

上下の炎でマルチに活躍！ マルチグリル！

今回ご紹介するのは
ノーリツ製プログレです。

水島ガスが誇る、水島ガスブランド
PROGRE Plus
プログレ プラス



焼き網から「プレートパン」「キャセロール」へ



プレートパン



キャセロール

専用容器で、煮る・焼く・蒸すはもちろん、ノンフライ調理やパン作りまで本格料理を手軽に作れます。

庫内はお掃除しやすいフラットな形状

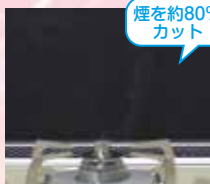


両サイドのバーナーがなくなり、グリル庫内の側面がフラットな形状でお手入れが簡単。

マルチグリルで煙をカット



従来品



マルチグリル

煙を約80%
カット

排気口から出る煙は従来の約 80%削減、二オイも約 92%を削減！

ショールームれすばで商品をご覧ください

クッキング&カルチャースクール3つの魅力

入会金
¥0

Point
1 入会金不要

「一人でも多くの方に料理の楽しさ、おいしさを知っていただきたい」ため入会金はいたしておりません。



Point
2 多彩なレッスンメニュー

旬の食材を活かした季節感あふれる料理や、焼き立ての香り豊かなパンなど、魅力的なメニューを多数ご用意しております。



Point
3 充実の講師陣

豊富な知識を持った多彩な講師が、丁寧にサポートしますので、はじめての方でも安心してご参加いただけます。

お申込み方法

応募方法 お電話 または ご来館にて受付

応募期間 2018年3月2日(金)まで

抽選結果発送 2018年3月13日(火)

開催場所

水島ガスショールーム

くらしの交流館「れすば」



お問い合わせ・お申し込みはこちら

水島ガスショールーム くらしの交流館「れすば」

〒712-8014 倉敷市連島中央1-12-19

☎086-440-6277

営業時間 / 10:00~17:00
定休日 / 水曜日・祝日・年末年始

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

水島ガス 検索

水島ガス株式会社 〒712-8611 倉敷市水島福崎町3-30

くらしの交流館
れすば
水島ガスショールーム

Cooking & Culture SCHOOL

料理教室・カルチャー教室のご案内

2018.4月~6月



春の特別企画

△春の彩り弁当※(定員16名)



日 時
4月17日(火)
10:00～13:30
受講料
2,600円(税込)
講 師
管理栄養士
有井 京子 先生

menu

春うらら、旬の野菜をしっかりと使った目にも楽しい彩り弁当はいかがですか?かわいい手まりずしと旬おかず、春の和菓子も入った贅沢なお弁当を作ります。

●お稲荷手まり ●黒米手まり ●梅手まり ●甘辛唐揚げ ●ジャンボしゅうまい ●ちりめん炒め ●厚揚げのごぼうあん ●五色玉子 ●桜ようかん

大好評

料理初心者向け&基礎から教室 (定員16名)

これからお料理を学びたい方 もう一度基礎から習いたい方向け♪

③ はじめてのパン作り



男性の方も
お気軽に!

日 時
6月17日(日)
10:00～14:00
受講料
2,000円(税込)

menu

●チョコチップパン

講 師
パン講師
繁本 和美 先生

パン作り興味はあるけど難しそう・・・でも大丈夫!!先生が丁寧に1人ずつ教えてくれます。パン生地をこねて甘いチョコチップをはさんで焼くだけの簡単で美味しいパン♪みんなで一緒に作りませんか?お持ち帰りもありますよ。



親子クッキング (定員 お子様と保護者のペア8組)

④ 親子でドキドキキャンプカレー♪



対象
5歳以上

menu
●ドライカレー
●ベジタブルチャウダー
●いちごのスイーツ

受講料
3,000円(税込)

日 時
5月20日(日)
10:00～13:00
講 師
管理栄養士
有井 京子 先生

親子で洋食にレッツトライ!!
遊びごころいっぱいのドライカレーと野菜いっぱいクラムチャウダー、莓スイーツも作ります。どうしてキャンプカレー??その答えは当日のお楽しみ♪

⑤ 親子でかわいいスイーツづくり



対象
4歳以上

menu
●食べられる
AQUARIUMU
●チュイル

受講料
2,600円(税込)

日 時
6月3日(日)
10:00～12:30
講 師
遊夢
川田 妙子 先生

親子で楽しくスイーツを作りますか?食べちゃうのがもったいないくらい可愛いジュレとクランクルのクッキー♪

クッキング (定員16名) 旬を味わう、役立つ講座でレベルアップ

⑥ とろけるフォンダンショコラ



日 時
4月10日(火)
13:30～16:00
受講料
2,200円(税込)

講 師
フードコーディネーター
加藤 泰 先生

menu

●フォンダンショコラ(チョコ&抹茶)

