株式会社シンサナミ インフォプラザからのご案内 1・2・3月

百年企業へ。かげさまで50周年

『くらしの“最適化”』をテーマに、手作り教室を応援します！

1/18 金 ニコラ先生のフランス料理教室

第３回

MENU

リヨンのグラタン
赤レンズ豆とトマトのスープ
ほたてのパセリバターグリル
イル・フロタント

＊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。

ほたてに変更します

締切　：定員になり次第終了
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

NICOLAS MOREAU
ニコラ・モロー

1976年、リヨ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・シャルパンティエ」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）

1/8（火） 22（火） 2/12（火）
アップルシナモンロール・全粒粉パン

1/15（火）
ベーグル・ロールパン

2/5（火） 19（火） 3/12（火）
コルネ・コーンブレッド

3/5（火） 19（火）
山型食パン・チョコチップロール

1/29（火） 2/26（火） 3/26（火）
リクエスト講座
今まで習ったパンの復習講座です
メニューはお問い合わせください

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

ソーイング講座

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）

1/25（金）26（土）
2/22（金）23（土）

入園・入学準備グッズ作り

時　間：10：00 ～ 13：00
参加費：2,000 円（材料費別）
定　員：各回 6 名

保育園・幼稚園・小学校指定のサイズがある方は寸法をお持ちください。
生地や付属品も各自持参してください。

1/25（金）
2/22（金）
3/8（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。

申込先 TEL：090-8046-2569
メール：naturoma@ac.auone-net.jp

アロマ講座

アロマクラフト２作品作成・お持ち帰り付き

1/28（月）
つらい症状のナチュラルケアに
アロマで花粉症＆風邪対策
（熱、せき、鼻づまり）

時　間：10：00 ～ 12：00
参加費：2,500 円
定　員：12 名

2/25（月）
美容オイル＆クレイパック作り
簡単なセルフフェイシャルマッサージもお伝えします。

時　間：10：00 ～ 12：00
参加費：2,500 円
定　員：12 名

3/11（月）
ナチュラルエコなお掃除方法
ナチュラル素材で環境にやさしいお掃除を。

時　間：10：00 ～ 12：00
参加費：2,000 円
定　員：12 名

講師：安藤　伸子先生

申込先　TEL：090-7721-1940
メール：coco-an@ab.auone-net.jp

住まいのことなら
シンサナミ

リフォームのプロと行く♪

2/2(土)
10:30～16:30

Panasonic Living
SHOWROOM
パナソニック リビング ショウルーム 横浜

見学会

プロが一緒だと
いつもの
ショウルーム見学が
変わります！

イベントの詳細・ご予約はお電話ください

シンサナミ
電話：0120-809-373

★楽しいイベントも
盛りだくさん★

ワンコイン太極拳講座

毎週木曜日　※祝日休

時　間：13：30 ～ 14：30
定　員：10 名
参加費：500 円
講　師：梅澤 知子 先生
（上海市浦東新区認定講師）

申込先 TEL：080-4157-9439

ビューティーフローyoga講座

毎週水曜日　※祝日休

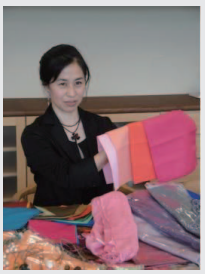
時　間：10：00 ～ 13：00
定　員：12 名
参加費：500 円
主　催：ビューティーフローヨガサークル
講　師：渡辺 勢子 先生(他1名)
(NPO法人日本予防医学療術協会認定ヨガインストラクター)

申込先 TEL：080-5529-7258

ベースカラー診断

1／17（木）2／21（木）3／7（木）

ベースカラー診断で、似合うカラーを
身につけると印象がアップ！！
うれしい運気アップのアドバイスつき。



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『NPO 法人色彩生涯教育協会』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

『旬菜ごはん』でおなじみの杉山先生がスタートさせる新しい和食中心のお料理教室です。

きょうのごはん

主催：杉山家の食卓
講師：杉山淳子先生

2/8（金）主婦向けコース

蒸したらのねぎだれ掛け
干し大根の醤油漬け
ほうれん草入り塩すいとん
小豆汁粉

時　間：10：30～13：00
定　員：10名
参加費：2,500 円
（今回特別価格）
持ち物：エプロン、
手拭タオル

男性向けコース（基本の料理）

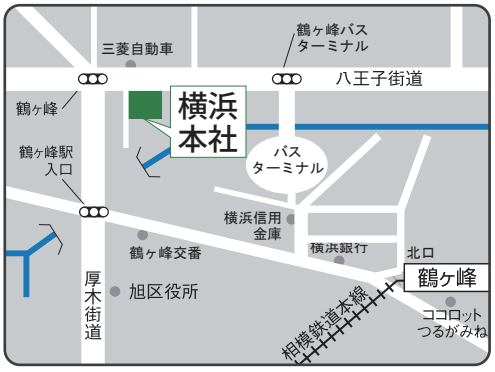
塩つくね
切干大根の煮物
豚汁
ご飯

時　間：14：00～16：30
定　員：10名
参加費：2,500 円（今回特別価格）
持ち物：エプロン、手拭タオル

申込先　TEL：080-3476-0870
メール：sugiyamakenosyokutaku@yahoo.co.jp

会場はココ！

シンサナミ横浜1階インフォプラザ
（旭区鶴ヶ峰2-5）045-952-1151



シンサナミ