

6/6 (木) つくりおき&コンロdeスイーツ

MENU ●●
★～野菜の焼き浸しのつくりおき～
・和風カレー(持ち帰り)
・野菜の寒天寄せ
・グリルde和風バナナパイ



いろいろな野菜を使った、焼き浸しのご紹介♪ つくりおきを楽しましよ。
申込締切 5/27 持ち帰りOK!
開催時間: 14:00~15:30
講師: スマイルキッチンスタッフ 西澤
受講料: 1,000円 定員数: 16名

6/7 (金) プロに教わるおうち中華

MENU ●●
★おうち中華を学ぼう!
・豚ヒレのピリ辛黒酢豚
・有頭えびのニンニク強火蒸し
・ガス火ごはん
・エッグタルト



お家でできる簡単中華をお教えます!
申込締切 5/27
開催時間: 10:00~13:00
講師: カンパニオニ 牛木法隆
受講料: 1,000円 定員数: 16名

6/11 (火) 豆と野菜の料理教室

MENU ●●
★手作り醤油麺のお土産付き♪
・大葉味噌の焼きおにぎり
・高野豆腐の磯辺揚げ
・アボカドと豆のサラダ
・カッテージチーズ和え
・長芋の梅醤油漬
・パニアイス 醤油麺ソース



申込締切 6/3
開催時間: 10:00~13:00
講師: 豆と野菜 佐藤弥生
受講料: 2,000円 定員数: 16名

6/11 (火) ガス火deごはん

MENU ●●
★～フライパン編～
・肉巻おにぎり
・プチサラダ付
お弁当にもぴったり! 人気の肉巻おにぎりに挑戦♪ (2人分お持ち帰り)
※試食なし
※託児サービスなし
申込締切 6/11~6/3 6/20~6/10 持ち帰りOK!



開催時間: 14:00~15:00
講師: スマイルキッチンスタッフ 西澤
受講料: 500円 定員数: 16名

6/13 (木) 基礎から学べるアイシングクッキー教室

MENU ●●
★アイシングでかわいくデコレーション
クッキーの焼き方など基礎から丁寧に教えます!
3種類のアイシングクッキーを作ります!



申込締切 6/3 持ち帰りOK!
開催時間: 10:00~12:30
講師: spaca sweets DECO 美緒
受講料: 1,500円 定員数: 12名

6/17 (月) 1dayパンレッスン

MENU ●●
★カレーパン 2種
人気のカレーパン! 揚げと焼きの2種を作ります!



申込締切 6/10 持ち帰りOK!
開催時間: 10:00~13:30
講師: パン教室Ohana 鈴岡利子
受講料: 2,000円 定員数: 14名

6/18 (火) お野菜食べきり! おうちレストラン

MENU ●●
★南イタリアの田舎風メニュー
・セミドライパプリカと新じゃがのイタリア炒め
・新じゃがと玉ねぎのフォカッチャ
・とうもろこしのひげサラダ
・とうもろこしのアイス
旬野菜を味わいましょう。



申込締切 6/10
開催時間: 10:00~13:00
講師: フードコーディネーター 佐々木綾子
受講料: 2,000円 定員数: 16名

6/19 (水) セルフストレッチ～ダイエットランチ付～

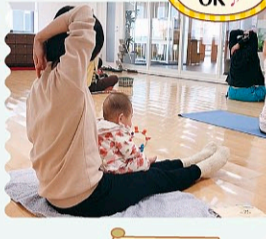
MENU ●●
★セルフストレッチ
・雑穀パン
・ガーリックチキン
・お豆腐チーズのサラダ
・スープ
ダイエットやアンチエイジングのためのストレッチと食事のご提案♪
※お客様による調理はありません。



申込締切 6/10
開催時間: 10:00~12:30
講師: ダイエットマスター ファスティング指導士 網田和子
受講料: 1,500円 定員数: 16名

6/19 (水) セルフストレッチ～ヘルシーおやつ付～

MENU ●●
★セルフストレッチ
・酵素スムージー
・シリアルパー
ダイエットやアンチエイジングのためのストレッチ♪ 身体も心もフレッシュしましょう。
※お客様による調理はありません。
※託児サービスなし
お子様連れOK!



申込締切 6/10
開催時間: 14:00~15:30
講師: ダイエットマスター ファスティング指導士 網田和子
受講料: 1,000円 定員数: 16名

6/20 (木) 家族の救急箱 台所薬膳

MENU ●●
★季節の養生食
・鶏ササミと大根おろしのあんかけうどん
・長芋のサラダ
・アボカドの白和え
・よもぎ蒸しパン
梅雨は消化機能が低下します。胃腸の働きを整え、浮腫み予防の薬膳を紹介します。



申込締切 6/10
開催時間: 10:00~13:00
講師: 薬膳キッチンHANA 高木映子
受講料: 2,000円 定員数: 16名

6/22 (土) NPO法人 入間市文化創造ネットワーク主催 ゆったりランチコンサート

MENU ●●
★手づくりハンバーガー
★チーズスティック揚げ
★マCHEDONIA
音楽と一緒にランチを楽しみましょう!
※簡単な調理をしていただきます。



演奏曲目 ♪ラヴィン・ユー ♪星に願いを(ほか)
申込締切 6/10
開催時間: 10:30~13:00
講師: スマイルキッチンスタッフ
受講料: 1,500円 定員数: 32名

