



### エレガントなバラのトピアリー フラワーアレンジメント教室

9/4(水) 10:30~12:00

バラのドライフラワーを使ってエレガントなトピアリーを作ります。お部屋のインテリアや贈り物にぜひどうぞ♪

講師 花工房LEAF フラワーデザイナー 高橋 葉子 先生

参加費 1,500円 定員 12名

持ち物 エプロン・マチが広めの紙袋 (お持ち帰り用袋)

### ギタリスト・ファビオさん直伝!イタリア家庭の味 Fabioイタリア料理教室

9/5(木) 10:30~13:30

＊ブルスケッタ  
＊レンティッキエ・エ・サルシッチャ (レンズ豆とソーセージ)  
＊ポモドーリ・イン・ポルケッタ (焼きトマトローズマリー風味)

講師 ジャズギタリスト ファビオ・ポッタツツオ 先生

参加費 1,500円 定員 8名

持ち物 エプロン

### 秋のシンプル和食 よなご先生の料理教室

9/6(金) 10:30~13:30

＊栗ごはん  
＊秋刀魚のこっくり煮  
＊かきあえなます  
＊胡麻香るぜんざい

講師 Cooking Studio M 主宰 高橋 美奈子 先生

参加費 1,500円 定員 8名

持ち物 エプロン

### 紅茶のシフォンケーキ 米粉のたんたんまやつ教室

9/10(火) 10:30~12:30

米粉を使って香り高い紅茶のシフォンケーキを作ります。米粉ならふんわりしっとり仕上がります♪ ※おひとりスモールシフォン型1台お持ち帰り

講師 タカツカ農園 管理栄養士 高塚 利恵 先生

参加費 1,000円 定員 12名

持ち物 エプロン

### 心を育み、絆を深める ベビーマッサージ教室

9/12(木) 10:00~12:00

赤ちゃんの心・体・脳の発育を促すだけでなく、ママが赤ちゃんの気持ちや体調の変化を分かるようになるため、育児に自信とゆとりをもてるようになります。

講師 RTA認定ベビーマッサージ教室 & HUG(アンドハグ)代表 伊藤 晴奈 先生

参加費 1,000円 定員 8組

持ち物 ママと赤ちゃんの水分 バスタオル1枚 いつものおでかけセット

### 秋の訪れを感じる旬菜ごはん 野菜ソムリエの料理教室

9/13(金) 10:30~13:30

＊根菜の炊き込みごはん  
＊焼きサンマのレモンマリネ  
＊秋野菜のミネストローネ  
＊無花果のクラフティ

講師 日本野菜ソムリエ協会認定料理教室 「美bi・菜sai・果ka」主宰 野菜ソムリエプロ 原 早苗 先生

参加費 1,500円 定員 8名

持ち物 エプロン

9/15までに開催される教室は... お申し込み締め切り **8/24(土) 24:00迄** お電話でのお申込みは17:00迄

応募多数の抽選の上、当選された方の場合... **8/27(火)・8/28(水) 9:00~17:00**の間に順次ご連絡いたします

### 山野草を使った和風の寄せ植え ガーデニング教室

9/17(火) 13:30~15:00

山野草を使った和の雰囲気を感じる寄せ植えを作ります。風情ある日本の秋を楽しみましょう♪

講師 阿賀町芦沢高原ハーバルパーク管理責任者 中村 雅美 先生

参加費 2,000円 定員 12名

持ち物 エプロン

### 免疫力アップの自家製キムチの会 石澤先生の料理教室

9/19(木) 10:00~12:30

＊極ウマ豚キムチ  
＊簡単塩糍でナムル  
＊塩糍でわかめスープ  
＊バラのゼリー

講師 発酵専門料理教室 la vie en rose 主宰 石澤 清美 先生

参加費 1,500円 定員 8名

持ち物 エプロン

乳酸菌や食物繊維がたっぷり入ったキムチをお持ち帰りできます! (お一人様500g程度)

