうちで作れる簡単メニューを楽しく作りましょう。

飯塚教室

065 2/1木

- ・アップルパイ (タルト・オ・ポム)
- ・赤魚のソテー アサリと味噌のクリームソース



Base café オーナー

講師/重松 司

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

2月

体の芯からあったまる 発酵ぶくしの美人鍋

定員 8名

寒さに負けずに、美味しく免疫力アップしましょう!!

飯塚教室

066 2/6火

- ・みそと甘酒とチーズの発酵鍋
- ・みそアイス



発酵食インストラクター、味噌研究家、 「しあわせ味噌カフェ Ladybug」店主

講師/久保 美和

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

2月

FELICEBASIL シェフのお料理教室

定員 8名

お家でできる簡単イタリアン

飯塚教室

067 2/21水

- ・牛肉の赤ワイン煮込みパスタ
- ・焼きプリン
- ・タコのアッフオガード



フェリーチェバジル飯塚店シェフ

講師/井上 恭輔

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

3月

街の中華屋さんが教える 簡単中華レシピ

定員 8名

自宅で美味しい中華作ってみませんか?

飯塚教室

068 3/26火

- ・天津飯
- ・豚天
- ・ワカメスープ



一八飯店 店長

講師/高木 良太

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

3月

中華塩麴を使った献立

定員 8名

話題の中華塩麴を作り、添加物を使わない中華料理を作ります。

飯塚教室

069 3/28木

- ・中華塩麴作り
- ・餃子・春雨スープ
- ・麴でパラパラチャーハン



上級麹士・楽膳麹士 「なごお餅café レッドクローバー」店主

講師/荒巻 良美

時間/10:00~13:00

受講料/2,200円(税込)

教室の応募方法・受講料のお支払い方法につきましては12ページをご覧ください。[ここち飯塚 共通]

ここち飯塚教室の開催場所・お問い合わせ



〒820-0062

福岡県飯塚市目尾398 Q-SANビル1F

☎0948-25-5656

FAX0948-25-7793

■お問い合わせ受付時間 休館日を除く AM10:00~PM5:30

休館日 日曜・祝日・年末年始・お盆休み・ゴールデンウィーク

飯塚教室 MAP



新しい飯塚教室にも遊びに来てね!!

ここち飯塚教室 受講生募集中!

お気軽にお問い合わせください

http://cocochi.Q-SAN.co.jp

🔍 ショールームここち 検索



全教室共通 申込み期限【1月教室】2023年12月10日まで 【2月教室】2024年1月10日まで 【3月教室】2024年2月10日まで



入学金
無料!

クッキング教室

カルチャー教室

受講生募集

直方



2024年 1月/2月/3月

ショールームこち直方休館日変更のお知らせ

ショールームこち直方は、年末年始、お盆休み、ゴールデンウィークを休館日とさせて頂いておりましたが、**2024年1月より休館日を変更**させて頂くことになりましたので、ご案内申し上げます。

ショールームこち直方の休館日

**日曜日(第二日曜日除く)、
年末年始、お盆休み、ゴールデンウィーク**

※材料の仕入れ状況により、メニューが変更になる場合がございます。※表示価格は全て税込価格です。



1 ^{Cooking} DAY

クッキング教室

2月 四季を感じる
日本料理

定員 15名 直方教室

季節の食材を使った料理をご家庭でも簡単に味わえるよう丁寧にご紹介します。

D-1 2/11日

- ・筍の味噌焼き
- ・鯛とかぶの吸物
- ・苺くず餅

和料理 蓮花寺 さいとう経営

- 講師/西藤 数晃
- 時間/10:00~13:00
- 受講料/2,750円(税込)



2月 ベジフルライフで体の中から
キレイを作しましょう!

