

受講生募集 飯塚

2026年10月/11月/12月



飯塚教室も
大好評!



こちらのQRコードから
お申込みが出来ます。

ココチ飯塚

1 DAY Cooking

クッキング教室

10月 FELICEBASIL シェフのお料理教室

定員
10名

151 10/14水

フェリーチェバジル
シェフによる
秋の満腹料理教室

- ・チキンのフリカッセ
バターライス添え
- ・ケッカソースのブスケッタ
- ・イカツナの
トマトドレッシングサラダ

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/2,750円(税込)



飯塚
教室

10月 街の中華屋さんが教える 簡単中華レシピ

定員
10名

152 10/20火

- ・鶏肉のカレー煮
- ・生春巻き
- ・マンゴープリン

ー八飯店 店主

講師/高木 良太

時間/10:00~13:00

受講料/2,750円(税込)



飯塚
教室

10月 NEW 暮らしを彩る パンとお菓子

定員
8名

初めての方も楽しみながら作れる
手ごねパンとお菓子のレッスンです。

153 10/30金

- ・ハムマヨパン
- ・スイートブール
- ・パンナコッタ

フードコーディネーター

講師/村田 佳奈子

時間/10:00~13:00

受講料/2,750円(税込)



飯塚
教室

11月 街の中華屋さんが教える 簡単中華レシピ

定員
10名

飯塚
教室

自宅で美味しい中華作ってみませんか?

154 11/10火

- ・鶏肉のレモンソース煮
- ・中華風白和え
- ・中華コーンスープ

ー八飯店 店主

講師/高木 良太

時間/10:00~13:00

受講料/2,750円(税込)



11月 FELICEBASIL シェフのお料理教室

定員
10名

飯塚
教室

みんなに好かれる本格イタリアン教室

155 11/25水

- ・明太子
バターしょうゆパスタ
- ・生地から作る
自家製ミックスピザ

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/2,750円(税込)



12月 簡単・ヘルシーな味噌教室

定員
10名

飯塚
教室

156 12/15火

味噌を使って手軽にお料理を作りませんか?

- ・無水みそ油鍋
- ・みそポテのチーズボール
- ・ちくわときゅうりの味噌マヨサラダ
- ・甘酒ミルク

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/2,750円(税込)



12月 おうちで簡単!温かい煮込料理

定員
10名

飯塚
教室

157 12/22火

ひと鍋で出来る美味しい煮込です。豪華な煮込はクリスマスはもちろん、おせちに飽きたらお正月にもgood

- ・バスク風カスレ
(豚肉と白インゲン豆の煮込)
- ・カブのサラダ
- ・スコップケーキ

家庭料理教室ごはん&ばん 主宰

食生活アドバイザー、食育アドバイザー

講師/柴田 桂

時間/10:00~13:00

受講料/2,750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14ページをご覧ください。[ココチ飯塚 共通]

ココチ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 土曜・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!!

ココチ飯塚教室
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

🔍 ショールームココチ 検索



全教室共通 申込み期限【10月教室】2026年9月10日まで 【11月教室】2026年10月10日まで 【12月教室】2026年11月10日まで



クッキング教室

カルチャー教室

受講生募集 直方

2026年 10月/11月/12月



※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。

Cooking
1 DAY

クッキング教室

11月

NEW

暮らしを彩る
ワンプレート教室定員
12名直方
教室

いつものおうちごはんをおしゃれなカフェ風ワンプレートに

A-1 11/24火

- ・豆乳スープ ・ベーコンポテトサラダ
- ・鶏肉のトマトソース煮込み
- ・人参の明太バター和え
- ・アスパラの肉巻き

キッズルーム「北風と太陽」併設
カフェ「CAfe 010」オーナー

■ 講 師／西山 尚美

■ 時 間／10:00～13:00

■ 受講料／2,750円(税込)



10月 季節のスイーツ

定員
12名直方
教室

秋の味覚♪ 栗のデザート作りましょう

A-2 10/6火

- ・マロンロール
- ・マロンパイ

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)



10月 秋は、麴が一番おいしい

定員
15名直方
教室

A-3 10/10土 ～いつもの野菜が主役になる日～

- ・塩麴やわらか鶏チャーシュー
- ・れんこんの玉ねぎ麴ステーキ
- ・ごぼうとナッツのデリ風サラダ
- ・濃厚かぼちゃの甘麴ポタージュ

上級麹士・薬膳麹士・
「麴の専門店レッドクローバー」店主

■ 講 師／荒巻 良美

■ 時 間／10:00～13:00

■ 受講料／2,750円(税込)

