

ヨンデンプラザ サンポートってどんなところ?

四国電力が運営するご家庭向けの電化PR施設です。
充実した電化機器設備をいろんなシーンでお役立てください。



子育て世代のママシッターソングライターmimikaさんが

「ヨンデンプラザ・サンポート」をレポート!



動画の視聴はこちら▶



電化住宅をご検討中の方へのご提案の場として

オール電化の各種ご相談を承ります。
最新のIHクッキングヒーターやエコキュートなど、実際の電化機器を見たり、触れたりできますので、お気軽にお問い合わせください。



電気を“大切に、おトクに使う”を学んでいただく場として

ご自宅の最適な電気料金プランのご提案や、
会員制Webサービス「よんでんコンシェルジュ」登録のお手伝いなど、
電気に関するご相談にお応えします。



写真はイメージです。

お申し込み・お問い合わせ (WEBから)

講座のお申し込み・お問い合わせはこちら



個人情報について

本お申し込み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。

ヨンデンプラザ サンポート 休館日
月曜日(祝日の場合は翌営業日)
年末年始(12月29日~1月3日)
〒760-0019 高松市サンポート2番1号 開館時間 午前10時~午後6時
高松シンボルタワー タワー棟 1階

注意事項

- 各講座、お申し込み多数の際は抽選となります。当選者にはお申し込み締め切り後一週間以内にメールにて通知させていただきます。(落選の場合はお知らせはいたしませんので、予めご了承ください。)
- @yonden-yes.co.jpドメインのメールを受信できるように、迷惑メール設定から解除、もしくは受信設定をしていただくようお願いいたします。
- 有料講座のキャンセルにつきましては、開催日の7日前からは受講料全額をお支払いいただくこととなりますので、予めご了承ください。
- 講座のお申し込みは、1ヵ月(1日~月末)に2回の講座までとさせていただきます。
- 2名以上のグループでのお申し込みの場合も、必ずお1人様毎にお申し込みをお願いいたします。なお、グループの代表の方は、フリー入力欄に「グループ申し込み希望」と「ご参加希望者全員のお名前」をご入力をお願いいたします。
- 館内の状況により、マスク着用のご協力をお願いする場合があります。
- 親子参加可 親子限定 の講座の場合は、受講される方全員のお名前・年齢をフリー入力欄にご入力をお願いします。
- 講座・イベントについてやむを得ず変更・中止となる場合がございます。

□E-mail: plaza-sunport@yonden-yes.co.jp □フリーダイヤル: 0120-459-010

本誌「ホットぷらざ」は四国電力HPでも確認することができます。 検索

※検索結果の「電化イベント情報サイト」| 四国電力株式会社で確認いただけます。



ホットぷらざ 2025年 7月号

ヨンデンプラザ サンポート

講座・イベント情報

【講師講座・料理】シェフや先生から料理を学ぼう!

有料

IHとフライパンでつくる変わりパエリア アロス・ネグロ(イカスミ)



アロス・ネグロは、スペインのパレンシア州やカタルーニャ州でよく食べられる、イカ墨を使ったパエリアのことです。イカ墨の独特な黒色と、イカやその他のシーフードの旨味が絡み合った、独特な味わいが特徴です。

BARdeDOMINGO
小亀 逸二 先生

7/6日 受講料 1,500円/人
10:30~13:00 定員 8名程度

文月に食べたい和食献立



暑さで体力を消耗しがちな夏に、うなぎや旬の食材を食べて夏バテを防ぎましょう!

- ・茄子の甘味噌炒め
- ・鰻と胡瓜の酢の物
- ・みくりや風盛岡冷麺

みくりや倶楽部
吉岡 淳次 先生

7/13日 受講料 1,200円/人
10:30~13:00 定員 12名程度

IH簡単ラッキング!



