



株式会社 シンサナミ

インフォプラザからのご案内

5・6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/)

くらしもっと快適にシンサナミ

# Re:Life day

5/14(土) 会場:シンサナミ横浜本社  
10時～16時



当日限りの  
大特価!

## マッパ先生の 世界の料理教室

5/26 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



6/27 (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。

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



## 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)

5/10(火) 基本コース

胚芽パン/ハンバーガーパンズ



5/17(火) 応用コース

ブリオッシュ・プチフランスパン



6/20(月) 応用コース

クーゲルホフ/カイザーゼンメル



5/16(月) 応用コース

グリッシーニ/チャパッタ



6/14(火) 基本コース

フォカッチャ/レーズンパン



6/21(火) 応用コース

ビエノア/クロワッサン



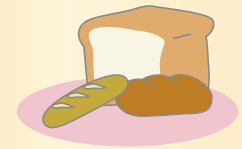
時間:10:30～13:30

参加費:2,200円(基本コース)

(材料費込) 2,700円(応用コース)

定員:6名

※持ち物:エプロン、お持帰り用袋



## 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



5/9(月) 5/28(土) 6/3(金)

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食生活改善メニュー! メール:sugiyamakenosyokutaku@yahoo.co.jp

6/23(木) 4群点数法まとめ



時間:10:30～13:00

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



## DECOクレイクラフト講座

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)

5/20(金) 27(金) 6/17(金) 24(金)

時間:10:30～12:30 参加費:ベーシックコース

定員:6名

※詳細は先生にご確認ください。

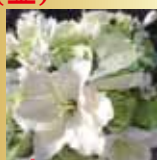
おたのしみ体験  
2時間  
3,500円

2,500円

アドバンスコース

3,000円

(入会金・材料費別途)



申込先 TEL:090-9678-3474 hoolaulima@outlook.com

新講座スタートです! 講師:曾田 明子先生

## 「お手軽漢方の健美講座」

6/7(火)

季節の漢方茶を飲みながら、気軽に漢方理論を学んでみませんか♪

時間:10:30～12:30

定員:10名

参加費:2,500円

申込先 TEL:090-2536-8812 akiko05170213@gmail.com