10月 炊きたてを味わう
土鍋ごはんのごはんのお供定員
15名直方
教室

ミシュラン料理人がおしえる土鍋ご飯の炊き方

A-4 10/13火

- ・秋の味覚ご飯 ・天バラご飯
- ・ご飯のお供に
(ちりめん山椒煮、肉味噌)
- ・出汁巻き玉子 ・お吸い物

■ 講 師／西藤 数晃 和料理 蓮花寺
さいとう経営

■ 時 間／10:00～13:00

■ 受講料／2,750円(税込)

10月 旅するように
季節のイタリアンを楽しもう定員
15名直方
教室

ここちの食で旅するイタリアン【秋の味覚～クリスマス編】

A-5 10/17土

- ・秋野菜と豆のミネストローネ
- ・ポルチーニのリゾット
- ・抹茶のパナコッタ

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
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／3,300円(税込)



10月 満永シェフの創作フレンチ

定員
15名直方
教室

オシャレなおもてなし料理を作りましょう！

A-6 10/27火

- ・秋刀魚のプロヴァンス風
- ・クラムチャウダーグラタン
- ・BERRYティラミス

ザハウス オブリンドマール
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)





11月 簡単韓国料理教室

定員 15名

直方教室

ご自宅で簡単に作れる韓国料理を作ってみませんか？

A-7 11/7土

- ・ユッケジャン
- ・うずらの卵煮
- ・チンゲンサイキムチ



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

11月 季節の和食

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紹介します。

A-8 11/8日

- ・鮭挟み焼き
- ・柿白和え
- ・炊き合わせ



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

11月 満永シェフのフレンチ料理

定員 15名

直方教室

オシャレなおもてなし料理を作りましょう！

A-9 11/17火

- ・鶏ササミのポシェと茸のアヒージョ仕立て
- ・魚介のイルド・フランス
- ・モンブランアラモード



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

11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。

A-10 11/20金

- ・グラハムブレッド
- ・ラフランスブレッド
- ・ナッツクッキー



■講師/石松 厚子
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,300円(税込)

11月 手打ちそば

定員 6名

直方教室

A-11 11/21土

- ・ぶっかけそば

※500mlの空のペットボトルをご持参下さい。

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。



■講師/舩田 浩二・美代子
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,750円(税込)

12月 季節のスイーツ

定員 12名

直方教室

クリスマスにオススメデザートです♪

A-12 12/1火

- ・ピスタチオケーキ
- ・リースクッキー



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

12月 残らないおせち

定員 12名

直方教室

毎年恒例の安心・安全おせち料理教室。“残らないおせち”で、家族みんなが笑顔に♪プロのコツを学んで、今年は手作りにチャレンジ!!

A-13 12/3木

- ・残らないおせち

※画像はイメージです。



■講師/and*one Kitchen
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,300円(税込)

12月 旅するように季節のイタリアンを楽しもう

定員 15名

直方教室

A-14 12/9水

- ・クリスマスリース仕立てのミニトマトファルシ
- ・かぼちゃのスープ
- ・ラザニア



■講師/おがさ ひでこ
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,300円(税込)

12月 手打ちそば

定員 6名

直方教室

A-15 12/13日

- ・ぶっかけそば

※500mlの空のペットボトルをご持参下さい。

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。



■講師/舩田 浩二・美代子
■時間/10:00~13:00
■受講料/2,750円(税込)

12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。

A-16 12/24木

- ・お豆ロール
- ・オニオンセサミ
- ・プルーンケーキ



■講師/石松 厚子
■時間/10:00~13:00
■受講料/3,300円(税込)

12月 発酵でつくる頑張らない無添加おせち

定員 15名

直方教室

A-17 12/26土

- ・無添加かまぼこ
- ・鶏の八幡巻
- ・えびの塩麹うま煮など

※メニューは変更になる場合があります。

～麴の力で、簡単・華やか・家族が喜ぶお正月～



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

10月 押し絵 *クロッカス*

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。

B-1 10/1 木

■ 講師 / 駒山 洋子
■ 時間 / 10:00~12:00
■ 受講料 / 2,420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。※サイズ:直径10cm



10月 大人のための バレエストレッチ

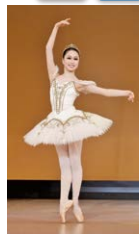
バレエを習ってみたいけど・・・
そんな未経験の方でも大丈夫です。

B-2 10/13 火

バレエストレッチの
動画が見られます!
申込時の参考に
してみてください!

