



ヨンデンプラザ高知

# Cooking & Culture

2019 1月・2月・3月

メーカー料理コース IHのプロによる、かんたん料理コースです。

開催日時	講座名	講師	受講対象者	定員	受講料	申込み締切日
1月24日(木) 10:30~13:30	グリルで! 煮込みハンバーグ	バクソニックリビング 中四国(株) 藤澤 光一先生	大人	8人	無料	1月10日(木)
2月27日(水) 10:30~13:30	煮込み・ゆでもの・お手のもの♡	三菱電機住環境 システムズ(株) 黒石 典子先生	大人	8人	無料	2月13日(水)
3月26日(火) 10:30~13:30	簡単美味しい♪ラク旨ランチ	日立アプライアンス(株) 三浦 美穂子先生	大人	8人	無料	3月12日(火)

キッズ料理コース ほく、わたしが主役の親子コースです。(小・中学生と保護者が対象)

開催日時	講座名	講師	受講対象者	定員	受講料	申込み締切日
2月16日(土) 13:00~16:00	パティシエから学ぶ本格スイーツ	ザクラウンパレス 新飯倉高知 パティシエ 清水 光先生	親子	4組	¥1,000/組	2月 2日(土)
3月16日(土) 13:00~16:00	選んで作る可愛いお花の文房具	押し花インストラクター 村山 千春先生	親子	6組	¥1,500/組	3月 2日(土)

本格料理コース 和食・洋食・中華料理など、プロの講師によるワンランク上の本格料理コースです。

開催日時	講座名	講師	受講対象者	定員	受講料	申込み締切日
1月12日(土) 10:30~13:30	ご飯おかわり! 満腹おかずの中華ランチ	アジアデチャイナ 佐々木 智浩先生	大人	9人	¥1,000/人	12月28日(金)
1月16日(水) 10:30~13:30	小春食堂の冬の創作ランチ	ヒストロ小春食堂 山田 準一先生	大人	9人	¥1,000/人	12月28日(金)
1月18日(金) 10:30~13:30	もっちりベーグルと豚肉塩釜♪	こもれびのぼんや 江藤 里恵先生	大人	9人	¥1,000/人	1月 4日(金)
2月 6日(水) 10:30~13:30	本格! オトナのバレンタインランチ♡	RKC調理製菓専門学校 講師 島村 昌利先生	大人	9人	¥1,000/人	1月23日(水)
2月17日(日) 10:30~13:30	旬野菜とお魚の和食	日本料理調理師 岡村 一光先生	大人	9人	¥1,000/人	2月 3日(日)
3月 5日(火) 10:30~13:30	CHINA長江の中華ランチ	CHINA長江 吉川 衛先生	大人	9人	¥1,000/人	2月19日(火)
3月13日(水) 13:00~16:00	ロマンのホワイトデー♡	ロマンド 山本 隆三先生	大人	9人	¥1,000/人	2月27日(水)
3月14日(木) 10:30~13:30	利他食堂の♡ホワイトデーランチ	利他食堂 中越 幸男先生	大人	9人	¥1,000/人	2月28日(木)
3月27日(水) 10:30~13:30	春芽吹く♪ 司の土佐料理	土佐料理「司」 高知本店 料理長 伊藤 範昭先生	大人	9人	¥1,000/人	3月13日(水)

カルチャーコース ヨガ・ガラス工芸・フラワーアレンジメントなど、ゆとりのある時間を楽しめるコースです。

開催日時	講座名	講師	受講対象者	定員	受講料	申込み締切日
1月 5日(土) 14:00~16:00	スタイルアップ! ポール&KOBAトレ	(株)SOLA 柔道整復師・トレーニングインストラクター 吉本大輔先生	大人	12人	¥1,000/人	12月22日(土)
2月14日(木) 13:00~16:00	バレンタインに♡ おしゃれ女子の手作りキャンドル	mowcandle 村山 匡史先生	大人	9人	¥1,000/人	1月31日(木)
3月10日(日) 10:30~13:30	春のお茶会~ミニ懐石とともに~	裏千家茶道 教授 西内 宗由先生	大人	9人	¥1,000/人	2月24日(日)

## お申込み時の注意事項

- 応募者多数の場合は、抽選となります。
- 当選者には、申込み締切日以降1週間以内に通知いたします。(落選の場合は、通知はいたしません)
- お友達とご一緒にお申し込みの場合は、2名さままで。
- キッズ料理コースは、小・中学生・保護者を含め4名さままで。
- 当社都合によりやむを得ず中止する場合がございます。
- このお申し込みにより取得する個人情報(四国電力(株)、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。

## 講座のお申込み・お問合せ

電話かメールで下記必要事項を添えてお申込みください。

- 希望の講座名・開催日
- 参加人数
- 名前・ヨミガナ(お子さま参加の場合は学年を記載)
- 郵便番号・住所
- 電話番号(日中連絡がとれる番号)

tel ☎ 0120-410-710 受付時間 10:00~18:00

e-mail plaza-kochi@yonden-yes.co.jp

## IH クッキングショー

短時間に味がしみ込むコツ

シャキッと仕上がる炒め物のコツ  
省エネ調理のコツなど...

プラザスタッフが楽しいトークを  
交えながら料理を作り、  
お客さまに試食していただく  
ショースタイルです。



開催日 2019	1月30日[水]	申込締切日 1月16日(水)	開催時間 11:00~13:00
	2月11日[月・祝]	申込締切日 1月27日(日)	各回定員8名
	3月22日[金]	申込締切日 3月8日(金)	

## 大好評! 限定講座

開催日時 2019 ●10:30~13:30 ●各回定員8名 受講料無料

1月14日[月・祝] ガスコンロ使用の方限定 申込締切日 12月28日[金]  
IH初心者大歓迎! IHの魅力を教えます!  
カリッとジューシー♡「からあげランチ」を作ります。

2月7日[木] コンロ取替予定の方限定 申込締切日 1月24日[木]  
買い替え前に知っておきたい! 後悔しない情報を教えます!  
簡単♪「ハンバーグランチ」を作ります。

3月9日[土] IH使用の方限定 申込締切日 2月23日[土]  
IH調理のコツ、お手入れや省エネ方法を教えます!  
春食材で! 「バスタランチ」を作ります。



注 駐車場はございませんので、近隣の駐車場をご利用ください。

〒780-0870 高知市本町4丁目1-16 高知電気ビル1F