

2024

9月

入間ガスの料理教室

年会費・入会金

0円

Smile Kitchen



※写真はイメージです。

お申し込み方法・詳細は裏面をご覧ください▶▶

スマイルキッチンランチ

講師：スマイルキッチンスタッフ西澤

9/6 10:00 ~ 13:00
(金) 申込締切：8/26(月)

お食事とお持ち帰り付きの講座です。今回はおうちでファストフードの味を再現。たまごを月に見立てたお月見レシピを楽しみましょう。



お食事講座

MENU ~お月見レシピ~

- ・月見マフィン
- ・ハッシュドポテト
- ・月見団子風パイ (お持ち帰り対象：4個)

受講料：1,000円
定員数：16名
目安量：1人分

お菓子教室

講師：スマイルキッチンスタッフ西澤

9/10 10:00 ~ 12:00
(火) 申込締切：9/2(月)

さつまいもをたっぷり入れた秋らしいケーキです。バターとクリームチーズを練り混ぜ、濃厚な味わいに仕上げます。



お持ち帰り講座

MENU

- ・さつまいものクリームチーズパウンドケーキ

受講料：1,000円
定員数：8名
目安量：18cmパウンド型1台

薬膳のお料理教室 疲労回復カレーレシピ

講師：薬膳キッチンHANA 高木映子

9/12 10:00 ~ 13:00
(木) 申込締切：9/2(月)

夏の疲れを癒して、秋に向けて潤いを与えるお食事です。疲労回復効果の高い、ほうれん草や長いもを上手に使い手作りカレーを作ります。お身体の不調やお悩みがある方にもおすすめの講座ですよ。



お食事講座

MENU

- ・ほうれん草と長いものカレー
- ・蒸し豆腐ときこのこのサラダ
- ・白きくらげの潤いデザート
- ・薬膳茶

受講料：2,000円
定員数：16名
目安量：1人分

石心会 特別教室

講師：石心会管理栄養士 大川

9/26 10:00 ~ 13:00
(木) 申込締切：9/16(月)

腸活&動脈硬化予防について学び、美味しくお食事をします。ご自宅でも取り入れやすいので、食生活を整え健康に過ごしましょう。



お食事講座

MENU

- ・もち麦入り大豆ミートスパゲッティ
- ・もち麦おかずスープ
- ・鯖缶とキャベツの春巻き
- ・塩麹ヨーグルト漬け (師範調理のみ)

受講料：1,000円
定員数：16名
目安量：1人分

今晚のおかず教室

講師：スマイルキッチンスタッフ福井

9/19 14:00 ~ 15:30
(木) 申込締切：9/9(月)

9/27 10:00 ~ 11:30
(金) 申込締切：9/16(月)

大人気の揚げ物講座からヘルシーな高野豆腐を使い、高野豆腐の良徳とハムチーズの旨みがおいしい揚げ物をご紹介します。旬の秋鮭を使ったコロッケも絶品です。



お持ち帰り講座

MENU ~2種類の揚げ物~

- ・鮭コロッケ ・高野豆腐でチーズハムカツ

受講料：1,000円
定員数：8名
目安量：各8個

いるま官民共創まちづくりのラボジウム

~つながりで創る入間の未来~



ほうじ茶づくり実演&オリジナルマイボトルワークショップ

開催日：9月28日(土) 12:30 ~ 16:30
場所：入間市産業文化センター

※当日予約制 (各回定員5名/時間30分)
※実演で使用する電源はEVから給電します。

サマースプラッシュ! いるまくんマルシェ

先着100名さま
ご来場プレゼント

キッコマン
しぼりたて
生しょうゆ
1本

夏の定番「スイカ割り」、ハンドメイドショップやワークショップ、デリシアフォローアップ教室など盛りだくさん! ご家族やお友達を誘って、あそびにきてね~!

開催日 ● 8月31日(土) 10:00 ~ 14:00
場所 ● 入間ガス株式会社ショールーム (入場無料・雨天決行)



お申し込み方法

LINE からお申込

- ①お名前 ②ご住所 ③電話番号
 - ④参加したい講座名
 - ⑤参加したい時間
- をトーク画面に入力して送ってください。

スマイルキッチン
公式 LINE



お電話でのお申込

お問い合わせ先：
入間ガス 広報課 料理教室係
TEL 04-2964-1571
(受付時間 9:00~17:00)

抽選結果

応募多数の場合は抽選とさせていただきます。
当選者発表は、締切後 2 日以内に①入間ガス HP ②スマイルキッチン公式 LINE VOOM(タイムライン) ③ショールーム入口掲示板にて発表いたします。
発表方法はお申込み時にご登録いただいた電話番号下 4 桁を掲載いたします。
抽選結果は個別でのご連絡はしておりませんので、必ずご確認くださいませよう
お願いいたします。

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」(日数には土日含まれます)

お支払い後、材料・レシピ・料理のお渡しはできません。



お客さまへのお願い

◆受講前に必ずホームページの利用規約をお読みください。

- ・マスクの着用は個人の判断としております。ただし、食品を扱う観点からマスクの着用にご協力ください。
- ・体調に不安がある場合や体調不良の場合は、ご来店・ご受講をご遠慮ください。
- ・持ち物の貸し出しは行っておりません。お忘れなくご持参ください。
- ・受講料はお釣りのないようにご用意ください。
- ・受付は 10 分前までにお済ませください。また 30 分以上遅れる場合は受講をお断りさせていただく場合がございます。



持ち物

- ・マスク
- ・飲み物
- ・スリッパ
- ・筆記用具
- ・三角巾
- ・クリップ (名札を留める用)
- ・エプロン
- ・受講料 (お釣りなし)
- ・ハンドタオル
- ・持帰り用の袋、容器



安全・安心なレッスンのために

- ・スタッフはマスク着用を徹底します。
- ・レッスン内でのこまめな手洗い、アルコール消毒を徹底します。
- ・レッスン毎のテーブル・備品のアルコール消毒を徹底します。
- ・換気扇の常時運転、窓開けによる換気を行います。
- ・講師の体調不良等で講座の延期または休講となる場合がございます。
- ・今後、感染状況が大きく変化した場合は開催内容を変更する場合がございます。

2024 年 9 月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6 スマイルランチ	7
8	9	10 お菓子教室	11	12 薬膳	13	14
15	16 敬老の日	17	18	19 今晚のおかず	20	21
22 秋分の日	23 霜降日	24	25	26 石心会	27 今晚のおかず	28
29	30					



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。