



株式会社 シンサナミ

# インフォプラザからのご案内

3・4月

『くらしの“最適化”』をテーマに、手作り教室を応援します！  
(www.shinsanami.co.jp/)

## マツ先生の 世界の料理教室

3/17 木



予約受付中！(残席わずか)

応募者多数の場合は抽選になる場合がございます。

申込先：0120-800-373

担当：株)シンサナミ販促課

定員：12名

参加費：3,000円

時間：10:30～13:30

持ち物：エプロン・手拭タオル

講師：マシュー・サウス先生



## ニコラ先生の フランス料理教室

4/18 (月) 詳細はHPで♪

応募者多数の場合は抽選になる場合がございます。

予約受付中！(残席わずか)

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



## パン&お菓子教室

申込先 TEL: 090-1772-0551

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)

3/1(火) 応用コース  
ベルリーナ/パンオノア

3/7(月) 応用コース  
ピッツア/トマトパン

4/12(火) 応用コース  
ブリオッシュ・プチフランスパン



3/14(月) 特別講座

\*詳細はお問い合わせください。

応用コース

時間：10:30～13:30

参加費：2,700円(材料費込)

定員：6名

3/29(火) 春休み限定 親子パン教室

時間：10:30～12:30

参加費：1組 2,200円(材料費込)

追加1名 1,100円

定員：6組

\*持ち物：エプロン、お持帰り用袋



春の特別講座 ジャム・キャラメル講座

3/8(火) 15(火)

お持ち帰り1瓶付き♪

テーマは地産地消!

今宿の大塚さん家の夏みかんを使います。  
旬の果物を使った特別講座です。

時間：10:30～12:30

参加費：2,200円(材料費込)

定員：10名

\*持ち物：エプロン、お持帰り用袋

申込先 TEL: 080-1535-3244

講師：松浦 昭子 先生(製菓衛生士)

新講座スタートです! 4/15(金) 22(金)

## DECOクレイクラフト講座

DECOクレイクラフトとはソフトクレイという特別な粘土を使った新しいタイプの粘土工芸のことです。

申込先 TEL: 090-9678-3474

メール: hoolaulima@outlook.com

講師：濱中 聡子先生(DECOクレイクラフトアカデミー認定講師)



時間：10:30～12:30

参加費：ベーシックコース

2,500円

アドバンスコース

3,000円

(入会金・材料費別途)

\*詳細は先生にご確認ください。

定員：6名

おためし体験  
2時間  
2,500円

## 太極拳教室

毎週木曜日 ※祝日休 ※第5週休

時間：13:30～15:30

定員：10名

月会費：3000円

講師：田代 順三 先生

申込先 TEL: 080-1282-1123

(武田様方)



## ブティ講座

申込先 TEL: 090-1407-0099

メール: kamyuriboutis-hp@yahoo.co.jp



3/4(金) 5(土) 4/1(金) 2(土)

時間：10:30～16:00

参加費：12,000円/4回(材料費別)

\*作品により材料費、講習料は異なります

定員：4名

講師：神原 由理先生

kamyuri boutis(カミュリブティ)

初回体験教室  
3,500円  
(材料費込み)

## きょうのごはん

主催：杉山家の食卓 講師：杉山淳子先生

申込先 TEL: 070-6468-9479

何をどれだけ食べたらよいか生活改善メニュー! メール: sugiyamakenosyokutaku@yahoo.co.jp

3/24(木) 4群点数法まとめ

時間：10:30～13:30

定員：12名

参加費：2,700円

持ち物：エプロン、手拭タオル



## 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：1,500円(回数券割引あり)

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

(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