定員 12名 直方教室

今回のテーマは、『じゃがいも』です。身近なお野菜『じゃがいも』で、前菜からメインまで作ります。

D-2 2/28水

- ・フリコ(イタリア風おやき)
- ・じゃがいもの冷製スープ
- ・じゃがいものニョッキ

野菜ソムリエプロ、調理師、ベジフルビューティーアドバイザー

- 講師/小野 理恵
- 時間/10:00~13:00
- 受講料/2,200円(税込)



※写真はイメージです

1月 エスニック料理シリーズ
微笑みの国タイ王国編

定員 15名 直方教室

体に優しいエスニック料理、エキゾチックなオーガニック食品を食卓へ

D-3 1/9火

- ・ガバオライス
- ・トムカーガイ
- ・ソムタム

スパイスカレー店エスニック料理オーナーシェフ

- 講師/松本 賢史
- 時間/10:00~13:00
- 受講料/2,750円(税込)



1月 季節を感じる
和菓子作り教室

定員 12名 直方教室

季節の和菓子をみんなで作ってみませんか?

D-4 1/25木

- ・フルーツ大福
- ・水羊羹

大塚菓子舗店主

- 講師/大塚 雅士
- 時間/13:00~16:00
- 受講料/2,200円(税込)



3月 心と身体に優しい精進料理

定員 12名 直方教室

今回は豆腐を使った牡蠣フライもどきなどをご紹介します。

D-5 3/22金

- ・おこわ
- ・牡蠣フライもどき 他

講師/and*one Kitchen
藤田 ひさみ
石丸 貴子

- 時間/10:00~13:00
- 受講料/3,300円(税込)



1月 3月 手打ちそば

定員(各) 6名 直方教室

そば打ちの基本と、おいしく食べる為の茹で方を教えます。

D-6 1/20土 D-7 3/16土

- ・ぶっかけそば
- ・ぶっかけそば

※500mlの空のペットボトルをご持参下さい。

全種協四段

- 講師/舛田 浩二
- 時間/10:00~13:00
- 受講料/各2,750円(税込)



※材料の仕入れ状況により、メニューが変更になる場合がございます。※表示価格は全て税込価格です。

こちらのQRコードからもお申込みが出来ます。



1月 2月 3月 旅するように季節を味わう、マンマの家庭料理とお菓子

D-8 1/13土

・黒のファルファッレ(パスタ)
・白身魚のサルティンボッカ
・ピスタチオのティラミス

【こち】で出会う、ちょっと珍しいイタリアマンマの家庭料理と郷土菓子

定員(名) 15名 直方教室

D-9 2/3土

・エビのトマトクリームパスタ
・トマトのサルシッチャ詰めオープン焼き
・チョコレートバナナコッタ

イタリア料理教室クオーレ 主宰、日本イタリア料理教室協会認定校、イタリア料理研究家、栄養士、国際栄養師

■講師/おがさ ひでこ
■時間/10:00~13:00
■受講料/各2,750円(税込)



D-10 3/2土

・ツナと卵のトマトサラダ
・アスパラとハムのタリアアッテレ(パスタ)
・ゼッポリ(父の日のデザート)

2月 満永シェフの創作フレンチ

定員 15名 直方教室

おもてなし洋風料理をつくりましょう

アンコール教室

D-14 2/13火

・魚介の柑橘マリネ ・若鶏のペルシャード
・海老のアメリカンムース
・ローストビーフ

ザハウス オブリンダマル 支配人兼料理長

■講師/満永 恵太
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,750円(税込)



2月 パンとちょこっとスイーツ

定員 12名 直方教室

焼きたてパンの味と香りを楽しみましょう。

D-16 2/9金

・グラタンパン
・レーズンブレッド
・アマンドショコラ

ジャパンホームベーキングスクール師範

■講師/石松 厚子
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,750円(税込)



1月 季節の和食

定員 12名 直方教室

旬の食材で季節を感じる料理を作ってみませんか?

