

8/5 (月) プロに教わる おうち中華

MENU ●

★おうち中華を学ぼう!

- ・よだれ鶏の冷麺
- ・咸水角
- ・マンゴーの白玉だんご



申込締切 7/29

8/6 (火) 狭山茶料理教室 大好評!

MENU ●

★～狭山茶×夏野菜ランチ～

- ・お茶入れ講座
- ・ふわとろオムライス トマトソースかけ (お茶ガーリックライス)
- ・夏野菜のピクルス
- ・狭山茶紅茶ジュレのフルーツポンチ

基本のお茶の淹れ方を学びませんか? 毎日のお茶淹れやおもてなしに、美味しいお茶を楽しみましょう!



申込締切 7/29

8/7 (水) 親子狭山茶料理教室 夏休み企画

MENU ●

★～狭山茶×夏野菜ランチ～

- ・お茶入れ講座
- ・ふわとろオムライス トマトソースかけ (お茶ガーリックライス)
- ・夏野菜のピクルス
- ・狭山茶紅茶ジュレのフルーツポンチ

急須を使ってお茶を淹れよう! 狭山茶のお話やお茶屋さんのお話は自由研究のテーマにもぴったりです。



申込締切 7/29

8/8 (木) ランチ付ハーブのワークショップ

MENU ●

★吊りさげハーブリース作り

- ・夏野菜と食べるハーブ粥のランチ付き

ハーブの香りでリラックス効果 & 虫除けにもなるリース!

※妊娠中の方は参加いただけません。



申込締切 7/29

開催時間: 10:00~13:00
 講師: 芳野三恵子 牛木法隆
 受講料: 2,000円 定員数: 16名

開催時間: 10:00~13:00
 講師: 的場園 的場龍太郎・スマイルキッチンスタッフ
 受講料: 1,200円 定員数: 20名

開催時間: 10:00~13:00
 講師: 的場園 的場龍太郎・スマイルキッチンスタッフ
 受講料: 親子1,200円※小学生対象 (お子様1名追加+300円) 定員数: 8組16名

開催時間: 10:30~13:00
 講師: ハーブ講師 白山美奈子
 受講料: 1,500円 定員数: 16名

8/8 (木) ガス火deごはん 28日お子様連れOK!

MENU ●

★～フライパン編～

- ・トマトのチキンパエリア
- ・プチサラダ付 (2人分お持ち帰り)

リクエスト企画♪
 フライパンで楽しむご飯をご紹介します!

※試食なし
 ※託児サービスなし



申込 8/8 ~ 7/29 8/28 ~ 8/19 持ち帰りOK!

8/9 (金) 親子de再利用クッキング

MENU ●

★再利用クッキング

- ・牛乳パックでおからの生シフォン作り(お持ち帰り)
- ・パフェ風デコ
- ・フローズンフルーツティー

牛乳パックの再利用で型をらず! 楽しく手軽な再利用クッキング♪

※500ml牛乳1パック(空)お持ちください。



申込締切 7/29 持ち帰りOK!

8/19 (月) キッズパンレッスン

MENU ●

★ぱらぱら枝豆チーズ

ふわふわの焼き立てパンを作ろう!



申込締切 8/12 持ち帰りOK!

8/21 (水) コーヒーに合う焼き菓子教室 NEW

MENU ●

★焼き菓子教室

- ・ブルーベリーマフィン(持ち帰り)
- ・天板バナナケーキ(持ち帰り)
- ・トライフル(試食)
- ・淹れ立てコーヒー付き



申込締切 8/12 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

開催時間: 14:00~16:00
 講師: フードコーディネーター 佐々木綾子
 受講料: 親子1,200円※小学生対象 定員数: 8組16名

開催時間: 10:00~13:30
 講師: パン教室Ohana 鈴岡利子
 受講料: 小学生・1,500円 定員数: 14名

開催時間: 10:00~13:00
 講師: 豆と野菜 佐藤弥生
 受講料: 1,500円 定員数: 16名

8/22 (木) 気功と薬膳ごはん NEW

MENU ●

★身体の中から健康に!

- ・薬膳ビビンバ
- ・ゴーヤのサラダ
- ・ヨーグルト杏仁ゼリー

夏バテしないためにも身体を中から整えましょう!



申込締切 8/12

8/26 (月) 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

- ・お豆腐フライ
- ・酵素サラダ
- ・しめじとトマトの味噌汁
- ・雑穀米

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 8/19

8/26 (月) セルフストレッチ ~ヘルシーおやつ付~ お子様連れOK!