便利で簡単なIHの機能を使って楽しくクッキング!!省エネ調理のコツやお手入れ方法などもご紹介いたします。

- ・鮭フレークdeワンパン! クリームスープパスタ
- ・玉ねぎのとろとろスープ
- ・肉巻きチーズインポテト
- ・スイートポテト風さつまいものマフィン

パナソニックリビング中四国株式会社
溝上 千佳子 先生

7/25日・26日 受講料 各日1,000円/人 定員 各日12名程度
※いずれかの日を選びお申し込みください。

苺のレアチーズケーキ



苺を混ぜ込んだ甘酸っぱさが美味しい可愛いピンク色のチーズケーキを作りましょう!

菓子工房ルーヴ パティシエ
野崎 内匠 先生

8/7日 受講料 1,000円/人
10:30~13:00 定員 12名程度

楽しいそば打ち体験!



楽しい手打ちそば体験はいかがですか? 今年の夏は冷やし蕎麦で♪ 100%国産の蕎麦で作ります。

出前そば打ち 三ちゃん蕎麦
三谷 和幸 先生

8/22日 受講料 1,000円/人
10:30~13:00 定員 8名程度

松原シェフがお送りする夏の絶品フレンチ



・スズキと海老のパート包み シェフが選び抜いた焼きレモン風味のソースで
・香川産とうもろこしの 香川の食材を使っ
ポタージュスープ てお料理。プロの味
・高瀬産ピオーネの と技を学べばおも
コンポートゼリー てなが華やかに!

高松国際ホテル 総料理長
松原 勉 先生

8/23日 受講料 1,500円/人
10:30~13:00 定員 12名程度

お申し込み方法は裏面をご覧ください。

写真はイメージです。



【スタッフ講座】
料理

IHクッキングヒーターを使ってスタッフと料理しましょう!

無料

鶏肉のねぎソース&フランスパン



ほんのりピリ辛のねぎソースをたっぷりかけた鶏肉を手軽に作りましょう!

6/25(水)
10:30~12:30
定員 4名程度

申込締切日
6/16(月)

アクアパッツァ&ブルスケッタ



申込締切日
6/17(火)
6/27(金)
10:30~12:30
定員 4名程度

切り身魚で簡単にアクアパッツァを作りましょう。

鶏とパプリカのシュケメルリ



6/28(土) 10:30~12:30
定員 4名程度

申込締切日
6/18(水)

鶏肉をニンニク、牛乳、サワークリームで作ったソースと絡めたジョージアの伝統料理を作りましょう。

タコライス&バイクドポテト



簡単!時短!タコライスを作りましょう。

申込締切日
7/19(土)

7/29(水)
10:30~12:30
定員 4名程度

青じそのコロケ&オニオンスープ



青じその香りがふわっとする、姫りんごのような形のコロケを揚げ物機能を使って、手軽に作りましょう!

7/31(金) 10:30~12:30
定員 4名程度

申込締切日
7/20(日)

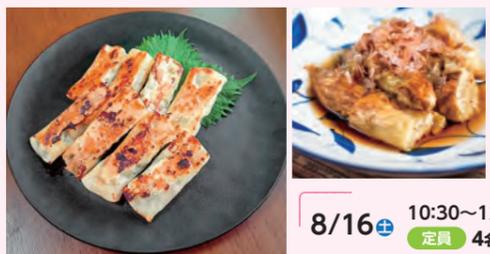
親子でクッキング!
手作りハンバーグのお子様ランチ&みかんのレアチーズケーキ



親子で一緒にお子様ランチとデザートを作りましょう。
親子限定
対象 小学生のお子様と保護者

申込締切日
(7/12開催分) 6/30(日)
(8/3開催分) 7/22(水)
7/12(土)+8/3(日) ※いずれかの日を選びお申し込みください。
10:30~12:30 定員 各回親子4組8名程度

夏にさっぱり!大葉と梅のささみ棒餃子&焼きなす



カンタン棒餃子と、IHグリルの自動調理を使用して焼きなすを作りましょう。

8/16(土) 10:30~12:30
定員 4名程度

申込締切日
8/6(水)

IHでつくる料理講座について

※30分程度のエネルギーに関する講話があります。※掲載している料理画像や作品画像やイラストはイメージであり実際と異なる場合があります。※調理した食べ物の持ち帰りはご遠慮ください。※食物アレルギー対応はしておりませんのでご了承ください。

事前予約制

無料

【IH調理体験】所要時間1時間程度

料理をしながらIHクッキングヒーターの良さを体感してみませんか?



