

4~6月  
開催

クッキングスタジオ・カルチャー教室

# 受講生募集!

れすば  
くらしの交流館  
水島ガスショールーム

**応募期間** 2013年2月28日(木)まで **抽選結果発送** 2013年3月13日(水)

**応募方法** お電話 086-440-6277 **開催場所** 水島ガスショールーム  
または ご来館にて受付 **くらしの交流館「れすば」**  
倉敷市連島中央1-12-19

## クッキング スタジオ

MIZUSHIMA GAS  
COOKING STUDIO

定員  
各16名

### A 親子deイタリアン

親子  
教室



**日時** 4月4日(木)  
10:00~13:30

**受講料** 1組 1,500円 (小学生のお子さまと保護者 8組)

**講師** イタリア食堂 マリア 小川 豊先生

未来のシェフ、集まれ〜☆あこがれのイタリアンシェフのもとに、親子で弟子入りしちゃおう!豚ロース肉のピッカータ、カボチャの濃厚スープ等

### B 季節のロールケーキ



**日時** 4月11日(木)  
13:30~16:30

**受講料** 1,200円

**講師** 倉敷芸術科学大学 製菓衛生師別科 大野 直明先生

プロならではのコツが大好評!季節のフルーツを使ったふわふわロールケーキを作ります。一人1本分のお持ち帰り付

### C 365日の笑顔



**日時** 4月16日(火)  
10:00~13:30

**受講料** 1,500円

**講師** 倉敷市食育推進会議委員 管理栄養士 有井 京子先生

人気の定番コースが春の味覚をふんだんに盛り込んだカラダに優しい和食で、新陳代謝アップ!! 筍ごはん、筍のポタージュ、鮭の幽庵焼き、他

### D 元気がでるレシピ!



**日時** 4月25日(木)  
10:00~13:30

**受講料** 1,200円

**講師** 倉敷芸術科学大学 調理師別科 須田 光郎先生

食べる楽しみを感じることができるのは素敵なこと。元気がでる食事作りのコツをぜひかこのリゾット、豆腐ハンバーグ、洋風茶碗蒸しを。介護にも使えます。

### E 春のデザートプレート



**日時** 5月9日(木)  
13:30~16:30

**受講料** 1,200円

**講師** 倉敷芸術科学大学 製菓衛生師別科 大野 直明先生

色鮮やかな彩りプレート。豪華なデザートで、優雅なティータイムをすればどうぞ♡いちごチーズの2色ムースとクレープアイスで。お持ち帰りあり!

### F 旬のお野菜まるごと使いきりレシピ



**日時** 5月14日(火)  
18:30~21:00

**受講料** 1,500円

**講師** 倉敷市食育推進会議委員 管理栄養士 有井 京子先生

旬の春キャベツが七変化?全部使って、甘み、旨みをまるごと食べちゃいましょう!お仕事帰りの方もぜひ。春キャベツの餃子、鶏と春キャベツのダックスープ、カナッペ他。

夜間  
開催

### G わたしのダッチ日和



**日時** 5月23日(木)  
10:00~13:30

**受講料** 1,200円

**講師** 倉敷芸術科学大学 調理師別科 須田 光郎先生

ダッチオープン教室第2弾☆レポートを増やしたい、ダッチオープンって何?って方まで、ぜひ豚ロースのダッチオープン焼き 他

ダッチ  
オープン  
教室

### H 抹茶のレアチーズケーキ



**日時** 5月27日(月)  
13:30~16:00

**受講料** 1,500円

**講師** 遊夢 川田 妙子先生

暑い季節にぴったりのひんやりデザート作ります。1ホールお持ち帰り付で、さらにダッチオープンを使ったプリンのおまけ付♡

### I トライ The パン



**日時** 6月6日(木)  
13:30~16:30

**受講料** 1,500円

**講師** 倉敷芸術科学大学 製菓衛生師別科 大野 直明先生

プロから学べる!!人気の食パンに少しアレンジしたメープルシュガーのデニッシュ食パンを作ります。一人1本分のお持ち帰り付

### J 夏の味方弁当!



**日時** 6月11日(火)  
10:00~13:30

**受講料** 1,500円

**講師** 倉敷市食育推進会議委員 管理栄養士 有井 京子先生

夏のお弁当って、何を作ればいいの?悩みにくくて、おいしくて、栄養があって…。そんな悩みを解決!詰め方のコツも聞けちゃいます!