柴田 晶子 (口笛)
北海道大学卒業。数少ないプロ奏者として国内・海外で演奏活動を行う。2019年NHK大河ドラマ「いだてん〜東京オリムピック騒〜」オープニングテーマ曲・劇中歌に口笛が採用されている。

宮本由利子 (手回しオルゴール)
神奈川県横浜市出身。オルゴールの開発に携わり80年ディスクオルゴール「オルフェウス」の編曲を手がける。現在は独立し、手回しオルゴール「オルガニート」の編曲・演奏家として活動している。

6/24 (月) 季節のお菓子

MENU ●●
★ヴァニラとフランボワーズのケーキ
ダックワーズ生地の上にヴァニラビーンズを使ったパバロアとフランボワーズのゼリーを合わせます。



申込締切 6/17 持ち帰りOK!
開催時間: 10:00~13:00
講師: お菓子教室主催 かとうまちこ
受講料: 1,500円 定員数: 10名

6/25 (火) お塩メーカー 天塩特別講座 お土産付

MENU ●●
★梅干し作りと塩の下ごしらえ講座
～塩の下ごしらえで作る夏のうま塩メニュー～
・塩しモンバスタ風
・うま塩ポークソテー
・塩ミルクアイス
塩を使った伝統的保存食「梅干し」を作ります!



申込締切 6/17 持ち帰りOK!
開催時間: 10:00~13:00
講師: (株)天塩・スマイルキッチンスタッフ西澤
受講料: 1,000円 定員数: 16名

6/27 (木) つくりおきレシピ

MENU ●●
★～塩豚のつくりおき～
・塩豚のカルボナーラ
・キャベツのアンチョビサラダ
・ブルスケッタ2種
・ヨーグルトモンパウンドケーキ(持ち帰り)
シンプルで美味しい塩豚のつくりおきご紹介!



申込締切 6/17 持ち帰りOK!
開催時間: 11:00~13:00
講師: スマイルキッチンスタッフ 松井
受講料: 1,000円 定員数: 16名

6/28 (金) 狭山茶料理教室 大好評

MENU ●●
★狭山茶deドライフルーツティー
～初夏に楽しむうどんランチ～
・狭山茶
・ジェノベーゼ風うどん
・鶏ハム 檸檬とお茶風味
・クリームあんみつ
ドライフルーツを入れたお茶をレクチャーしていただきます。初夏に楽しむお茶とお料理を楽しみましょう!



申込締切 6/17
開催時間: 10:00~13:00
講師: 的場園 場龍太郎・スマイルキッチンスタッフ
受講料: 1,200円 定員数: 16名

★お申込み方法: お電話またはWeb、ショールームにて受付!★

申込締切後 落選の場合のみ、締切後3日以内にお電話(またはWeb、郵送)でご連絡いたします。 ※当選の場合はご連絡いたしませんので、ご注意ください。

参加当日 ショールームで受付♪ 受講料をお支払い下さい♪

持ち物 料理教室…スリッパ・三角巾・ハンドタオル・エプロン・筆記用具
ストレッチ教室…スリッパ・ヨガマットまたはバスタオル1枚
フェイスタオル・飲み物・筆記用具
※パン・スイーツ等の持ち帰り容器は用意します。

⚠ 諸注意 受講料には参加費・材料費・消費税が含まれます。

- ▶ 掲載写真はイメージです。材料の仕入れ状況でメニューや食材を予告なく変更する場合がございます。予めご了承ください。
- ▶ お客様のご都合によるキャンセルはキャンセル料が発生します。
◆実施当日: [受講料の全額] ◆3日前～前日: [受講料の半額] (日数には土日含まれます)
お支払い後も、材料・レシピ・お料理はお渡しできません。(※代理者による受講も可能です)
- ▶ 開催時間を10分以上遅刻された場合、受講をお断りさせていただく場合がございます。
- ▶ 対象教室を除き、お子様連れでの参加はご遠慮ください。
- ▶ 作った料理のお持ち帰りは、持ち帰り付きの教室を除き、ご遠慮ください。

各教室の申込み・お問い合わせは
TEL. 04-2964-1571
入間ガス株式会社 料理教室 担当まで! (9:00~17:00)
※応募多数時は抽選になります。予めご了承ください。

～6月の『いるまなびあサロン』～

「明るく、楽しく、激しい落語」
をモットーに毎月勉強会等でお喋りしておりますので是非とも遊びに来てくださいませ。
お待ちしております!

◎講師 落語家 柳家小太郎

★会場: 入間ガス株式会社
★日時: 2019年6月10日(月) 10:00~12:00
★参加費: 1,200円 ※お茶菓子付き
★定員数: 先着60名様
※駐車場台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用下さい。

◆ご予約・お問い合わせ(9:00~17:00)
☎ 04-2964-1571

IRUMA GAS smilekitchen

お料理は楽しいよ! ぜひ参加してね!

至所沢 入間市駅 産業文化センター 463
至飯能 入間市 市役所 市民会館 洋服の青山 16
至飯能 旧ショールーム 463
至飯能 旧ショールーム 463

隣接に駐車場がございます。

入間ガス株式会社 入間ガスサービス株式会社
セブンイレブン ヨークマート イオン 安川電機

〒358-0023 入間市扇台1-5-25 [ショールーム休館日] 5月3日(金)~5月6日(月)