

1日	火	【塩の不思議】_学んで発見！ 食べ方実感講座_調味料編	食・クッキング
2日	水		
3日	木	開運カウンセラー ワンディシェフランチ営業 (ピストロクラシティ)	ライフ・占い
4日	金	食品添加物を学ぶ	食・クッキング
5日	土		
6日	日		
7日	月	食のトレンド講座① _ビーガン・グルテンフリー・ロカボ・ベジファースト	食・クッキング
8日	火		
9日	水		
10日	木	開運カウンセラー ワンディシェフランチ営業 (ピストロクラシティ)	ライフ・占い
11日	金	【油の不思議】_学んで発見！ 食べ方実感講座_調味料編	食・クッキング
12日	土	おうち時間で かんたんリンパ体操 ハーバリウム	美容・健康・学び ハンドメイド
13日	日	今人気！の刀をダンボールで作ろう！ 第一印象アップの話し方講座	美容・健康・学び イベント
14日	月	【酢の不思議】_学んで発見！ 食べ方実感講座_調味料編	食・クッキング
15日	火		
16日	水		
17日	木	アパレルフェスタ	
18日	金		
19日	土	おうち時間で かんたんリンパ体操	美容・健康・学び
20日	日		
21日	月	美味しくてカラダに優しい選食力講座_汁三菜実践講座④	食・クッキング
22日	火	パーソナルカラー診断	ライフ・占い
23日	水		
24日	木	クリスマス特別企画 9品のオードブルプレート作り	食・クッキング
25日	金		
26日	土		
27日	日	好評の逸品 おせちご予約 受付中 12/	
28日	月		
29日	火	「贈 フードマーケットにて	
30日	水	ミシュラン東海版掲載	
31日	木	休館日	

13日 テラスマルシェ開催!!

開催時間10:00~16:00
クラシティ1階にぎわいテラス

CLACITY × Punny ぽいく

身近なダンボールで、おもちゃの刀を作ります。材料はこちらで用意します。所要時間40分程。



講師 常磐井 徳

パーツを貼って組んでいく作業です。数種類のパーツからお好きなものを組み合わせてオリジナルの刀を作ろう！

今人気！の刀をダンボールで作ろう！



親子でぜひご参加下さい！

開催日 12/13(日)10:00~16:00
受講料 1,200円(税込) 会場 クラシティ テラスマルシェ
定員 当日申し込みOK 受付順 持ち物 マスク
※ダンボールはまれに手を切るがありますので、気になる方は手袋をご持参ください。

ダンボール一筋65年のトミタパックス株式会社が立ち上げたブランド「punnyぽいく」の遊具は全てダンボールで出来た丈夫な遊具です。ぜひ、サイトをご覧ください！

Punny ぽいく



完成した刀(イメージ)



限定40食



ワンディシェフayakaのヘルシーランチコース

12月3日(木)・10日(木)10:30~14:30(L014:00)

1,100円 税込 会場ピストロクラシティ(1階)

アスリートフードマイスターのシェフayakaのカラダにやさしい

自慢のヘルシーランチをお召し上がりください。

【メニュー】 脂肪燃焼スープパスタ(レシピ付)

前菜・副菜2種(週替り)・季節の果物

【ご予約も承ります】

コンフォートガイド TEL0569-47-9400

写真はイメージです



美味しい楽しさ、学んで発見！
クラシティ
CLACITY

2020
12月

わくわくワークショップ

クラシティでは、日々の生活に彩りを与えてくれる様々なワークショップを開催しています！



会場 CLACITY 1F

名鉄名古屋駅より 名鉄河和線にて 特急 30分 / 急行 35分

ワンディシェフ 1日店長募集!

「ワンディシェフ」であなたの「夢」「得意」を活かしてみませんか？

☎ 0569-47-9400
✉ info@clacity.jp

受付時間 10:00~18:30 (定休日・第4水曜日)



各講座のご予約・お問合せ
当日の受付、お支払いは
ピストロクラシティ横の
【コンフォートカウンター】
にて承っております。

HPからもお申込みいただけます <https://clacity.jp/work/>

※講座によっては催行人数に達しない場合は事前にご連絡の上、開催を中止させていただく場合があります。

ワークショップ開講をご希望される講師の方を募集しております。詳しくは上記までお気軽にお問い合わせください。

ワンディシェフ 1日店長募集!