D-18 1/14日

・蕪柚子蒸し
・馬鈴薯饅頭揚げ
・鯛棒寿し

旬季 琳太郎経営

■講師/茅原 康充
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,200円(税込)



2月 季節のスイーツ

定員 12名 直方教室

チョコレートづくしのお菓子一緒に作りましょう!

D-20 2/14水

・トリュフチョコレート
・チョコレートシュークリーム

パティシエ

■講師/山田 麻希
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,200円(税込)



1月 2月 3月 自宅で作れる簡単韓国料理

定員(名) 15名 直方教室

D-11 1/24水

・ピビンバ
・簡単キムチ ・汁

ご自宅で簡単に作れる韓国料理を作ってみませんか?

D-12 2/17土

・ブデチゲ
・季節のナムル

韓国家庭料理人

D-13 3/6水

・ヤンニョンチキン
・サラダ ・漬物

■講師/金正淑
■時間/10:00~13:00
■受講料/各2,750円(税込)



3月 満永シェフのファーストキッチン

定員 15名 直方教室

基本の洋食を一緒に作りましょう

アンコール教室

D-15 3/19火

・ポテトサラダ
・ロールキャベツ
・フレンチトースト

ザハウス オブリンダマル 支配人兼料理長

■講師/満永 恵太
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,750円(税込)



3月 パンとちょこっとスイーツ

定員 12名 直方教室

焼きたてパンの味と香りを楽しみましょう。

D-17 3/8金

・花びらあんぱん
・マカダミアパンズ
・エッグタルト

ジャパンホームベーキングスクール師範

■講師/石松 厚子
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,750円(税込)



3月 季節の和食

定員 12名 直方教室

旬の食材で季節を感じる料理を作ってみませんか?

D-19 3/10日

・ちらし寿司
・魚の煮付け
・その他一品

旬季 琳太郎経営

■講師/茅原 康充
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,200円(税込)



3月 季節のスイーツ

定員 12名 直方教室

ホワイトデーメニューを一緒に作りましょう!

D-21 3/13水

・いちごのミルフィーユサンド
・バナラクッキー

パティシエ

■講師/山田 麻希
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,200円(税込)



【3ヶ月プラン】2023年12月10日まで

●写真はイメージです。

2月 親子教室 スイーツデコ MeMento フェイククリームソーダのメモスタンド 定員8名 直方教室

自分の好きな色のソーダとバニラアイスを作ってホイップをしぼりトッピングをしてオリジナルのメモスタンドを作ります♪ ※対象年齢3歳~大人までOK!

E-1 2/11日 10:30~11:15

講師/井上 真紀子 受講料/1,320円(税込) ※サイズ:高さ14cm程 ※あれば、ペンチをご持参ください。 ※画像はイメージです。



2月 親子教室 スイーツデコ MeMento お菓子のお家貯金箱 定員4名 直方教室

木のお家貯金箱を組み立て、お菓子パーツを選んでホイップをしぼってデコレーションします。 ※対象年齢3歳~大人までOK! アンコール教室

E-2 2/11日 11:00~12:00

講師/井上 真紀子 受講料/2,530円(税込) ※サイズ:高さ11x幅12.5x10cm ※あれば、ペンチをご持参ください。 ※画像はイメージです。



3月 NEW レジンアクセサリー *イニシャルキーホルダー* 定員(各)8名 直方教室

失敗しないレジンアクセサリーイニシャルキーホルダーを作ります♡

E-3 3/23日 10:00~11:00 E-4 3/23日 11:00~12:00

・こども教室 ・大人教室

講師/福島 リエ 受講料/各1,540円(税込) ※サイズ:およそ3.5x3.5cm ※画像はイメージです。



2月 スタンドグラス *お花の小物入れ* 定員5名 直方教室

アクセサリーなどちょっとした小物を置けます。

E-5 2/12日 13:00~15:00

講師/重田 紀子 時間/13:00~15:00 受講料/3,300円(税込) ※申込時にお好きなガラス【赤・ピンク・黄色・ブルー・パープル】を1枚お選び下さい。 ※サイズ:高さ8x広がり7cm ※車手(ゴムのついてないもの)、お持ち帰りの袋をご持参下さい。 ※画像はイメージです。