### つくりおきの極意を学びましょう! つくりまき料理教室

9/26(木) 10:30~13:30

つくりおきにおすすめのお料理をご紹介します  
＊さばのチーズ竜田揚げ  
ほかに副菜3品  
＊ご飯・お汁もの

講師 日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエプロ つくりおきマイスター 古川 浩子 先生

参加費 1,500円 定員 8名

持ち物 エプロン

9/16以降に開催される教室は... お申し込み **9/4(水)~9/7(土) 24:00迄** お電話でのお申込みは17:00迄

応募多数の抽選の上、当選された方の場合... **9/10(火)・9/11(水) 9:00~17:00**の間に順次ご連絡いたします

越後天然ガスは農林水産省が行っている「Let's! andごはんプロジェクト」に参加しています

「Let's! andごはんプロジェクト」とは、将来の食嗜好の骨格となる味覚が形成される子供のうちに和食の味や食べ方の体験の機会の増加を促し、和食文化の保護・継承につなげていくためのプロジェクトです。和食につながりを持つ関係者が官民協働で、子どもたちや忙しい子育て世代に、身近・手軽に健康的な「和ごはん」を食べる機会を増やしてもらうために取り組みを推進しています。

農林水産省 官民協働プロジェクト

### 保育サービスご利用ください

イベントに参加したいけど、お子さまがまだ小さいため、なかなか参加が難しい...。そんなお母さまたちも保育サービスで安心して教室を受講できます。

対象年齢 6ヶ月~未就学児  
料金 1人につき500円  
保育者 保育ヘルパー・マミーズ  
場所 建物工房すまいる2階

このマークが対象となります

### 今後の予定

新津ショールーム

- 10/8 園田先生の料理教室
- 10/9 中野先生の料理教室
- 10/15 プレンヌカフェタイム教室
- 10/17 ムッシュ料理教室
- 10/18 アートフラワー教室
- 10/23 アロマ&ビューティー教室
- 10/24 野股先生の料理教室
- 10/29 ガーデニング教室
- 10/30 フラワーアレンジメント教室

各教室へのお申込みはインターネットから

越後天然ガスイベント申込

<https://www.echiten-gas.co.jp>

電話でのお申込みも可能です (tel.0250-24-2171 / 日・祝除く 9:00~17:00)

### えちてんスクールのご案内方法が変わります

「えちてんスクール」をご案内していた新聞折込は今号が最後になります。ありがとうございました。料理教室やカルチャー教室の最新情報はホームページからご覧ください。

10月開催分の教室予定は9月第二火曜に更新されます

お申し込みは従来通りホームページまたはお電話にて受付いたします

◎キャンセル待ちをご希望の方は、教室お申込み時にお声がけください。◎留守番電話での当選連絡をご希望の方は、当選連絡の際に各ショールームへのお電話をお願いさせていただく場合がございます。  
※個人情報の取扱については各教室の開催目的以外に使用することは一切ございません。 ※定員に満たない場合、開催中止にさせていただきます。 ※写真はすべてイメージ画像です。実際のものとは異なる場合がございます。



ご無沙汰しているあのかたへ...

### 絵手紙教室

講師 日本絵手紙協会公認講師  
土田 正子 先生

参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン  
スパッタリング(霧吹き)技法で描く絵手紙。もみじやいちょうなど秋にちなんだものをひとり2~3枚描きます。



9/10(火)  
13:30~15:30

コンロの便利機能でできるおしゃれな家庭料理

### 園田先生の料理教室

講師 家庭料理教室さちこ主宰  
園田 幸子 先生

参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン  
\*鶏肉のノンフライ唐揚げ  
\*きゅうりとみょうがのお寿司  
\*冬瓜のカニあんかけ \*みたらし団子



唐揚げの調理にプレートパンを使います!



9/11(水)  
10:00~13:00

麺料理で体の中から秋バテ防止!

### 木伏先生の発酵食教室

講師 発酵食スペシャリスト 食育インストラクター  
木伏 ケイ子 先生

参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン  
\*むね肉の鶏ハム盛り合わせ  
\*夏野菜のスープ \*そうめんのジャージャー麺  
\*甘酒のトロピカルジュース



9/13(金)  
10:30~13:30

9/15までに開催される教室は...