### K ドキドキ♡タコスランチ



**日時** 6月21日(金)  
10:00~13:30

**受講料** 1,200円

**講師** パン講師 小若 由記子先生

いつもと少し気分を変えてトルティーヤ(皮)とタリコンカン(具)を作ってタコスに!サラダもつけてバランス良く!さらにデザート付

### L 俺たちの居酒屋メニュー



**日時** 6月30日(日)  
10:00~13:30

**受講料** 500円

**講師** 栄養士 岡本 美佐恵先生

ビールに合う、豚キムチとチーズ春巻き、他数品作ります。計量いらずでさっと作れるメニューなので、お料理初心者の方も安心!しかも「野菜たっぷり」ときたら体も満足!

男性  
限定

特別価格ワゴン

# カルチャー教室

MIZUSHIMA GAS  
CULTURE SCHOOL

## ① プリザーブドフラワー教室



日時 4月9日(火)  
10:00～12:00

受講料 2,000円 定員 10名

講師 日本フラワーデザイナー協会 NFD講師  
藤本 純子 先生

枯れない魔法のお花、素敵なプリザーブドフラワーを作ります。お家のインテリアや母の日のプレゼントにもできるオンリーワンをつくりましょう!

## ② 楽しく学ぼう! コーヒー教室



日時 5月24日(金)  
10:00～12:00

受講料 1,500円

定員 8名

講師 倉敷珈琲館 店長  
小林 恭一 先生

家庭で出来る美味しいコーヒーの淹れ方を学びましょう。美観地区にある有名店の店長が楽しくやさしく教えてくれます。コーヒーラックのお土産付きで!

## ③ 夏の絵手紙教室



日時 6月10日(月)  
13:00～15:00

受講料 800円 定員 10名

講師 日本絵手紙協会公認講師  
三宅 宏子 先生  
岡本 瑞江 先生

夏の小物や野菜をモチーフに暑中見舞いを書きましょう。今回はうちわにも絵を描いて自分だけのうちわも作ります。もちろんはじめてさん大歓迎!

- お申し込みは、お電話またはご来館でお受けいたします。
- 定員に満たない場合は応募締め切り後も受付を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。

- 親子が対象となっている教室以外のお子さま連れでの受講はご遠慮ください。
- 弊社都合により、日程・時間を変更することがございます。

## 魚焼きだけじゃない! —グリル活用術—

ガスコンロのグリルってお魚はおいしく焼けるけど、お魚以外に使うことがないな…ってことないですか? 直火で調理ができるグリルは、普段の調理で活用できるんです。ぜひ、お試しください!



### トースト



おいしい焼き色で  
中はふんわり♪

### お弁当作りに…



まとめて同時調理

### フライの温め直し



直火でカラッと♪

### 魚のニオイが 移りそう…



でも、ニオイは  
移りません!

加熱中は食材から出る水蒸気がバリアとなって、ニオイ移りを防いでくれます。消火すると水蒸気は出なくなるので焼けたらすぐに食材を取り出しましょう。

お問い合わせは

くらしの交流館  
**ねみほ**  
水島ガスショールーム

〒712-8014 倉敷市連島中央1-12-19

☎086-440-6277

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

水島ガス 検索

営業時間/10:00～17:00 定休日/水曜日・夏季・年末年始

水島ガス株式会社

営業部/液化ガス部

〒712-8611 倉敷市水島福崎町3-30