ピストロクラシティ(クラシティ1階)

「ワンディシェフ」であなたの「夢」「得意」を活かしてみませんか？

「ワンディシェフ(1日店長)」とは、将来お店を持ちたい、週に1度でもいいので得意な料理を披露してみたい、若手シェフや料理好きの皆さんにチャレンジの場をご提供する「食」をテーマにした新しい飲食コミュニティです。クラシティではこの取組みを通じて、夢、希望、生きがい、楽しさを実現する場として、人が出会い、繋がっていくことを願っています。料理教室の開催も可能です。PR告知のサポートもあります。

詳しくはこちらまで トロワ・アバンセ TEL:0569-47-8480 (担当:名倉)

シリーズ食講座

シリーズ講座PART I_全4回コース 美味しくてカラダに優しい選食力講座_一汁三菜実践講座

講座④12/21(月) 講座①1/25(月) 10:15~13:15
講座②2/15(月) 講座③3/15(月)

今、世界が目にする和食。その基本ともいえるのが「一汁三菜」です。主食、主菜、副菜、それぞれの食材と調味料をトータルで学んでいただき日々の食生活に活かしていただける内容が満載です。食材選びの目利き力(選食力)を身に付けていただけます。男性、女性、独身の方、家族のある方、どなたでもご参加いただけます。

- 講座① 主食編_お米の栄養再発見_その選び方と食べ方 白米、金芽米、玄米、雑穀、粥 小麦・蕎麦の話
- 講座② お汁編_味噌の栄養と選び方、出汁の摂り方と栄養価 大豆と発酵の話 利き味噌汁
- 講座③ 主菜編その1_野菜のチカラ、色の成分とは、栄養価、醤油・塩の話 野菜料理調理実食
- 講座④ 主菜編その2_主菜となる食材と食べ合わせ、油・酢の話一汁三菜調理実食



レシビ・ランチ付き

コンフォートフード研究所 所長 クラシティMDアドバイザー 名倉 裕一郎

¥ 4回コース 12,000円(税込) 1回のみ単独参加 3,800円(税込)

定員 12名 (持ち物:マスク・エプロン・タオル) ※4回コースは1回目の講座参加時に全額入金ください。

シリーズ講座PART II_全4回コース 食のトレンド講座_ビーガン・グルテンフリー・ロカボ・ベジファースト

講座①12/7(月) 講座②1/11(月) 10:15~13:15
講座③2/1(月) 講座④3/1(月)

今、注目の食のトレンドを解りやすく解説。お料理をご一緒に作ります。毎日の食事に簡単に取り入れる方法をお伝えします。どなたでもご参加いただけます。

- 講座① ビーガン編_ビーガン、ベジタリアンのお話と料理。
- 講座② グルテンフリー編_アレルギーの方だけではなく一般の方にも知らないうちに影響を与えているグルテン。グルテンの正しい理解とグルテンフリー料理を作ります。
- 講座③ ロカボ(低糖質)編_ダイエット法として人気のロカボ。その良さと注意点を解りやすくお伝えします。ロカボ料理も作ります。
- 講座④ ベジファースト_野菜のチカラ_色の成分(フィトケミカル) 食物繊維の大切さを学びます。野菜料理を作ります。



レシビ・ランチ付き

コンフォートフード研究所 所長 クラシティMDアドバイザー 名倉 裕一郎

¥ 4回コース 10,000円(税込) 1回のみ単独参加 3,000円(税込)

定員 12名 (持ち物:マスク・エプロン・タオル) ※4回コースは1回目の講座参加時に全額入金ください。

食・クッキング

【塩の不思議】学んで発見! 食べ方実感講座_調味料編

1日(火) 10:15~11:30

①塩の原料による分類 ②日本の塩づくり ③料理の塩加減
④塩の味わいの要素 ⑤塩の注目成分マグネシウム・カリウム・カルシウム ⑥塩の味わいを比べる料理の実食。
今回はお塩を変えて作った鶏ハムをご試食いただけます。



レシビ・ランチ付き

コンフォートフード研究所 所長 クラシティMDアドバイザー 名倉 裕一郎

¥ 1,650円(税込) 定員 12名

食品添加物を学ぶ

4日(金) 10:15~11:30

食品添加物は食品の安全を考えなくてはならない環境において事故のないために必要とされています。しかし、摂取しないに越したことはありません。
普段、食品を購入する際に最低必要な知識をまなんでいた
だけ、清涼飲料水の試飲などの実験してみたいと思います。

コンフォートフード研究所 所長 クラシティMDアドバイザー 名倉 裕一郎

¥ 1,650円(税込) 定員 12名



資料・レクチャー・試食付き

【油の不思議】学んで発見! 食べ方実感講座_調味料編

11日(金) 10:15~11:30

①脂肪酸 ②サラダ油とキャノーラ油 ③トランス脂肪酸 ④
オリーブオイル ⑤アマニ油 ⑥ごめ油 ⑦ココナッツオイル
& GHEEオイル ⑧オメガ3, 6, 9, ⑨油の賢い使い方、完
全無欠コーヒーをご試飲いただけます。

