

ここに来れば ワクワクが見つかる♪

「シルフジャパン」と「シルフフレンズ」がお届けする
日常をHappyにする楽しいレッスン

受講者には有明店で使用できる
5%OFFチケットをプレゼント



9月レッスン

各回：定員 6 名
※9/14のみ定員 4 名

9/5 日		¥4,400 11:00～ (1.5H)	茶道を日常に テーブルで点てるモダンスタイル茶道 ～9月：重陽の節句～ テーブルとイスで気軽に楽しめる、新しいモダンスタイル茶道。趣向を凝らした見立てのお道具で、茶道を日常に取り入れる楽しさを学びます。テーブルでの作法に加え、エレガントな美所作、日本の季節の設え、和モダンスタイルを軸にしたテーブルコーディネートを中心に、新しいライフスタイルの茶道を学んでいきます。9月は重陽の節句を意識した秋の室礼でお迎え致します。初心者の方もお気軽に。 講師：モダンスタイル茶道家 溝呂木真紀子 ※ご自身でお茶を点てていただき、季節の和菓子と一緒にお召し上がりいただけます。 ※レジュメのお持ち帰りあり。
9/10 金		¥3,300 11:00～ (1.5H)	ベランダやお庭で楽しむ器とテーブルコーディネート 暑さも落ち着き過ごしやすくなってきたら、ベランダやお庭で食事を楽しむのがおすすめ！買って来たお弁当やお惣菜、簡単手料理なども、お気に入りの器に盛り付けるとちょっぴり豪華に！店頭の器を使ってコーディネートも楽しんで頂きながら、簡単テーブルコーディネートのコツや、器の楽しい使い方もご提案させていただきます。 講師：食空間プランナー 高石典子 ※コーディネート実習あり。（フードはデモンストレーションのみ） ※レジュメのお持ち帰りあり。
9/14 火		¥4,400 11:00～ (1.5H)	大人のキレイをかなえる！カラーレッスン ～PINK～ メイクやファッションだけでなく、器やインテリアを選ぶときにも大切な「色」について学べるレッスン。9月のテーマはピンク。リップやチークで必須のピンク色は、魅力upに即効性のある色です。ピンク色が好きな方もそうでない方も、人前に立つことの多い方や自分の気持ちをアップさせたい方、ぜひこの機会にあなたの個性を引き出してくれるピンク色を見つけましょう。 講師：カラー&テーブルコーディネーター 長坂裕子 ※テキスト、ピンク診断アドバイスシート、似合う色の不織布マスクプレゼント。
9/18 土		¥4,400 11:00～ (1.5H)	飾り巻きずし～古典柄でお月見を愉しむ～ 今年の十五夜（中秋の名月）は9月21日です。十五夜に供える月見団子・ススキ・お芋と一緒に、華やかな飾り巻きずしも！お月見に合う古典柄『六車』と『三つ巴』と一緒に巻いてみませんか？和食器を使って飾り巻きずしをより素敵に見せるコーディネートもご紹介させていただきます。 講師：飾り巻き寿司講師/デコ巻きマイスター 沖田浩子 ※飾り巻き寿司の実践あり。ご試食もしていただけます。 ※テキスト、巻き簾のプレゼントあり。
9/19 日		¥4,400 11:00～ (1.5H)	夏の疲れを吹き飛ばす、しっかりがっつりスタミナメニュー 男性、お子様にも嬉しい食卓作りを楽しみませんか？オープン料理で簡単なのに見栄え良く、お誕生日などにもぴったりのラザニアを始め、しっかり&おなかも満足なメニューをご紹介します。残暑で疲れた身体を元気に！テーブルを彩りましょう♪ 講師：食空間スタイリスト 吉府真海 ※ご試食いただけます。 ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
9/27 月		¥4,400 11:00～ (1H)	簡単おいしい玄米生活！お握りワンプレートを作ろう 体に良い玄米を、簡単に食卓に取り入れてみませんか？スタートは是非、玄米おにぎりから♪お握りとそれに合うオカズを使って、映えるワンプレート盛り付けのコツをお伝えします。レクチャー後には、実際に銘々で盛り付けてコツを掴みましょう。玄米の魅力もしっかりお伝えします。 講師：玄米食プランナー/おもてなしレッスン講師 杉崎裕美 ※盛り付けの実践あり。実践後はご試食いただけます。 ※レシピ・レジュメのお持ち帰りあり。
9/28 火		¥4,400 11:00～ (1H)	秋の味覚で簡単フィンガーフード 実りの秋♪旬の食材を使った簡単で美味しいフィンガーフードはいかがでしょう。デモンストレーションによるフィンガーフードの組み立て方を、秋のテーブルコーディネートと共にご紹介します。 講師：フィンガーフード/食卓スタイリスト 宮原江里子 ※講師のデモンストレーションをご覧ください。試食は無しとなりますが、レシピ・レジュメをお渡しいたしますので、ご自宅で再現していただけます。