

ハンドメイドで仲間づくり

2023.10月～12月予定表

- ワークショップ参加ご希望の方は、ご予約をお願いいたします。(材料準備のため)
- 締切日：開催日の**3日前**、ただし マジックは**1週間前**までにご予約下さい。
- 材料費は、参加費に含まれます。 ● 連絡先：NPO法人アート・ビーンズ・ファクトリー TEL:0466-22-6667

	10月	11月	12月
食 ※試食と持ち帰り品あり	<p>玄米の炊き方 玄米と白米の違い 圧力鍋と炊飯器の違いは？ 13日(金)10:30～12:30 参加費：500円 持ち物：エプロン、三角巾</p>	<p>車麩(くるまふ)の調理法 自然食品にある小麦たんぱく 車麩の使い方 10日(金) 10:30～12:30 参加費：700円 持ち物：エプロン 三角巾</p> 	<p>おからこんにゃくの調理法 こんにゃく、大豆、山芋を使った食品 8日(金)10:30～12:30 参加費：700円 持ち物：エプロン、三角巾</p>
	<p>生姜シロップ作り 無農薬、無化学肥料生姜使用 シロップ作り ジンジャーペーストの使い方 27日(金)13:30～15:30 参加費：700円 持ち物：エプロン、三角巾</p>	<p>干し柿作り 干し柿の作り方と 干し柿を使うお菓子の作り方 24日(金)13:30～15:30 参加費：800円 持ち物：エプロン、三角巾</p>	<p>※柿の収量により、変更あり</p> 
創	<p>ベンガラ染 土から生まれ、土に還る染料で、少しの水を揉みこむだけで手軽に染めるられます。 29日(日)13:30～15:30 参加費：800円 持ち物：汚れてもよい服装 不要なタオル2枚</p> 	<p>マジック 覚えて、みんなを驚かそう！ 4日(土)13:30～15:30 参加費：500円 持ち物：無し</p> 	<p>マジック 覚えて、みんなを驚かそう！ 2日(土)13:30～15:30 参加費：500円 / 持ち物：無し</p>
		<p>トートバッグ作り マイバッグを作ろう！ ※小学生可(保護者同伴) 26日(日)13:30～15:30 参加費：800円 持ち物：裁縫道具(お持ちの方)</p>	<p>干支作り「辰」 和紙をちぎり身体を、顔は立体的に作ります 9日(土)11:00～12:30 参加費：800円 持ち物：無し</p> 
体	<p>体操(準備気功) 毎月第4金曜日 10:30～12:00</p>		
	27日(金)	24日(金)	22日(金)
<p>参加費：300円 / 持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル</p>			