MENU ●

★セルフストレッチ

- ・豆乳カスタードのトライフル風
- ・酵素スムージー

ダイエットやアンチエイジングのためのストレッチ♪ 身体も心もリ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



申込締切 8/19

8/28 (水) 野菜が主役のカフェごはん

MENU ●

★ベジタブルレシピ

- ・スウェーデンのバイクドポテト ~バジルクリームチーズ添え~
- ・ナスとズッキーニのマリネ
- ・スペインのサラダピカデージョ風
- ・ガスパチョ(トマトの冷製スープ)
- ・ひよこ豆のペースト フムス



申込締切 8/19

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

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 絹田和子
 受講料: 1,500円 定員数: 16名

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 絹田和子
 受講料: 1,000円 定員数: 16名

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

8/29 (木) つくりおきレシピ

MENU ●

★～茄子とピーマンの肉みそ炒めのつくりおき～

- ・肉みそ月見うどん
- ・雑穀入りポテトサラダ
- ・レモンジュレのパンナコッタ
- ・シナモンロール(持ち帰り)



申込締切 8/19 持ち帰りOK!

8/31 (土) おつまみレシピ

MENU ●

★おつまみレシピ

- ・おつまみナッツの一口ケーキ
- ・ポークジャーキー
- ・枝豆ガーリック
- ・夏野菜のフリット(串揚げ風)
- ・ノンアルコール

おつまみBOXを作ろう!
 夜はBOXを持って、アミーゴのjazzコンサートへ♪



申込締切 8/19 持ち帰りOK!

8/31 (土) NPO法人 入間市文化創造ネットワーク主催 Smile Jazz Live! ~Summer Last Night~

夏の最後の夜に♪ 特別な時間を過ごしませんか? 本格ジャズコンサートでジャズの音色を楽しみましょう。

▶時間: 開場 16:30 開演 17:00
 ▶会場: 入間ガス3階
 ▶金額: 2,000円 (1ドリンク・1フード付)
 ▶定員: 先着50名 (未就学児不可)

●申込はアトリエアミーゴ & 入間ガスにて! 申込締切 8/19

- ・6/5(木)9:00~窓口にて受付
- ・6/6(金)~電話受付可

※お申込後、1週間以内に参加費をお支払いください。
 ※お支払い後の返金は致しかねますのでご了承下さい。
 ※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。



小林 陽一 原川 誠二 鈴木 堅登 三木 成能

★小林陽一(Ds)
 "53年秋田市生まれ。"76年尚美音楽院卒。"日本ジャズ維新"のリーダーの一人として貢献する。

★原川誠二(As)
 熊本市出身。2011年から小林陽一 & JJMのメンバーに抜擢。NY時込みのずば抜けた才能に注目されている。

★マイク、ザチャーナック(Tp)
 カナダ生まれ。ブラッド・ターナーに師事。エディ・ダニエルズをはじめとする有名音楽家と共演。

★三木成能(P)
 埼玉県上福岡市出身。現在は、自己のトリオやクインテットを中心に、様々なバンドで主に都内近郊で活動中。

★鈴木堅登(Bass)
 1992年生まれ。アコースティックベース、エレクトリックベースプレイヤー。現在都内を中心に活動をしている。

開催時間: 11:00~13:00
 講師: スマイルキッチンスタッフ 福井
 受講料: 1,000円 定員数: 16名

開催時間: 14:00~16:00
 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

申込はアトリエアミーゴ & 入間ガスにて! 申込締切 8/19

★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。

~8月の『いるまなびあサロン』~

「自分だけの発電機を作ろう! 一日でできる♪自由研究講座」

暮らしのエネルギー「電気」について、楽しくわかりやすく教えてください! 学んだ事をまとめれば、自由研究の宿題が完成♪

Ninolab x 入間市 楽しく学ぼう!

◎講師 赤羽理科実験教室 (にのラボ)

★会場: 入間ガス株式会社
 ★日時: 8月1日(木) 10時~12時
 ★参加費: 1,200円 ※お菓子プレゼント♪
 ★定員数: 先着20名様 ※小学3年生~6年生

※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

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。

★Web申込みはこちらから★

入間ガス スマイルキッチン 検索

または右記の QRコード から!



IRUMA GAS smilekitchen

お料理は楽しいよ! ぜひ参加してね!

隣りに駐車場がございます。



至所沢 入間市駅 産業文化センター 463
 まるひろ 市役所 ミニストップ
 至飯能 サイオス 市民会館 洋服の青山 旧ショールーム
 日本社 16
 セブンイレブン ヨークマート イオン 安川電機 463

▶〒358-0023 入間市扇台1-5-25