

2024年
5月・6月

水島ガスショールーム

水島ガス

れすば講座案内

5月

A: れすばでベジカフェ気分♪

5月14日(火)
10:00~13:30

定員8名

受講料 2,800円(税込)

管理栄養士
有井 京子 先生

- ・ごぼうと筍のピラフ
- ・香り千キンフライ
- ・野菜の昆布じめ
- ・きのこのアヒージョ
- ・炒めわかめ
- ・いちごスイーツ

野菜やきのこを使って**カフェ風ランチ**を作ります。
旬の野菜パワーをしっかりと摂り入れましょう!



※写真はイメージです

B: カカオ豆からチョコレートを作ろう♪

5月20日(月)
10:00~12:30

定員8名

受講料 2,300円(税込)

サンカカオ
加藤 泰 先生

カカオ豆から作ったチョコレート
100g~150g

カカオ豆から**チョコレート**を作ります。
自分で作ったチョコレートはいつも食べてる
ものとはひと味違った味ですよ

※お持ち帰り用保冷バッグ・保冷剤はご持参ください。



※写真はイメージです

C: 親子でピクニックランチ!

親子教室

5月26日(日)
10:00~13:00

定員8組

受講料 3,000円(税込)

管理栄養士
有井 京子 先生

★親子教室募集要項★

保護者1名とお子さま(年長さん
から小学生・中学生)2名まで参加
OK。ただし2名分を3名で作って
いただきます。

- ・クリスピーツイスター
- ・海老のチャウダースープ
- ・クリームトライフル

各**2セット**作ります

ピクニックにぴったりの季節!
ボリューム満点の
ツイスターランチを作ってお出
かけしてみませんか?



2セット

※写真はイメージです

D: 生おからと豆腐で作る初夏の料理

5月30日(木)
10:00~13:00

定員8名

受講料 2,700円(税込)

野菜と豆腐の料理家
江戸野 陽子 先生

- ・生おからでブルーベリーパウンドケーキ
(ケーキはお持ち帰りできます)
- ・豆腐ステーキ さっぱりトマトソースかけ
- ・野菜たっぷりのおから味噌スープ

生おからと豆腐を活用した初夏にぴったりの
メニューを3品作ります。

※ケーキお持ち帰り用保冷バッグ・保冷剤はご持参ください。

※写真はイメージです



応募方法

お電話【086-440-6277】もしくはご来館にて。

LINEのお申し込みフォームからもご応募いただけます。➡

(※親子教室はお子さまの人数と学年もしくは年齢をご連絡ください)

募集締切

2024年4月1日(月)まで

※応募多数の場合は抽選になります。

抽選結果郵送

2024年4月5日(金)発送

※当選講座のみ郵送になります。

水島ガス LINE公式アカウント

こちらのQRコードを
読み込んで下さい



※今後感染症などの状況が大きく変化した場合開催の中止、
もしくは内容を変更する場合がございます。
あらかじめご了承くださいませようお願い申し上げます。

E: 香りとマッサージでダフルの癒し

オイル作り と セルフケアの

おすすめ!

6月6日(木)
10:00~12:00

定員8名

お得な教室です!!

カルチャー教室

アロマトリートメントオイルづくり
と
セルフケア講座



受講料 2,300円(税込)

La flure(ラ・フルール)
アロマセラピスト
西中川 千鶴 先生

20mlのオイルと2種の精油を使ってトリートメントオイルを作ります。
今回は作るだけでなく作ったオイルで手と首から肩にかけて
セルフマッサージの仕方も一緒に習いましょう。

※写真はイメージです

F: 旬の魚をさばいて味わおう!

さばいたお魚で美味しい料理を何品か作ります。お楽しみに♪
(当日は旬のお魚2種類を予定しています)

6月21日(金)
10:00~13:30

定員8名

★お願い★
各自包丁(いつも使用されているもの)をご持参ください。
※お魚専用でなくても大丈夫です。

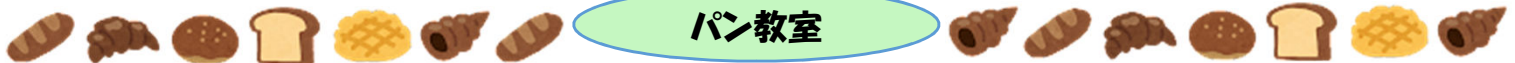
受講料 3,000円(税込)

管理栄養士
有井 京子 先生



旬の魚をさばいて料理します。
魚料理の**基本**を知って、ご家庭の食卓にもぜひ魚料理を!

※写真はイメージです。
当日この写真のお魚とは限りません。
ご了承ください。



パン教室

G: みんな大好きお惣菜パン



お惣菜パン
ベーコンエッグパン 5個

6月25日(火)
10:00~12:00

定員8名

大人気の**パン教室**です。
楽しくパンを作りましょう。
焼きたてのパンの香りは最高ですよ。今回は**大人の教室**と**親子の教室**の2回開催します。

受講料 2,700円(税込) 遊夢
川田 妙子 先生

H: 親子でわくわくパンづくり



親子教室

6月30日(日)
10:00~12:00

定員8組

★親子教室募集要項★

受講料 2,700円(税込) 遊夢
川田 妙子 先生



保護者1名とお子さま(年長さんから小学生・中学生)2名まで参加OK



※写真はイメージです

※保冷バッグ・保冷剤をご持参ください。



〒712-8014 倉敷市連島中央 1-12-19

営業時間 10:00~17:00

定休日:水曜日・祝日・年末年始

お問合せ先
TEL.086-440-6277

水島ガス 検索

https://www.mizushima-gas.co.jp/



感染症予防対策中

「水島ガス」「水島ガスショールームれぽろ」では感染拡大の防止策をしています。風邪の症状など不調のある方はご来店をお控えいただけますようお願いいたします。皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

マスク着用をお願い



店内の消毒・除菌



混雑時の入場制限



○定員に満たない場合は応募締切後も受付させていただきます。
○写真はイメージです。メニューは予告なく変更される場合がございます。
○弊社都合により、日程・時間を変更することがございます。