

2025
9月

入間ガスの料理教室

Smile Kitchen

年会費
入会金 0円!

※写真はイメージです。

提供：+R RECIPE
コンロでおいしいランチ

講師：スマイルキッチンスタッフ西澤

9/3 (水) 11:00 ~ 13:00
申込締切：8/25(月)

お食事講座 受講料 1,100円 定員数 8名
目安量 1人分

最新コンロ「デリシア」の便利機能と専用容器を使って作ります。ルウを使わず、トマト缶と家にある調味料で作る簡単ハヤシライス。デザートには、専門店さながらのリッチなおいしさを堪能できるプリンです。

MENU

- ・トマトハヤシライス
- ・なめらかプリン



お菓子教室

講師：スマイルキッチンスタッフ西澤

9/10 (水) 14:00 ~ 16:00
申込締切：9/1(月)

お持ち帰り講座 受講料 1,100円 定員数 8名
目安量 18cm パウンド型 1台

甘さとほんのり塩気のある「チーズケーキ」。
パルメザンチーズを加えることでコクのある味わいに。
コーヒーはもちろん、ワインやお酒とも相性抜群の大人スイーツです。

MENU

- ・ドライフルーツ入り塩チーズケーキ



今晚のおかず教室

講師：スマイルキッチンスタッフ西澤

9/19 (金) 14:00 ~ 16:00
申込締切：9/8(月)

お持ち帰り講座 受講料 1,100円 定員数 8名
目安量 8個

お彼岸に手作りのおはぎはいかがですか。市販のあんこ、きなこ、黒ごまを使って作ります。

MENU

- ・3色おはぎ

【お持ち帰り容器の目安】
手のひらサイズ（小さな楕円形）8個
※もち米1合分をお持ち帰りいただきます。



薬膳のお料理教室 台湾料理

講師：薬膳キッチンHANA 高木映子

9/25 (木) 10:00 ~ 13:00
申込締切：9/15(月)

お食事講座 受講料 2,200円 定員数 16名
目安量 1人分

話題の台湾薬膳を学びましょう。台湾の定番めし「魯肉飯」や人気スイーツ「豆花」をご紹介します。
きのこの蒸しスープは疲労回復に効果があるので、季節の変わり目におすすめです。

MENU

- ・魯肉飯（ルーローハン）
- ・豆花（トウファ）
- ・きのこの蒸しスープ
- ・薬膳茶



ストレッチ教室

講師：plumemolle 絹田和子

9/26 (金) 10:00 ~ 12:30
申込締切：9/15(月)

受講料 1,500円 定員数 12名

【持ち物】・運動できる服装・飲み物・フェイスタオル
・ヨガマット（※ヨガマットない方はバスタオル）

ストレッチとプチランチが付くスマイルキッチンオリジナル教室♪
骨盤や身体を整え、体力アップやシェイプアップの軽い運動やストレッチをします。
運動するきっかけがない方や運動が苦手な方もお気軽にご参加ください。

MENU

- ・ストレッチ&リズム体操
- ・スマイルキッチンのプチランチ付き



手ごねパンレッスン

講師：Ohanaぱん 鈴岡利子

9/29 (月) 10:00 ~ 13:00
申込締切：9/22(月)

お持ち帰り講座 受講料 2,500円 定員数 8名
目安量 18cm 正方形 1個

小さなパンがポコポコと繋がったかわいいた目のパン♪
今回はアレンジが楽しめるようにシンブルに焼き、サンドイッチの作り方を伝えます。
パン作りはじめての方や男性もお気軽にご参加いただけます。

MENU

- ・ちぎりパン（ご試食 サンドイッチ付き）



入間ガスの料理教室
レンタルができます！

要予約

平日
10時~15時

20名まで
OK!

入間ガススマイルキッチンで使用している料理・多目的教室を皆さまにレンタルいたします。食事、健康などの交流にお役立てください。

お申込みはスマイルキッチン公式 LINE から！

スマイルキッチン公式 LINE のトーク画面に
「レンタル」と送ってね！



●お申込み方法



スマイルキッチン公式 LINE

「ご予約はこちらから」をタップ！

Web 申込フォームからご希望の講座を選択し、必要事項を入力してください。

お友達登録は
こちらから！



●抽選結果について

抽選結果

応募多数の場合は抽選をさせていただきます。
お申込み締切後、2日以内に「当選」または「落選」の結果が
メールで届きます。必ずご確認のうえ受講してください。

キャンセル について

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いたします。
該当者にはご連絡いたします。（※代理者による受講も可能です。）

◆実施当日「受講料全額」

◆実施前日～3日前「受講料の半額」（日数には土日も含めます）

お支払い後、材料・レシピ・料理のお渡しはできません。

●持ち物

◆受講前は必ずホームページにて利用規約をお読みください。

- ・マスク
- ・スリッパ
- ・三角巾
- ・エプロン
- ・ハンドタオル
- ・飲み物
- ・筆記用具
- ・クリップ
（名札を留める用）
- ・受講料
（お釣りのないよう現金をご用意ください。）
- ・持帰り用の袋、容器
（お持ち帰り講座）

※持ち物は貸し出しを行っておりません。お忘れなく必ずご持参ください。

●講座について

お食事
講座

お持ち帰りはできません。

お持ち
帰り講座

お持ち帰り袋・容器を
ご持参ください。

講座によりレッスン形式が異なります。グルー
プまたはおひとり様の調理がございますので、
あらかじめご了承ください。



「ガスと暮らしの安心」運動

2025年
9月1日～11月30日

ガスを安全に安心してお使いいただくため、
ガス事業者がお客さまへガスの正しい使い方を
わかりやすくお伝えする運動です。
あらためてガスの安全をチェックしてみませんか。



①ガス機器を使う時は換気を！

②安心のため警報器の設置を！

③古くなったらガス機器交換！

④ガス栓はいつも正しく接続！



— ここで暮らしたい を いつまでも —
入間ガス株式会社

埼玉県入間市扇台 1 丁目 5 番 25 号

お問い合わせ

TEL **04-2964-1571**

（受付時間 9:00 ～ 17:00）<https://www.irumagas.co.jp>

▼入間ガス HP