■ 講師 / 小森 真里谷 バレエ講師
■ 時間 / 10:30~12:00
■ 受講料 / 1,980円(税込)

※動きやすい服装、飲み物をご持参下さい。



10月 貼るだけで可愛い♡整う♡ 耳ツボジュエリーセルフブレッソン

耳ツボの基本知識から、ご自身やご
家族に貼るように楽しく学びます♡
耳ツボに貼るジュエリーの製作を行い、お好きなツ
ボ6箇所を選んでシールを貼っていただきます。

B-3 10/24 土

■ 講師 / 中園 愛美
■ 時間 / 13:00~15:00
■ 受講料 / 2,750円(税込)

※鏡、老眼鏡や拡大鏡(手元の細かい作業が見えづらい方)等の持参お
願いいたします。 ※画像はイメージです。



11月 大人のための バレエストレッチ

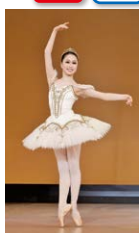
バレエを習ってみたいけど・・・
そんな未経験の方でも大丈夫です。

B-4 11/10 火

バレエストレッチの
動画が見られます!
申込時の参考に
してみてください!

■ 講師 / 小森 真里谷 バレエ講師
■ 時間 / 10:30~12:00
■ 受講料 / 1,980円(税込)

※動きやすい服装、飲み物をご持参下さい。



11月 ペン習字(ボールペン・筆ペン)

手書き文字は毎日の生活に欠かせないもの。オフィスや冠婚葬祭など、手
書きする場面もたくさん! 一緒に
気軽に練習してみませんか♪

B-5 11/19 木

■ 講師 / 駒山 洋子
■ 時間 / 10:00~12:00
■ 受講料 / 1,100円(税込)

※ボールペン、筆ペンをご持参下さい。



11月 歌謡教室

腹式発声法で唄い
免疫を高めましょう!

B-6 11/21 土

♪心の鷗
■ 講師 / 安田 良子
■ 時間 / 13:00~15:00
■ 受講料 / 1,100円(税込)

※筆記用具とハンドタオルをご持参下さい。



11月 しめ縄アレンジメント教室

好きな色のカラーしめ縄とアーティフィシャルフラワーを組み合わせ
てしめ縄を作ります。

B-7 11/25 水

atelier Rose beret(アトリエ ローズベレー)
JCAキャンドルアーティスト、IPS協会

■ 講師 / 久保 峰子
■ 時間 / 10:00~12:00
■ 受講料 / 3,300円(税込)

※サイズ:丸縄18cm、タッセル25cm程度。 ※丸縄もあります。
※画像はイメージです。色味は変動があります。



11月 ステンドグラス *鏡餅のオブジェ*

お正月に向けて鏡餅を作りますよ!

B-8 11/28 土

※サイズ:約横15cm×高さ7cm。
※写真には屏風がありませんが屏風付きです。
※画像はイメージです。仕入れの状況によって多少
の変更がある場合がございます。その際はご了承ください。

■ 講師 / 重田 紀子
■ 時間 / 13:00~15:00
■ 受講料 / 4,950円(税込)



※軍手(ガムのついていないもの)、持ち帰りの袋、
タオル(作品を拭きあげる用)をご持参下さい。

12月 押し絵 *千支【未】*

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。

B-9 12/3 木

■ 講師 / 駒山 洋子
■ 時間 / 10:00~12:00
■ 受講料 / 2,420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。※サイズ:直径10cm



12月 新春を迎えるひと鉢

お掃除が済んだ玄関には自作の寄
せ植えを飾ってよき新年をお迎え
ください。

B-10 12/8 火

ガーデン教室がドゥベル
植物雑貨クリエイター

■ 講師 / 小野 しのぶ
■ 時間 / 10:00~12:00
■ 受講料 / 3,960円(税込)

