

焼きたての香りに包まれて ぱんとおやつ小屋Haco*のシナモンロール

10/25 10:30 受講料 5,000円
～14:00 講師 ぱんとおやつ小屋Haco* 平山 亜希子

手ごね生地から広がるスパイスの香りと濃厚なクリームチーズのフロスティングをたっぷり乗せた贅沢なシナモンロールを作ります。
ぱんとおやつ小屋Haco*特製焼菓子(2種)のお土産付き。

メニュー シナモンロール(4コ)

(Instagram)
@haco...oyatsu

中村屋麴店に学ぶ 麴の手仕事 ～金山寺味噌～

11/12 13:30 受講料 5,000円
～16:00 講師 中村屋麴店 中村 真咲

清水町の老舗麴屋「中村屋麴店」の金山寺味噌の魅力体験できる講座です。麴屋さんがおススメする家庭でも取り入れやすい調理法も体験いただけます。
※金山寺味噌はお1人さまずつ込みます。

メニュー

- ・金山寺味噌(約300g)
- ・根菜の金山寺味噌グリル
- ・金山寺味噌を使ったサラダ仕立てや小鉢数種

(Instagram)
@nakamurayakouji

はじめてでも安心 カジュアルレッスン

管理栄養士監修メニュー

健康美食の秘訣 ～腸にやさしく整うレシピ～

10/13 11:00～13:30 受講料 4,000円
講師 管理栄養士 三輪 百合

“腸活”で毎日をもっと元気に！
初心者の方も安心。仕上り調理を体験いただく講座です。

メニュー 麻辣湯・蒸籠で自家製小籠包 蒸し野菜・黒胡麻プリン

手作りパンのあるしあわせな食卓 ～特別編～

12/10 10:30 受講料 3,500円
～13:30 講師 クッキングスタジオスタッフ

「特別編」では華やかなデニッシュパンを手軽に作ります。数種類の成形、フィリング作り、デコレーションを楽しめる内容です。事前に用意したデニッシュ生地を使用します。

メニュー デニッシュ(林檎・栗・苺・オレンジ他)

秋の味覚 さつまいもを味わおう

手作りパンのあるしあわせな食卓

11/6 10:30～13:30 受講料 3,000円
講師 クッキングスタジオスタッフ

富士山の恵みで育まれた三島甘藷と香ばしいナッツをたっぷり使った秋にぴったりのパンです。お1人さまずつ手ごねで生地を作ります。

メニュー 三島甘藷と木の実のエビ(3本)

箱根西麓三島野菜のお土産付き！

さつまいものミルクレープ

11/18 13:00～16:00 受講料 3,500円
講師 クッキングスタジオスタッフ

薄焼きクレープにさつまいも入りのクリームを重ねた、ボリュームたっぷり見た目も美しいミルクレープです。お1人さまずつ作ってまごとお持ち帰り。

メニュー さつまいものミルクレープ(直径約15cm)

【大】の【美】活【習】慣

ゆるヨガレッスンと食養生

11/28 11:00～13:00 受講料 4,000円
講師 健康リズムカウンセラー 中根 由理子
酸にすと和漢薬膳師 平野 菜月

美容と健康を意識したゆるヨガとランチセットになった講座です。詳しい内容は二次元コードよりご確認ください。

メニュー

- ✓ 美活ヨガ・マッサージ 20分
- ✓ ゆるヨガ・マッサージ 40分
- ✓ 休憩 10分
- ✓ ランチタイム 30分

箱根西麓三島野菜のお土産付き！

詳しくはコチラ▶

和菓子deアート 練り切り体験(一口お抹茶付き)

10/19 10:30～11:30 13:30～14:30 材料費 300円(1人1コ) 対象 どなたでも

※参加される時間内でご都合のよいお時間にお越しください。
※当日受け付け枠も若干ご用意しております。
※材料なくなり次第終了。

所要時間 10分程度 抽選講座

講師 大川 直美 栄養士 / 時短家事コーディネーター
ワラリスム・インストラクター

赤ちゃんに参加できる ママのための時短クック

10/20 12/16 10:30 受講料 2,500円(1組2～3名)
～12:00

最新コンロとスマートフォンを使った自動調理で2品作ります。できあがった料理はそのまま持ち帰って夕食で召し上がったいただけます。自動調理の時間を使って、赤ちゃんの体験エクササイズも体験できます。うれしいミニランチ付き

※パパや上のお子さまと一緒に参加される場合は、お申し込み時にお知らせください。

メニュー ビーフストロガノフ+1品

講師 谷村 由美 食育実践プランナー / 上級幼児食インストラクター
時短家事コーディネーター

世界に一つの手形クッキー クリスマスver.

