

2017
11月号

ホツとぷらざ

参加者募集!

クッキング（講師講座）シェフや先生から料理を学ぼう!

11月 ～暮らしに趣を～ 自家製甘酒を作ろう



美容と健康に良いと言われる甘酒。ふだんの暮らしに自家製甘酒を取り入れてみませんか？甘酒を使った健康料理もご紹介します。

11/30 (木)
10:30 ~ 13:00

申込締切日 11/10 (金)

玄米おむすびと料理教室「きんしゃり食堂」
管理栄養士 榎原 亜希子 先生
定員 12名程度
受講料 1,000円

12月 シュトーレンを作ろう



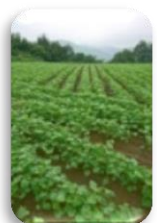
クリスマスのお菓子と言えばシュトーレン。。手作りを少しずつ食べながらクリスマスを楽しみに待つと言われてます。木の葉やフルーツがたっぷりのリッチな味わいです。

12/5 (火)
10:30 ~ 13:00

申込締切日 11/17 (金)

あがパン教室
講師 松久 景子 先生
定員 12名程度
受講料 1,000円

12月 楽しい手打ちそば教室



美味しい手打ちそば体験はいかがですか？先生が育てた100%国産の蕎麦で作ります。楽しく作って美味しく食べて1年を締めくくりましょう!

12/14 (木)
10:30 ~ 13:00

申込締切日 11/28 (火)

出前そば打ち 三ちゃん蕎麦
三谷 和幸 先生
定員 12名程度
受講料 1,000円

2月 バレンタインに手作り♪ ラズベリーチョコケーキ



チョコレートケーキにラズベリーと生チョコをトッピング。焼き立てのとろりとした生チョコと相性抜群の酸味のきいたラズベリーがあとを引く美味しさです。

2/4 (日)
10:30 ~ 13:00

申込締切日 1/13 (土)

Le Temps Doux IKUNO
山下 生乃 先生
定員 12名程度
受講料 1,000円

12月 牛ヒレステーキ ～美味しい焼き方とソースの作り方～



お肉でござそうを作りたい・・・でもどうしていいかわからないアナタへ♪おいしいステーキの焼き方とソースの作り方シェフの直伝です。

12/2 (土)
10:30 ~ 13:00

申込締切日 11/15 (水)

高松東急REIホテル チーフ
森重 真人 先生
定員 12名程度
受講料 1,000円

12月 ブッシュドノエル



クリスマスケーキは手作りで・・・別立てで作るしっとりロール生地にしクリームを巻きます。上掛けは失敗しないチョコクリームを塗ります♪

12/9 (土)
10:30 ~ 13:00

申込締切日 11/22 (水)

コメルシーの台所
製菓衛生師 植松 緑 先生
定員 12名程度
受講料 1,000円

1月 素材を生かす日本料理



和食の基本からおもてなしまで・・・ご家庭でできる料亭の味に挑戦しませんか？

1/25 (木)
10:30 ~ 13:30

申込締切日 12/28 (木)

料亭 二蝶
山本 亘 先生
定員 12名程度
受講料 1,000円

本誌掲載内容を
スマホでチェック!

毎号、月末頃に更新。



～クッキングについて～

※30分程度のエネルギーに関する講話があります。
※諸事情により、内容を変更または中止する場合があります。
※掲載している料理画像や作品画像やイラスト等はイメージであり実際と異なる場合があります。
予めご了承ください。
※その他の講座および、お申し込み方法・お問い合わせ先は裏面をご覧ください。

★ トピックス ★



12月開催のクッキング参加時に
おトワ・フランやよんでんコンシェルジュに
登録いただくと
「スキレット」をプレゼント

クッキング（スタッフ講座）スタッフと一緒に 無料 楽しいクッキング

11月 簡単韓国料理☆プルコギ



11/15 (水)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/5 (日)

定員 6名程度

11月 秋の濃厚クリームパスタ



11/16 (木)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/7 (火)

定員 6名程度

11月 明太クリーミーコロッケ



11/17 (金)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/7 (火)

定員 6名程度

11月 手作りホワイトソースで♪ あつあつグラタン



11/25 (土)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/15 (水)

定員 6名程度

11月 ヘルシー♪豆腐ハンバーグ



11/29 (水)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/19 (日)

定員 6名程度

12月 ぽかぽか冬のウラムチャウダー



12/1 (金)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/21 (火)

定員 6名程度

12月 パーティメニュー☆ミートパイ



12/7 (木)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/28 (火)

定員 6名程度

12月 冬のチョコケーキ



12/12 (火)
13:00 ~ 15:00

申込締切日 12/2 (土)

定員 6名程度

12月 クリスマスはおうちで♪ 簡単アヒージョ



12/15 (金)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 12/5 (火)

定員 6名程度

12月 お手軽! おいしいローストビーフ



12/23 (土・祝)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 12/12 (火)

定員 6名程度

イベント

楽しめるイベントがいっぱい！！

無料

10月 ゴースト射的



10/29 (日)
13:00~15:00

対象 小学生以下
定員 先着30名
参加 1人1回

11月 こどもワークショップデー

4(土) 「木の葉のフォトフレーム」
「おしやれにタイルデコ」
どちらか1つに参加できます。
5(日) 「ランブシェードをつくらう」

11/4 (土) 5(日)
13:00~15:00

対象 小学生以下
定員 各日先着20名
参加 1人1回

11月 アロマ日和

「ハンドトリートメント体験」(5分)
「アロマネイルオイルづくり」

※いずれか1つに参加できます



Eucalyblue aroma.t『アロ活』教室
主宰 堀米 由香子 先生

来場アンケートにご協力
いただいた方の中から抽選で
『ユーカリブルー特製
ハーブアロマソルト』
をプレゼント！

11/3 (金・祝)
13:00~15:00

定員 ハンドトリートメント
先着30名
アロマネイルオイル
先着20名
参加 整理券は1人1枚

11月 なるほど！IH体験と電化提案会

11/11 (土) 12(日)
12:00~15:00

電化相談コーナー

- ★光熱費試算で実感。なるほどお得！
- ★エコキュートは各メーカーのリモコンを用意。
触って、実感。なるほど便利！



IH体験コーナー

11 (土) フライパンを200℃キープ。なるほど便利！

1. だるま落として遊んで、お好み焼きの具材を決める！
2. お好み焼きを焼いてみる。 便利さを実感！
3. 試食する。
4. IHが欲しくなる！ (1家族1回) 定員・先着20組