3月 クリームティーを一緒に *英国製クロテッドクリーム&ジャム スコーン付き* 定員10名 直方教室

「クリームティー」は大人気のアフタヌーンティーの簡易版で英国では日常のおやつ時間。

E-6 3/23日 13:00~14:30

講師/内野 ひとみ 受講料/3,850円(税込) ※今回はスコーンに英国製クロテッドクリームとジャムを乗せて本格的なクリームティーを学びつつ楽しめます。 ※筆記用具をご持参下さい。 ※画像はイメージです。



3月 クリームソーダ石けん作り 定員10名 直方教室

ジュースの色とアイスの色を選んでいただきアイスディッシャーを使って、まるで本物のアイス?!と間違えてしまいそうな可愛いクリームソーダ石けんを作ります。

E-7 3/9日 10:00~12:00

講師/HIROYO 受講料/2,200円(税込) ※サイズ:高さ約10cm ※ハサミ、作品お持ち帰りの袋をご持参下さい。 ※画像はイメージです。



3月 プリザーブドフラワー供花 定員8名 直方教室

枯れないお花として人気のプリザーブドフラワーを使ったお供花アレンジを作ります。春のお彼岸に!

E-8 3/5日 10:00~12:00

講師/久保 峰子 受講料/3,850円(税込) ※一部造花使用、対で作る方は7,700円 ※サイズ:幅10~12cmx高さ20~22cm ※あれば、エプロンをご持参下さい。 ※画像はイメージです。



2月 ブリキ鉢の花いっぱい寄せ植え 定員5名 直方教室

春に向けて多種の花苗が出回る頃です。数種の形、色の組み合わせを考えながら可愛いブリキ鉢に寄せ植えしましょう。

E-9 2/3日 10:00~12:00

講師/小野しのぶ 受講料/3,850円(税込) ※サイズ:35x35cm程度 ※はさみ、エプロン、筆記用具をご持参下さい。 ※画像はイメージです。当日のものとは異なります。

