

12/16 (月) 腸から健康に♪埼玉西ヤクルト特別教室

MENU

- ★おなかもお肌もキレイに!
- ・アボカドの玄米ドリア
- ・鶏手羽と豆のスープ
- ・豆乳ドレッシングのサラダ
- ・ヤクルト

乳酸菌と腸のお話♪
腸の良い菌が増えるご飯で冬のウイルス対策と美肌促進も。

申込締切 12/9 持ち帰り OK!

開催時間: 10:00~13:00
講師: おなかマスター橋本周治・スマイルキッチンスタッフ
受講料: 1,000円 定員数: 16名

12/17 (火) ゆったりランチコンサート at AMIGO! 2019 vol.5 HAPPY CHRISTMAS

MENU

- ・クロックムッシュ
- ・キャンドルフルーツサンド
- ・冬野菜のグリル いちごソース添え

木管楽器(クラリネット)と金管楽器(トランペット)の珍しい組み合わせに加えて、楽しいパーカッションとオシャレなピアノで、ウキウキしたクリスマスの雰囲気をお楽しみ下さい。

開催時間: 10:00~13:00
会場: アトリエ・アミーゴ
受講料: 1,500円 定員数: 30名

出演: 藤田 琴美(クラリネット) 市谷 直美(ピアノ)
嶋崎 加奈(パーカッション) 増田 佳乃(トランペット)

♪出演: こなかか
2018年8月に結成。メンバーの名前の頭文字をとり、unit名を「こなかか」とする。2019年4月にアミーゴにてファーストコンサートを行う他、狭山市市民会館主催事業に出演、好評を博す。

演奏予定曲: 「くるみ割り人形」より
★ホワイトクリスマス ★クリスマスフェスティバル

NPO法人 入間市文化創造ネットワーク主催
～ 入間ガス株式会社 スマイルキッチン協力 ～

入間市文化創造
★アトリエ・アミーゴ

ヤオコー TSUTAYA 図書館西武分館 郵便局 飯能信用金庫 ファミリーマート(仏子駅・北口) 仏子駅

〒358-0053 埼玉県入間市仏子766-1 TEL.04-2931-3500

12/18 (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
- ・ホットサラダ 人参のおろしソース添え
- ・牛蒡の味噌汁
- ・雑穀とナッツのご飯

ダイエットやアンチエイジングの為にストレッチと食事の提案♪

申込締切 12/9

開催時間: 10:00~12:30
講師: ダイエットマスター 絹田和子
受講料: 1,500円 定員数: 16名

12/18 (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
- ・焼きどーなつ
- ・酵素スムージー

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 12/9

開催時間: 14:00~16:00
講師: ダイエットマスター 絹田和子
受講料: 1,000円 定員数: 16名

12/19 (木) 薬膳おせち

MENU

- ★身体の中から健康に!
- ・陳皮入り煮豚
- ・木の实松風焼き
- ・百合根の梅肉和え
- ・干し柿入りなます
- ・オレンジ風味のきんとん
- ・八宝粥 豆花

年の初めは健康に♪

申込締切 12/9

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

12/20 (金) 狭山茶料理教室 大好評!

MENU

- ★来客用のお茶淹れ&茶器の手入れ方法
- ・おせち寿司
- ・紅茶煮豚
- ・焼き里芋
- ・狭山茶きんとん

年末年始に役立つ! お手入れ方法とお茶の淹れ方を学びましょう。

申込締切 12/9

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

12/23 (月) クリスマスローストチキン

MENU

- ★ローストチキン(付合わせ付き)

クリスマスパーティーはこれで決まり♪美味しいローストチキンを作りましょう!

申込締切 12/16 持ち帰り OK!

開催時間: 10:00~12:00
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: 8名

12/23 (月) クリスマスケーキ

MENU

- ★クリスマスリースタルト

リース型のタルトにかわいくデコレーション♪クリスマスパーティーをしましょう。

申込締切 12/16 持ち帰り OK!

開催時間: 14:00~16:30
講師: スマイルキッチンスタッフ 西澤
受講料: 1,500円 定員数: 8名

12/26 (木) こども料理教室

MENU

- ★雪だるまシリーズ
- ・雪だるまシチュー
- ・雪だるまマッシュポテト
- ・雪だるまトリュフ

今年は何をかな〜? 可愛く雪だるまを作ろう!

申込締切 12/16

開催時間: 10:00~12:00
講師: スマイルキッチンスタッフ 福井
受講料: 小学生・500円 定員数: 16名

12/26 (木) こどもお菓子教室

MENU

- ★いちごのドームケーキ

市販のスポンジを使って、ドーム型のデコレーションケーキを作ろう!

申込締切 12/16 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 松井
受講料: 小学生・500円 定員数: 16名

ガス展のお知らせ

2019年11月 9(土)・10(日) 雨天決行

開催時間: 9:30~16:00 (最終受付: 15:30)
開催場所: 入間ガス株式会社 (入間市扇台1-5-25)

入場無料 どんたでもご来場いただけます!

スマイルキッチン講師 出店情報

- ・かんたん調理体験 (無料) 新宿中村屋ピーフカリーで作る♪グリルdeチーズカリーパイ風
- ・美緒先生のアイシングクッキー作り (有料)
- ・屋外 (10日(日)のみ) パン教室 鈴岡先生のパン販売
- ・シーズニングキッチン教室 椎葉先生のキッチンカー・グルメ
- ・セルフストレッチ教室 絹田先生のクラフトボード作り (有料)

当落案内変更のお知らせ

2020年1月よりスマイルキッチンの運営方法を一部変更致します。誠に勝手では御座いますが、ご理解とご協力の程、宜しくお願い致します。

変更前: 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。

変更後: ★締切後、2日以内に入間ガスHP(インフォメーション)、料理教室申込ページ(お知らせ)にて当選者を発表。ショールーム入り口掲示板にて当選者を発表。
★お申込み時にご登録いただいた電話番号 下4桁にて掲載。
★落選者の発表、連絡は致しません。

▶ 当選発表のお問い合わせは企画チーム料理教室担当まで (平日:9:00~17:00 TEL:04-2964-1571)

2020年1月から変更

★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、お子様連れでのご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。

★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!

★隣接に駐車場がございます。

至所沢 入間市駅 ベベ 産業文化センター 463
まるひろ 市役所 ミニストップ
入間ガス株式会社 入間ガスサービス株式会社
至飯能 サイオス 市民会館 洋服の青山 旧ショールーム
旧本社 16 16 463
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