とろーりとろけるフォンダンショコラを作りますか?今回はチョコと抹茶の2種類の味を楽しみましょう♪出来上がりはお持ち帰りいただけます。

⑦ 胡麻スイーツ♪



日 時
5月10日(木)
13:30～16:00
受講料
2,500円(税込)

講 師
遊夢
川田 妙子 先生

menu

●胡麻シフォンケーキ ●胡麻プリン

みんな大好きなシフォンケーキとプリン♪今回は胡麻を使って作ります。美容と健康にいいセサミンたっぷりのスイーツ♪食べすぎちゃうかも(#^_^#)

⑧ おうちで作れる簡単フレンチ～お肉編～



日 時
5月29日(火)
10:00～13:30
受講料
2,600円(税込)

講 師
フードコーディネーター
加藤 泰 先生

menu

●子羊のロティとカチャトーラ
●じゃがいものエクサゼ

今回はお肉編!子羊を使ったフレンチを作ります♪付け合せのじゃがいもいつもとは違うおしゃれな仕上がりになります。

⑨ カフェ風ジューシーハンバーグ



日 時
6月12日(火)
10:00～13:30
受講料
2,500円(税込)

講 師
レストラン MINT
岡本 泰子 先生

menu

●カフェのお洒落なジェノベーゼ
●クリームチーズソースハンバーグ
●ブルスケッタ ●グリル野菜
●身体が喜ぶ玄米スープ

みんな大好きハンバーグ♪今回はカフェ風のお洒落なハンバーグを作ります。シェフならではの作り方を習いませんか?

① 365日の笑顔～デパ地下デリラランチ編～



日 時
6月22日(金)
10:00～13:30
受講料
2,600円(税込)

講 師
管理栄養士
有井 京子 先生

menu

●バケットサンド
●ヴェリヌ ●オニオンスープ
●みそ豚 ●彩りデトックスサラダ

今話題のデパ地下デリラランチ♪カラダに嬉しいおしゃれで美味しいランチを作りますか?小さなグラスに重ねてつくるヴェリヌという前菜もとっても素敵ですよ!

らくらくクッキング(定員8名) 使い方ひとつとっても便利!

① ダッチオーブン使い方教室

ダッチオーブンを持っているのに使ったことがない...買う前に一度使ってみよう!そんな方、ぜひご参加ください。手軽にいろいろな料理が作れるダッチオーブンの魅力をお伝えいたします。

menu
●お肉料理
●スープ ●デザートなど



日 時
4月26日(木)
10:00～12:30
受講料
1,000円(税込)

講 師
れすぽスタッフ

カルチャー お気に入りの教室がきっと見つかるはず!

① 春の寄せ植え教室



日 時
4月19日(木)
10:00～12:00
受講料
2,500円(税込)

定 員 10名
講 師
Y's flower
佐野 陽平 先生

毎回好評の寄せ植え教室。今回は、春の可愛いお花をギュッギュッと寄せて植え込みます。初心者の方も丁寧にコツが教わるので安心です。一緒に春を感じながら寄せ植えを楽しみましょう♪

② ハンドメイドでプチ棚づくり



日 時
5月15日(火)
10:00～11:30
受講料
2,500円(税込)

定 員 5名
講 師
難波 めぐみ 先生

女性で人気上昇中のDIY。ハンドメイドで可愛い棚を作れますか?好きな壁紙を選んで、金具やプレート・転写シール等を付けながら、アンティーク風に棚をデコレーションしていきます。

健康な体づくりの為に栄養と運動指導



③
日 時
4月20日(金)
10:30～11:30
受講料 無料
定 員 12名

講 師
スポーツクラブPREGO 美登 由紀子 先生
倉敷リバーサイド病院 片山 裕子 先生



④
日 時
6月15日(金)
10:30～11:30
受講料 無料
定 員 12名

管理栄養士による栄養指導と、その内容にもとづいて、スポーツインストラクターが運動指導を行います。健康に役立つお話を、誰もが簡単に楽しく出来る運動になりますので是非お気軽にご参加下さい。

ガスコンロとIHクッキングヒーターの比較実演

参加費無料



料理のおいしさ、機能の使い勝手、機器の安全性を、電磁調理器と比較しながらご体験いただけます。
所要時間は、1時間程度です。
ご予約の際に日時を調整させていただきます。
(事前予約要)

〈れすぽ Cooking & Culture School〉

基礎からバリエーション豊富なレッスンを学べる
魅力あふれる教室を開催しています。

炎の料理のおいしさ、楽しさや

地域の方々との交流を楽しんでいただく場、

それが、「水島ガスのクッキング・カルチャー教室」です。

- 定員に満たない場合は応募締め切り後も受け付けて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。
- 親子教室以外は、お子さま連れ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。