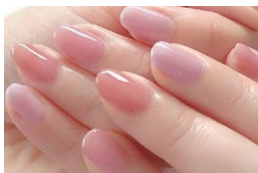


1月 春のネイルレッスン 定員6名 直方教室

爪のセルフケアから爪にジェル塗布して仕上げます。

E-10 1/14日 10:00~12:00

講師/中園 愛美 受講料/2,200円(税込) ※手元が見辛い場合は拡大鏡などをご持参下さい。



1月 2月 押し絵 定員(各)10名 直方教室

押し絵とは、型紙に綿を貼り、生地でくるんで貼り合わせて作る立体感のある作品です。

E-11 1/11日 10:00~12:00

講師/心路(こころ) 駒山 洋子 受講料/各2,200円(税込) ※紙用はさみ、布用はさみをご持参下さい。 ※画像はイメージです。

E-12 2/22日 10:00~12:00

講師/心路(こころ) 駒山 洋子 受講料/各2,200円(税込) ※紙用はさみ、布用はさみをご持参下さい。 ※画像はイメージです。



1月 2月 3月 バレエストレッチ 定員(各)6名 直方教室

E-13 1/16日 10:00~12:00 E-14 2/6日 10:00~12:00 E-15 3/5日 10:00~12:00

講師/バレエ講師 小森 真里谷 受講料/各1,760円(税込) ※動きやすい服装、飲み物をご持参下さい。



1月 2月 3月 ペン習字 (ボールペン・筆ペン) 定員(各)10名 直方教室

E-16 1/18日 10:00~12:00 E-17 2/15日 10:00~12:00 E-18 3/21日 10:00~12:00

講師/アトリエ心路(こころ) 駒山 洋子 受講料/各1,100円(税込) ※ボールペン・筆ペンをご持参下さい。



1月 2月 3月 歌謡教室 定員(各)10名 直方教室

E-19 1/20日 10:00~12:00 E-20 2/17日 10:00~12:00 E-21 3/16日 10:00~12:00

講師/安田 良子 受講料/各1,100円(税込) ※筆記用具とハンドタオルをご持参下さい。



継続中の教室のため、新規ご参加希望の方は一度見学をお願いします。 ※見学日程調整のご連絡をさせていただきますのでご了承ください。

きもの着付け

定員 6名 直方教室

F-1	1月	9・16・23
火	2月	6・13・20
曜日	3月	5・12・19

*気軽に一人で着物を着てお出かけしてみたい*お持ちの着物を素敵に着こなしてみませんか?



- 講師/井手 君子
- 時間/13:30~15:30
- 受講料/総額9,900円(税込)

※裾上げ、肌襷袢(ワンピース式でもよい)、腰紐4本位、薄手タオル(補正用)4枚位、袴芯、伊達締め2本、コリンベルト、帯枕、帯板、帯掘、帯締め、帯、長襦袢、着物をご持参下さい。
※分からない場合ここにきてからでも結構です。

三味線教室「民謡・童謡他」

定員 5名 直方教室

F-2	1月	13・27
土	2月	10・24
曜日	3月	9・16

三味線の音色を身近に感じてみませんか?



- 講師/藤本 秀希加
- 時間/10:00~11:00
- 受講料/総額6,600円(税込)

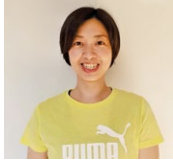
※録音機カセットテープ(スマホ録音でも可)・筆記用具・三味線をご持参下さい。

かんたんエアロビクス

定員 15名 直方教室

F-3	1月	11・18・25
木	2月	1・8・15・22・29
曜日	3月	7・14・21・28

簡単な動きを組み合わせたエアロビクスです。ストレッチや筋トレも行って運動不足を解消しましょう!



- 講師/泉 真由美
- 時間/10:00~11:30
- 受講料/総額13,200円(税込)

エクササイズ動画が見られます!申込時の参考にしてください!

※室内シューズ、ヨガマット、飲み物をご持参下さい。

「元気」と「キレイ」をつくる健康ヨガ

定員 15名 直方教室

F-4	1月	12・19・26
金	2月	2・9・16・27(火)
曜日	3月	1・8・15・22・29

呼吸法とやさしいヨガポーズで全身を気持ち良く整えます。初めての方、シニアの方も無理なく始められます。



- 講師/SHINKO
- 時間/10:00~11:30
- 受講料/総額13,200円(税込)

※ヨガマットをご持参下さい。

はじめての太極拳

定員 15名 直方教室

F-5	1月	10・17・24・31
水	2月	7・14・21・28
曜日	3月	6・13・20・27

ゆったりとした動作にもかかわらず、筋力アップの効果が絶大です。



- 講師/前田 ミユキ
- 時間/10:30~12:00
- 受講料/総額6,600円(税込)

※室内シューズ(靴底の厚みのないもの)をご持参下さい。

楽しむ韓国語(初級編)

定員 10名 直方教室

F-6	1月	15・22・29
月	2月	5・19・26
曜日	3月	4・11・18

お話ししながら楽しく韓国語を学びましょう。



- 講師/金 美英(キム ミヨン)
- 時間/10:00~11:30
- 受講料/総額9,900円(税込)

※人数によっては初級1・初級2に分かれ受講時間を若干変更する場合があります。
※筆記用具をご持参下さい。

カルチャーシェア英会話

定員 10名 直方教室

F-7	1月	11・25
木	2月	1・8・15・22
曜日	3月	7・14・21

基本的な日常会話の聞き取りや声出し練習をして、すぐに使える英語を楽しみながら身につけましょう!