12/23 10:30～12:00 受講料 1,500円(親子1組2～3名)
～15:30 クッキー1枚追加につき+1,000円

クッキー生地にお子さまの手形を押して、世界に一つのオリジナルクッキーを作りましょう。クッキー作りの記念に写真入りカードも作ります。

※作業を楽しんでいただくために、1歳以下のお子さまの場合は、抱っこひもやベビーカーをお持ちいただくことをおススメします。
※卵・乳・小麦使用

メニュー 手形クッキー(直径約18cm)

箱根西麓三島野菜のお土産付き！

1歳からの親子クッキング ～かぼちゃのハロウィンケーキ～

10/24 11:00 受講料 2,500円(1組2～3名)
～12:30

親子でおいしい野菜ケーキ作り、楽しい食体験で食への興味を育てましょう。子どもの苦手な食材を減らす工夫、栄養バランスを考えた幼児食作りのコツもご紹介いたします。

※卵・乳・小麦使用

メニュー かぼちゃのハロウィンケーキ(直径約15cm)

2歳からはじめよう こどもクッキング

12/15 10:30～12:00 受講料 2,000円(親子1組2名)
～12:00 1名追加につき+1,000円

五感を使ってはじめてのお料理にチャレンジ！食への興味を育てる講座です。皮むきをしたり、種をとったりして、野菜に触れてみよう！かわいいカラーの飾り付けも楽しみます。

※乳・小麦使用

メニュー ライオンさんのカラーライス
おやさいのスープ
バナナシャーベット

箱根西麓三島野菜のお土産付き！

みんな大好き 親子で作る焼きたてパン

10/11 10/12 10:30～13:00 受講料 3,000円(1組2名)1名追加につき+1,500円
講師 クッキングスタジオスタッフ

ハロウィンをテーマにした、コフてかわいいパンを作ろう！かぼちゃあんを入れた「おぼけのパン」とちくわを使った「ミイラのパン」の2種類を、成形からお楽しみいただきます。

メニュー おぼけのパン・ミイラのパン(お1人さま各1コ)
ハロウィンサラダ・スープ(試食のみ)

ほかほか！ どうぶつ中華まん

12/13 12/20 10:30～13:30 受講料 4,000円(1組2名)1名追加につき+2,000円
講師 クッキングスタジオスタッフ

寒い季節にうれしい中華まんを皮から手作り！かわいい動物の顔に仕上げます。ふっくら蒸したてをどうぞ！

メニュー ぶたの肉まん
うさぎのごまあんまん(お1人さま各1コ)
中華風コンソープ
ヨーグルトパフェ

親子で作ろう！ サンタクロースのケーキ

12/21 12/24 10:30～13:00 受講料 3,500円(1組2～3名)
講師 クッキングスタジオスタッフ

親子で手作りのクリスマスケーキに挑戦して、1台まるごとお持ち帰り。かわいい「サンタクロースのケーキ」を作ります。

※お子さま3名さままで同一料金です。

メニュー サンタクロースのケーキ(直径約18cm)
軽食付き

食のアップサイクル商品普及啓発イベント おいしく知ろう！食のアップサイクル

主催 (公財)静岡県産業振興財団 ウェルネス・フーズ産業支援センター
実施団体 静岡ガス株式会社 協力 生活協同組合ユーコープ

10/18 10:30～12:30 / 13:30～15:30 ※10/4(土)静岡市、10/7(火)浜州市でも開催予定。

会場 エネリアショールーム柿田川 講師 生活協同組合ユーコープ 組合員活動委員
クッキングスタジオスタッフ

環境にやさしく、人や社会への配慮にもつながる「エシカル消費」についておいしく学ぶイベントです。講義を聞きながら未利用食材の価値を高めて商品化した「アップサイクル食品」数種類を試食。「エコ・クッキング」調理実習では未利用食材を活用したつくりおきおかずを実習します。うれしいお土産付き。

