



株式会社 シンサナミ

# インフォプラザからのご案内 11・12月

『くらしの“最適化”』をテーマに、手作り教室を応援します！

## 11/30 金

### ニコラ先生の フランス料理教室

#### 第2回

締切 : 11/9 (金)  
申込先 : 0120-800-373  
担当 : (株)シンサナミ販促課  
時間 : 10:30 ~ 13:30  
定員 : 12名  
参加費 : 3,000円  
持ち物 : エプロン・手拭タオル  
講師 : ニコラ・モロー先生

#### MENU

リオンサラダ  
野菜のダッチオーブン焼き  
ローストチキン  
ショートケーキ(仕上げ)

\*食材等の都合により内容が一部変更になる場合がございます。



ショートケーキは飾りつけをするだけの簡単なものです。



NICOLAS MOREAU  
ニコラ・モロー

1976年、リオン市生まれのフランス人。2000年に来日し、料理を中心とした日本とフランスの文化交流に積極的に活動中。「アンリ・シャルバンティエ」ではパティシエとして勤務経験を持つ。2012年9月より銀座ジョエル・デュランのカフェマネジャー就任。また、主要テレビ局にて番組素材の日仏翻訳者としての経験もあり。

- DUFLE(フランス語講師認定)取得
- C.A.P(職業適性証書・調理部門)取得

### パン&お菓子教室

申込先 TEL : 080-1535-3244

主催 : パン・お菓子教室  
おひさまのたまご  
講師 : 松浦 昭子 先生(製菓衛生士)

11/6(火) 20(火) 27(火) ●ベークル&ロールパン  
11/13(火) ●イングリッシュマフィン&メロンパン



時間 : 10:30 ~ 13:30  
参加費 : 2,000円(材料費込)  
定員 : 6名  
※持ち物 : エプロン, お持帰り用袋

12/18(火) 【Xmas 特別講座】 ブッシュドノエル



時間 : 10:30 ~ 13:30  
参加費 : 2,500円(材料費込)  
定員 : 6名  
※持ち物 : エプロン, お持帰り用袋



12/4(火) 【Xmas 特別講座】 パネトーネ

12/11(火) 【Xmas 特別講座】 シュトーレン

時間 : 10:30 ~ 13:30  
参加費 : 2,500円(材料費込)  
定員 : 6名

※持ち物 : エプロン, お持帰り用袋

\*クリスマスのミニパーティ(軽食)つき



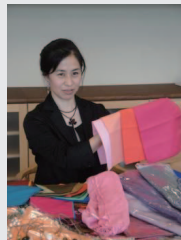
### ベースカラー診断

11/15(木) 12/6(木)

時間 : 10:30 ~ 12:30  
参加費 : 2,000円 定員 : 4名  
主催 : Ayusa~ 亜夢彩カラースクール  
講師 : 梅澤 知子 先生

(CLE INPO 法人色彩生活教育協会 認定: パーソナルカラーアナリスト・ベースカラー診断士)

申込先 TEL : 080-4157-9439



### ワンコイン太極拳講座

毎週木曜日 ※12/27 休

時間 : 13:30 ~ 14:30  
定員 : 10名  
参加費 : 500円  
講師 : 梅澤 知子 先生  
(上海市浦东新区認定講師)

申込先 TEL : 080-4157-9439



### ソーイング講座

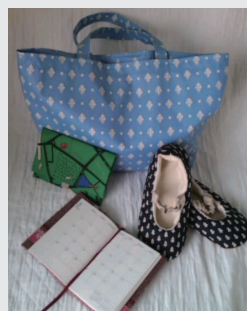
11/9(金)

12/14(金)

時間 : 10:00 ~ 13:00

参加費 :  
グループレッスン 2,000円  
フリーレッスン 3,000円  
(材料費別)

定員 : 各回5名



持ち物や作品についてのご相談はお問い合わせください。

主催 : ナチュロマソーイング教室

講師 : えとうあきこ 先生  
(よみうり日本テレビ文化センター  
・朝日カルチャースクール講師)

申込先 TEL : 090-8046-2569

メール : naturoma@ac.auone-net.jp

### ビューティーフロー yoga 講座

毎週水曜日 ※12/26 休

時間 : 10:00 ~ 11:00  
定員 : 12名  
参加費 : 500円  
主催 : ビューティーフローヨガスクール  
講師 : 渡辺 勢子 先生 (他1名)  
(NPO法人予防医学教育協会認定ヨガインストラクター)



申込先 TEL : 080-5529-7258

### アロマ講座

11/12(月)

みつろうキャンドルとぶちポマダー  
作りでほっこりクリスマス

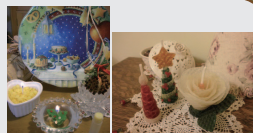
12/10(月)

みつろうの保湿クリーム&リップ作り

講師 : 安藤 伸子 先生

申込先 TEL : 090-7721-1940

メール : coco-an@ab.auone-net.jp



時間 : 10:00 ~ 12:00  
参加費 : 2,500円  
定員 : 12名