お申し込み締め切り **8/24(土) 24:00迄**  
お電話でのお申込みは17:00迄

応募多数の場合は...抽選の上、当選された方だけに  
8/27(火)-8/28(水) 9:00~17:00の間に順次ご連絡いたします

あっという間に完成! 亀田織のトートバッグ

### 山本先生のミシン教室

講師 ミシンの友愛  
山本 美幸 先生

参加費 1,500円 定員 8名 持ち物 エプロン  
越後亀田織でトートバッグをミシンで作ります。キットを使い、わかりやすく説明。ミシンが苦手な方でもあっという間に完成。



9/18(水)  
10:30~12:00

芳醇な香り~逸品ごま豆腐をご家庭で

### 石本商店のごま豆腐教室

講師 石本商店 ゴマイスター  
大島 史也 先生

参加費 1,000円 定員 12名 持ち物 エプロン  
もちりつるん!いちど食べたらやみつき、石本商店のごま豆腐を店主直伝で教えます!  
※おひとり4個お持ち帰り



9/19(木)  
10:30~12:00

### パティシエが教える♪4色マドレーヌ プレナムカフェタイム教室

講師 Cafe Preine オーナーパティシエ  
齋藤 寛之 先生

参加費 1,500円 定員 8名 持ち物 エプロン  
基本のマドレーヌ生地をアレンジ!4種類(オレンジ、レモン、抹茶、ココア)のマドレーヌを作ります。※マドレーヌ4個お持ち帰り



9/20(金)  
10:30~13:00

メインからデザートまで!おとうふさんのヘルシーメニュー

### まめ工房いとうの料理教室

講師 まめ工房いとう 調理師 おとうふマイスター  
伊藤 玲子 先生

参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン  
\*おからのから寿司 \*油揚げチャブチエ  
\*おとうふナゲット \*おとうふパフェ



9/25(水)  
10:30~13:30

アンティークモダンな秋色の壁掛け

### アートフラワー教室

講師 b.ROOM\*(ブルーム)アートフラワーデザイナー  
菅原 恭子 先生

参加費 2,000円 定員 8名 持ち物 エプロン  
永遠のお花アートフラワーで秋の壁掛けを作ります。落ち着いた色味が秋にぴったりな、シックなアンティークカラーの壁掛けです。



9/26(木)  
13:30~15:00

9/16以降に開催される教室は...

お申し込み **9/4(水)~9/7(土) 24:00迄**  
お電話でのお申込みは17:00迄

応募多数の場合は...抽選の上、当選された方だけに  
9/10(火)-9/11(水) 9:00~17:00の間に順次ご連絡いたします

今後の  
予定  
五泉ショールーム

|                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 10/8 シフォンケーキ教室     | 10/23 Parfaiteお菓子教室 |
| 10/11 知花先生のカービング教室 | 10/29 みなこ先生の料理教室    |
| 10/16 山本先生のミシン教室   |                     |

各教室へのお申込みはインターネットから

越後天然ガスイベント申込

検索



<https://www.echiten-gas.co.jp>

電話でのお申込みも可能です

(tel.0250-43-6651/日・祝除く9:00~17:00)

えちてんスクールのご案内方法が変わります

「えちてんスクール」をご案内していた新聞折込は今号が最後になります。ありがとうございました。

料理教室やカルチャー教室の最新情報はホームページからご覧ください。

10月開催分の教室予定は9月第二火曜に更新されます

お申し込みは従来通りホームページまたはお電話にて受付いたします

◎キャンセル待ちをご希望の方は、教室お申込み時にお声がけください。 ◎留守番電話での当選連絡をご希望の方は、当選連絡の際に各ショールームへのお電話をお願いさせていただく場合がございます。

※個人情報の取扱については各教室の開催目的以外に使用することは一切ございません。 ※定員に満たない場合、開催中止にさせていただきます。 ※写真はすべてイメージ画像です。実際のものとは異なる場合がございます。



越後天然ガス

ECHIGO NATURAL GAS LTD.

五泉ショールームミライ

〒959-1824 五泉市吉沢2丁目1-27  
tel.0250-43-6651/9:00~17:00

新津ショールームの情報はウラ面で