※サイズ:直径21cm鉢。 ※画像はイメージです。当日のものとは異な
ります。 ※はさみ、エプロン、筆記用具をご持参下さい。



12月 オリジナルクリスマスティーを 作りましょう

今回はスパイスとハーブでオリジナル
クリスマスティーを作ります。シュト
ーレンと一緒にみなさんで紅茶をいただきながら、イ
ギリスでのクリスマスの歴史などを学べる教室です。
※教室内で作った紅茶、シュトーレンのお土産付き

B-11 12/10 木

紅茶コーディネーター、紅茶コンサルタント、
紅茶専門店フランチェスカオーナー

■ 講師 / 内野 ひとみ
■ 時間 / 13:00~14:30
■ 受講料 / 3,850円(税込)

※筆記用具をご持参下さい。 ※画像はイメージです。



12月 歌謡教室

腹式発声法で唄い免疫を高めましょう!

B-12 12/12 土

♪心の鷗

■ 講師 / 安田 良子
■ 時間 / 13:00~15:00
■ 受講料 / 1,100円(税込)

※筆記用具とハンドタオルを
ご持参下さい。



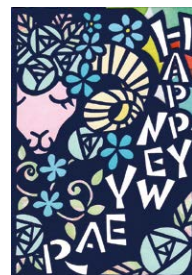
12月 切り絵で年賀状

年末年始の挨拶を切り絵で!

B-13 12/19 土

■ 講師 / 松本 佳代
■ 時間 / 13:00~15:00
■ 受講料 / 1,100円(税込)

※サイズはがきサイズ
※画像はイメージです。



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

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♪

C-1	10月	6・13・20
火	11月	10・17・24
曜日	12月	1・8・15



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

※裾よけ、肌襦袢(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、衿芯、伊達締め2本、コーリンベルト、帯枕、帯板、帯揚げ、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来てからでも結構です

三味線で綴る「民謡・唱歌・歌謡曲」

定員 7名 直方教室

三味線の音色を身近に感じてみませんか?

C-2	10月	17・24
土	11月	21・28
曜日	12月	12・26



- 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。

楽しむ韓国語

定員 10名 直方教室

お話ししながら楽しく韓国語を学びましょう。

C-3	10月	5・19・26
月	11月	2・9・30
曜日	12月	7・14・21



- 通訳、翻訳、韓国語講師
- 講師/金 美英(キム ミヨン)
- 時間/[初級] 10:00~11:00
[中級] 11:00~12:00
- 受講料/総額9,900円(税込)

※筆記用具をご持参下さい。

カルチャーシェア英会話

定員 15名 直方教室

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!

C-4	10月	1・8・15
木	11月	5・19・26
曜日	12月	3・10・17



- 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。

かんたんエアロビクス

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!

C-5	10月	1・8・15・22
木	11月	5・12・19・26
曜日	12月	3・10・17・24

定員 15名 直方教室

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



エクササイズの動画が見られます!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

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。

C-6	10月	2・9・16・23・30
金	11月	6・20・27
曜日	12月	4・11・18・25

定員 15名 直方教室

- 講師/インストラクター 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。

太極拳教室

太極拳はどなたでも無理なく始められる健康法です。初心者の方にもわかりやすく基本から丁寧に指導しますので、お気軽にご参加ください。

C-7	10月	7・14・21・28
水	11月	4・11・18・25
曜日	12月	2・9・16・23

定員 15名 直方教室

- 講師/工藤 京子
- 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。

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 土曜(不定休)・日曜(第二日曜を除く)・祝日(不定休)・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

- 希望教室(教室番号)
- 名前(フリガナ)・性別
- 生年月日
- 住所
- 連絡先
- 職業(主婦・会社員・パート・学生・その他)
- きっかけ(チラシ・ホームページ・ポスター・知人・社員)
- Q-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
- 紹介者の会員番号
- 紹介者のお名前

●ベア参加の場合

- 名前(フリガナ)・性別
- 生年月日
- 住所
- 連絡先
- 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)

お申込み締め切り後、教室ご案内をショート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)
※書面での案内をご希望される場合は、1通につき220円の郵送手数料がかかります。

◎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。

※入会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、教室への申込は出来かねます。(ただし、親子教室・子供教室を除く) ※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	10月教室: '26年9月10日まで 11月教室: '26年10月10日まで 12月教室: '26年11月10日まで
3ヶ月	'26年9月10日まで ※応募多数の場合は抽選となり、結果は後日ショートメールでお知らせします。

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

Qショールームここち 検索