- 料理を作っていたりながら、IHの特長をご説明いたします!
- IHをご検討中の方、お申し込みをお待ちしております。和食・洋食・中華からお選びいただけます。

事前予約制にて開催しております。

※体験希望日の3営業日前までに店頭またはお電話(0120-459-010)でご予約ください。なお、予約日時はご希望に添えない場合があります。

ご参加について

調理体験の前にアンケートにご回答いただけます。電化にした場合の光熱費シミュレーションや最適な料金プランのご提案の時間をいただきます。事前予約制で、1組4名1回限りとさせていただきます。

※当社都合によりやむを得ず延期させていただく場合があります。※食物アレルギー対応はしておりませんので、ご了承ください。

【講師講座】
カルチャー

カルチャー講座で生活を豊かに!

有料

サマーリース



※直径20cm程度

ラベンダーのパープルが涼し気な、サマーリースを作りましょう!劣化の心配の無いアーティフィシャルフラワーを使用したリースの為、飾る場所を選ばず、屋外や湿気の有る場所等にも飾っていただけるリースとなっております。

フェアリーフラワーズ
植田 敦子 先生

申込締切日
6/24(水)

7/9(水) 10:30~12:30
受講料 2,000円/人
定員 10名程度

妖精の森貯金箱



※サイズ(取っ手は除く)H23.5×W16×L7cm

妖精たちが住む、森の奥に隠された秘密の貯金箱を作りましょう。(夜になると妖精は光ります)夏休みの宿題にオススメです!!

親子参加可

フローラル里花主宰
森 里美 先生

申込締切日
7/12(土)

7/27(日) 10:30~12:30
受講料 2,000円/人
定員 8名程度

あなたに似合う色パーソナルカラー診断
イエローorブルー



大好評講座!自分に似合う色を見つけましょう!パーソナルカラーを味方につけると魅力に磨きがかかり印象美人に!洋服やコスメを選ぶ楽しみが広がります。はじめての方大歓迎です!

美肌メイクカラー
コンシェルジュ
古田 りか 先生

申込締切日
7/18(金)

8/2(土) 10:30~12:30
受講料 500円/人
定員 8名程度

プロが伝授!
崩れにくいベースメイクの作り方レッスン



ベースメイクの作り方、なかなか教えてもらう機会ってないですね。少しの知識とコツで、小顔になれる!若返ったり...見た目も手ざわりもとにかく軽い!くずれない!今回は最適なベースメイクを作り上げるために肌の調子を整えるスキンケアのコツもお伝えします。

申込締切日
8/9(土)

JPM認定
パーソナルメイクアドバイザー
新川 みゆき 先生

8/24(日) 10:30~12:30
受講料 500円/人
定員 8名程度

写真はイメージです。

【イベント】楽しめるイベントがいっぱい!

当日先着受付

無料

太陽光で走る!親子でソーラーカー作り



小型太陽電池で走らせるミニカーの組み立てキットを使って、太陽光を楽しく学ぼう!

●先着:20名
●対象:5歳以上
中学生以下
(未成年者保護者同伴)

7/13(日) 11:00~13:00

オリジナル風鈴を作ろう!



透明な風鈴にペンで絵を描いたり、シールを貼って、自分だけの風鈴を作ってね。

●先着:20名
●対象:年齢制限無し
(未成年者保護者同伴)
〈大人のみ家族の場合〉
一家族1つ
〈子供を含む家族の場合〉
子供のみ

7/21(月) 11:00~13:00

イベントについて

※当日受付の開始時刻は、各イベント開始時刻の10分前からです。※定員に達した時点でイベントの受付を終了いたします。受付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。※来場アンケートに回答いただいたの参加となります。※お子さま(未成年者)は保護者の方のご参加ください。※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は異なる場合があります。