お申し込み締切日 ▶ 9/20(土)

応募多数の場合は抽選となります。結果は当選・落選いずれの場合もお知らせします。
中部会場(静岡ガス エネリアショールーム静岡)以外の会場へのお問い合わせはご遠慮ください。
※「エコクッキング」は東京ガス株式会社登録商標です。

お電話からの申し込み・お問い合わせ 静岡ガス エネリアショールーム静岡 TEL.054-285-0267 営業時間 9:30～17:00(水曜定休)

QRコード

▲Webからの申し込みはこちら

エネリアキッズサークル エネリアキッズサークルに会員登録いただく^と無料で参加できます。

手形アートであそぼう

10/3 10/21 11/4 12/2 10:30～12:00

手形や足形アートを楽しみながら、子どもの成長を楽しく残そう！

申し込み不要

手形アートのテーマ

- ★ 10月▶ハロウィン
- ★ 11月▶紅葉
- ★ 12月▶クリスマス

世界でいちばんかわいい！ ハイハイレース

10/28 11/18 12/26 ①10:30～11:00 ②11:30～12:00

ハイハイレースに参加して今だけしか残さない思い出をつくらう！おじいちゃん、おばあちゃんも応援に来てね！参加賞の賞状付きです！

★ハイハイができる未歩行のお子さまとそのご家族が対象です。
★ハイハイを促すおもちゃの持ち込みOK！

先着順(申し込み)

季節の行事を楽しもう！ かわいい撮影会

10/10 11/14 12/12 10:30～12:00

ママがカメラマンになってお子さまを撮影します。ねんねの赤ちゃんの写真コーナーやアニバーサリーフォトグッズをご用意。とびきりの1枚を残そう。

撮影会のテーマ

- ★ 10月▶ハロウィン
- ★ 11月▶紅葉
- ★ 12月▶クリスマス

所要時間 15分程度

※手形アートとかわいい撮影会は申し込みは不要です。開催時間内にお越しください。

わくわく子育て応援フェスタ

日時 11/26 10:00～15:00

ママもパパも楽しく健康に...

みんなあつまれ！キッズプレイ！

時間 10:30～11:10(0歳～1歳)
11:30～12:10(1歳～3歳)
13:00～13:40(2歳～4歳)

協力 EQWEL チャイルドアカデミー

ベビー＆キッズのための特別な時間ををご用意しました。キッズプレイはコロコロとカラダを育む集いの場。知育遊びで楽しいひと時をお過ごしください。

プロカメラマンによる ベビー＆キッズ撮影会

時間 10:30～12:00
13:00～15:00

協力 Baby & Kid's 専用スタジオ
スタイリングルームOn.

今しか残せない大切な時間を写真に残しませんか？とおきのお表情をプロカメラマンが撮影します！

撮影データ(1家族さま1枚)は、スタイリングルームOn.の公式LINEから後日お送りします。
※撮影室はスタイリングルームOn. LINEアカウントを友だち追加していただきます。

耳つぼジュエリー

耳にあるつぼを刺激し、美容をサポートする、耳つぼジュエリーを試してみよう。

協力 ナチュライフ

ベビーヨガ

時間 毎時15分、45分
講師 JAHIA認定ベビーヨガ・マヨガイインストラクター 高橋 愛理

15分程度

地元野菜 de 健康スムージー

時間 毎時00分、20分、40分
講師 食育実践プランナー 谷村 由美

はたらくママ応援お仕事相談会

協力 静岡ガスリビング

お手軽美腸マッサージ

時間 毎時00分、30分
講師 健康リズムカウンセラー 中根 由理子

10分程度

キッズ＆ベビーはじめての英語体験

協力 SEIHA since 1985

手形アートであそぼう！

時間 10:00～12:00
13:00～15:00
講師 大川 直美

※手足を汚さずにスタンプできます。

★混雑時は入場整理券を配布します。
★イベントへの参加はアンケートに回答されたお客さまが対象です。
★写真・画像はイメージです。