コンフォートフード研究所 所長 クラシティMDアドバイザー 名倉 裕一郎

¥ 1,650円(税込) 定員 12名



資料・レクチャー・試食付き

【酢の不思議】学んで発見! 食べ方実感講座_調味料編

14日(月) 10:15~11:30

①純米粕酢 ミツ判山吹の話 ②天然醸造酢とは ③酢
の種類 ④酢のこぼれ話 ⑤カルシウムと酢の関係 ⑥酢
の調理効果 ⑦酢の合わせ調味料 今回は簡単! 野菜の
甘酢漬けをご試食 & お持ち帰りいただけます。

コンフォートフード研究所 所長 クラシティMDアドバイザー 名倉 裕一郎

¥ 1,650円(税込) 定員 12名



資料・レクチャー・試食付き

クリスマス特別企画 クリスマスオードブル作り×2セット

24日(木) 10:15~12:30

クラシティフードマーケットのこだわり食材を使った
クリスマス特製オードブルを2セット作ってお持ち帰りいた
できます。ボリュームたっぷりです3~4人前はあります。
メニュー予定_ビーフシチュー・塩麴のゆで豚マリ
ナード味噌・ミラノ風ポーークカツレツ・ガーリックシュリ
ン・チキンクリーム煮・鶏ハム・ペンネアラビアータ・
キャロットラペ・パプリカピクルス

コンフォートフード研究所 所長 クラシティMDアドバイザー 名倉 裕一郎

¥ 3,000円(税込) 定員 12名



レシビ・ランチ付き (持ち物:マスク・エプロン・タオル)

資格取得向け集中講座

色を楽しむ! AFT色彩検定3級 対策講座

全10回 第1、3木曜日18:00~19:30

①1/21 ②2/4 ③2/18 ④3/4 ⑤3/18

⑥4/1 ⑦4/15 ⑧5/6 ⑨5/20 ⑩6/3

色彩検定にチャレンジ! 色を学べばセンスが良くなり暮らし
も豊かに、仕事に差がつきビジネスチャンスが生まれます。

ColorCharmY/CO Sourire主宰 カラーアナリスト 浅見 ゆかり
¥ 49,000円(税込)/10回コース ●教材費(初回のみ)6,500円(税込) ●ペアでお申込み 47,000円(税込)

定員 6名

※会場はビストロクラシティ
※1/14まで予約受付



資料・レクチャー・試食付き

ハンドメイド

ハーバリウム

13日(日) 【テラスマルシェ】10:00~16:00

人気のハーバリウムです。豊富な瓶や花材からセレクトして、
オリジナルハーバリウムを作ってみませんか?
自宅用、プレゼントにオススメです。

インテリアハーバリウム認定講師・ハーバリウムディスペンサー認定講師
CaraFioreアロマワックス認定講師 杉浦 三代子

¥ 大(200ml)1,500円(税込)、中(150ml)1,300円(税込)、小(100ml)1,000円(税込)
ボールペン1,000円(税込)、ディスペンサー(大)3,000円(税込)、(小)2,200円(税込)



当日
申込み
受付順

美容・健康・学び

おうち時間でかんたんリンパ体操

12日(土) 19日(土) 13:30~14:30

リモートワークでの運動不足やストレスの解消で健康維持を。
また体液循環をスムーズにすることで、身体の温め免疫力UPや
お肌の改善を。高齢者の介護対策としても安全に活用できます。

リンパセラピスト 伊藤 伸利

¥ 1,650円(税込) 定員10名程度



要予約

大人の1DAYレッスン 第一印象アップの話し方講座

13日(日) 10:15~11:30

第一印象は会って数秒で決まると言われています。良い話し方は、
ビジネスや日常生活において良い関係を築けます。声・話し方を変
えて春に向けてスキルアップをしましょう。

1.発声練習 2.笑顔トレーニング 3.音読 4.伝える話し方 5.発表

Voice つむぎ 柴田 昌映

¥ 3,000円(税込) 定員 4名 (持ち物:筆記用具、鏡)



要予約

ライフ・占い

パーソナルカラー診断

22日(火) 10:30~15:30

あなたを輝かせてくれる色は何色?

セラピーサロン 彩 金田 久美

¥ 6,600円(税込) 定員 (10:30~)1名 / (13:00~)1名



要予約

開運カウンセラー__Shine Soul

3日(木) 10日(木) 10:00~16:00

開運カウンセラー 古閑 蘭果

あなたの潜在意識に「神道フーチ」でアクセスします。

¥ 20分:2,000円(税込)、延長10分:1,000円(税込)



要予約

【キャンセルポリシー】

お申込みいただいたすべてのワークショップのキャンセルに関しまして、開催
3日前まではキャンセル料は無料、2日前以降は受講料全額を頂戴いたします。