- 講師/チャンドラ マイケル 健太
- 時間/13:30~15:00
- 受講料/総額9,900円(税込)

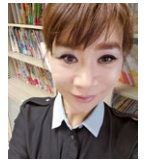
※筆記用具をご持参下さい。

サランヘヨハングル(中級編)

定員 10名 直方教室

F-8	1月	13・20・27
土	2月	3・10・17
曜日	3月	2・9・16

韓国語を学ぶだけでなく、韓国の歴史・食・文化を知って、お互いの文化を理解尊敬する楽しい教室です。

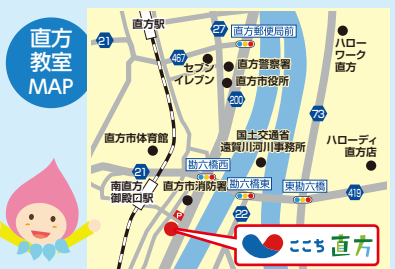


- 講師/久尾 星景
- 時間/13:00~14:30
- 受講料/総額9,900円(税込)

※筆記用具をご持参下さい。

ここち直方教室
の開催場所・お問い合わせ
〒822-0015
福岡県直方市新町3丁目3-10
☎0949-29-1313
FAX0949-29-1314

お問い合わせ 休館日を除く AM10:00~PM5:30
受付時間
休館日 日曜日(第二日曜日除く)・
年末年始・お盆休み・ゴールデンウィーク



●応募方法(直方・飯塚クッキング教室&直方カルチャー教室共通)

直方教室 〒822-0015 福岡県直方市新町3-3-10

飯塚教室 〒820-0062 福岡県飯塚市目尾398

「Q-SANショールームここち生徒募集係」まで

- ①希望教室(教室番号) ②名前(フリガナ)・性別 ③生年月日 ④住所 ⑤連絡先
- ⑥職業(主婦・会社員・パート・学生・その他) ⑦きっかけ(チラシ・ホームページ・ポスター・知人・社員)
- ⑧Q-SANグループをご利用頂いたことがありますか はい(会社名)・いいえ
- ⑨紹介者の会員番号 ⑩紹介者のお名前

●ヘア参加の場合

- ①名前(フリガナ)・性別 ②生年月日 ③住所 ④連絡先 ⑤職業(主婦・会社員・パート・学生・その他)

個人情報について: 今回の応募に際し、ご記入頂くお客様の個人情報は九條・直方ガス企業グループの内部資料として商品やサービス、イベント情報のお知らせ等に利用させていただきます。機密保持については万全を期しておりますので協力をお願いいたします。

●受講料のお支払い方法(直方・飯塚クッキング教室&直方カルチャー教室共通)

お申込み締切後、教室ご案内用紙またはメールでお知らせ致します。(応募者多数の場合は抽選後お知らせ)

◎1dayの場合: 1回分の金額のお振込となります。

◎3ヶ月コースの場合: 受講料総額のお振込となります。

※入金済の受講料は原則として返金及び振替はいたしませんので予めご了承ください。 ※講座によっては、教材費が必要な場合がございます。

※18歳未満の方は、教室への申込みは出来かねます。(ただし、親子教室除く)

※カルチャー教室3ヶ月コースをご継続される場合は、再度お申し込みが必要となります。

TEL FAX ハガキ Web

スマホ・パソコンで簡単応募手続き!

応募締切 クッキング・カルチャー教室共通

1day	1月教室: 23年12月10日まで 2月教室: 24年1月10日まで 3月教室: 24年2月10日まで
3ヶ月	23年12月10日まで

※応募多数の場合は抽選し、後日当選者のみ発送をもって代えさせていただきます。

http://cocochi.Q-SAN.co.jp

Qショールームここち 検索