12(日) グリルは余熱不要で省エネ上手。

1. 輪ゴム鉄砲を作って狙う！ トッピング増量。
2. ガトーショコラを焼いてみる。
3. 試食する。
4. IHが欲しくなる！ (1家族1回) 定員・先着20組



11月 省エネタウンの秘密

ミニチュアタウンの中にクイズが隠れているよ

11/18 (土) 19(日)
11:00~17:00

定員 先着30名
参加 期間中1人1回

11月 秋のお宝プール抽選会

アンケートに答えてお宝を見つけよう！

11/26 (日)
12:00~15:00

定員 先着30名
参加 1人1回

～ イベントについて ～

- ※来場アンケートにご記入いただいてのご参加となります。
- ※小学生以下のお子さまは保護者の方とご参加ください。
- ※定員に達した時点でイベントの受付を終了いたします。
- ※整理券配布開始時刻前からお並びいただいている方にて定員に達している場合もございます。
- ※諸事情により、内容を変更または中止する場合がございます。
- また、掲載している作品画像やイラスト等はイメージであり実際と異なる場合があります。

ヨンデンプラザ サポート

フリーダイヤル：0120-459-010
E-mail : plaza-sunport@yonden-yes.co.jp
〒760-0019
高松市サンポート2番1号
高松シンボルタワータワー棟1階

休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始(12月29日～1月3日)
開館時間 午前10時～午後6時
駐車場 有(有料)

本誌掲載内容を
スマホでチェック！
毎号、月末頃に更新。



カルチャー(講師講座)

気軽にちゃんと学べる！

11月 ジンジャークッキーツリー



クリスマスツリーに
ジンジャークッキーを飾る
新しいツリーアレンジを
してみませんか？

ツリーの高さは50cm程度
クリスマスまで1ヵ月程楽しめます。

※ツリーに飾るクッキーは
食品ではありません。

11/24 (金)
10:30 ~ 13:00

申込締切日 11/10 (金)
定員 8名程度
受講料 2,000円

(公社)日本フラワーデザイナー協会
本部講師 森 里美 先生

12月 アロマハーバリウム



今人気のハーバリウム講座です。

ハーバリウムの瓶に
アロマストーンを飾って
癒し効果は抜群です！

12/8 (金)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 11/24 (金)
定員 10名程度
受講料 1,000円

Eucalyblue aroma.t『アロ活』教室
講師 堀米 由香子 先生

12月 レッツDISCO WORLD



なつかしの
ディスコミュージックに合わせて
体を動かしてみよう！

はじめての方でも
気軽にご参加できます。

12/14 (木)
13:30 ~ 14:45

申込締切日 11/30 (木)
定員 8名程度
受講料 500円

AkicatsClub
主宰 藤川 亜紀 先生

12月 お正月熊手を作ろう



来年さらなる幸運が
あなたへ訪れますように・・・

幸せを願って熊手を飾りましょう！

熊手のサイズは
大きさ30cm程度です。

12/22 (金)
10:30 ~ 12:30

申込締切日 12/8 (金)
定員 8名程度
受講料 2,000円

(公社)日本フラワーデザイナー協会
本部講師 森 里美 先生

～ カルチャー教室について ～

- ※30分程度のエネルギーに関する講話があります。
- ※諸事情により、内容を変更または中止する場合があります。
- ※掲載している料理画像や作品画像やイラスト等はイメージであり実際と異なる場合があります。
- 予めご了承ください。

●クッキング・カルチャー教室のお申し込み方法

ハガキ、Eメールまたは店頭※でお申し込みいただけます。

※休館日にご注意ください。

ハガキまたはEメールでお申し込みの場合

- ①希望教室名 ②氏名(フリガナ) ③年齢 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦よんでんコンシェルジュ登録の有無 ⑧キッチンの熱源は(電気orガス)
- ⑨応募のきっかけは(店頭のチラシor友人の紹介orミニコミ誌)を記入し、ヨンデンプラザ・サンポート宛てに、下記の住所までご郵送またはEメールにてお申し込みください。
- なおEメールにてお申し込みの場合は標題に希望教室名の記載をお願いします。
- 2名以上でお申し込みの場合、代表者の方及びお連れの方の個人情報各項目のすべての記載のある場合のみ受付とさせていただきます。

受講について

一部の教室を除きお申し込み多数の場合は抽選となります。抽選の結果は締め切り後一週間以内に当選の方のみハガキにてご通知させていただきます。

【注意事項】

- 代理の方のご出席、お子様連れでの受講はご遠慮ください。(※親子教室は除きます)
- 当プラザで受講経験の無い方、もしくは受講経験の無い方と一緒に申し込みの方を優先させていただきますのでご了承ください。
- ホームページでの募集は行っておりません。

個人情報について

本申込により取得する個人情報(氏名・電話番号・住所等)は四国電力及び四電エナジーサービスが行う各種ご提案のほか、四電グループの各種商品・サービスに関する情報提供のために利用させていただく場合があります。