



### 今日から私の自慢の一品 オニオングラタンスープ&バーニャカウダ FUNAYA料理教室

3/4 水 講師 FUNAYA 船木 博子 先生  
参加費 1,500円 定員 9名  
10:00~12:30 持ち物 エプロン

時間がかかるイメージのオニオングラタンスープ。短時間で甘味を出せるコツをレクチャーします!またバーニャカウダが食べやすくなる、ニンニクの下処理方法もお教えます♪



※写真はイメージです

### 韓流鍋でほかほか&春を感じる焼き菓子 みよこ先生の料理教室

3/6 金 講師 Cooking Studio M 料理教室 主宰 高橋 美奈子 先生  
参加費 1,500円 定員 8名  
10:30~13:30 持ち物 エプロン

\*コリアン水炊き~タッハンマリ  
\*ヤリイカと大根の煮つけ  
\*いちご桜のガトー



※写真はイメージです

### 手作りケチャップとふわとろオムライスの会 石澤先生の料理教室

3/10 火 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  
10:00~12:30 持ち物 エプロン

\*自家製ケチャップ(お持ち帰りあり)  
\*ふわとろオムライス(炊き込みピラフで作ります)  
\*甘酒ドレッシングのサラダ  
\*お味噌のチーズケーキ(試食のみ)



※写真はイメージです

### アレルギー・花粉症改善メニュー 中野先生の料理教室

3/11 水 講師 健康アドバイザー インナービューティーコンサルタント 中野 清美 先生  
参加費 1,500円 定員 8名  
10:30~13:30 持ち物 エプロン

\*レンコンと鶏団子の梅煮  
\*切り干し大根のマリネ  
\*昆布とアマランサスの佃煮 他  
※アマランサスとは栄養豊富な疑似雑穀で、スーパーフードとも言われています。



※写真はイメージです

### 春野菜たっぷり点心で飲茶ランチ 野菜ソムリエの料理教室

3/13 金 講師 日本野菜ソムリエ協会認定料理教室 「美bi・菜sai・果kai」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  
10:30~13:30 持ち物 エプロン

\*アスパラガスと鶏挽肉の春巻き  
\*春キャベツと海老の水餃子  
\*菜の花入り肉まん  
\*桜香る苺の杏仁豆腐



※写真はイメージです

### パティシエが教える♪本格シュー・ア・ラ・クレーム プレヌマカフェタイム教室

3/17 火 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  
10:00~13:00 持ち物 エプロン

定番スイーツ「シュークリーム」の成功のカギはシュー生地にあります!作り方から絞り方まで、失敗しないポイントをパティシエがすべてお教えします。※おひとり4個お持ち帰り



※写真はイメージです



### 心を育み、絆を深める ベビーマッサージ教室

3/19 水 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  
10:00~12:00 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

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、育児に対して自信とゆとりをもてるようにもなります。



※写真はイメージです

### 春の花いっぱいの寄せ植え作り ガーデニング教室

3/24 火 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 8名  
13:30~15:00 持ち物 エプロン

いよいよ春到来です!春は一年でもっとも花たちが輝く季節です。華やかな花たちが、次々と咲く様子を楽しめる寄せ植えを作りましょう♪



※写真はイメージです

### メインからデザートまで! おとうふやさんのヘルシーメニュー まめ工房いとうの料理教室

3/25 水 講師 まめ工房いとう 調理師とうふマイスター 伊藤 玲子 先生  
参加費 1,500円 定員 8名  
10:30~13:30 持ち物 エプロン

\*そば寿司  
\*きのこたっぷりあんかけステーキ  
\*おからサラダ  
\*家庭で作れる湯葉作り  
\*おとうふたっぷりチョコレートケーキ



※写真はイメージです

出来立て湯葉を体験できます



### 春のバスケットアレンジ♪ アートフラワー教室

3/26 木 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 12名  
13:30~15:00 持ち物 エプロン

永遠のお花アートフラワーで作るバスケットアレンジです。春色のお花をバスケットに詰め込んで、春の訪れを感じてみませんか?プレゼントにもおすすめです♪



※写真はイメージです

### LINEでも最新情報を配信しています



越後天然ガスのLINE公式アカウントでも各種教室やイベント情報を配信しています。下のQRコードを読み込んで画面中央の「追加」をタップします。お使いのスマホに最新情報をお届けします。



※ご利用するにはLINE登録が必要です

### 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・マニース  
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

- |                                 |                   |
|---------------------------------|-------------------|
| 4/1 アロマ&ビューティー教室                | 4/14 プレヌマカフェタイム教室 |
| 4/2 Fabioイタリア料理教室               | 4/21 ガーデニング教室     |
| 4/6 パン作り教室                      | 4/24 アートフラワー教室    |
| 4/7 園田先生の料理教室                   | 4/27 つくりおき料理教室    |
| 4/10 Chiroru式がまぐち作り教室(LINE会員限定) |                   |

えちてんスクール  
次回更新は...  
**3/3(火)**

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.0250-24-2171/日・祝除く9:00~17:00)



お申し込み締め切り

お電話 2/8(土) 17:00迄

インターネット 2/9(日) 24:00迄

応募多数の場合は...

抽選の上、当選された方だけに

2/13(木)・2/14(金)・2/15(土)

9:00~17:00の間に順次ご連絡いたします

◎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。ご了承ください。



越後天然ガス  
ECHIGO NATURAL GAS LTD.

新津ショールーム  
〒956-0031 新潟市秋葉区新津4473-1  
tel.0250-24-2171/9:00~17:00

五泉ショールーム 三ツ丁の情報はウラ面で



## なかばん先生の大人気中華まん教室 なかばんパン教室

3/4水

講師 なかばん  
中島 亜紗美 先生

10:00-13:00 参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン

昨年大好評の、ご家庭でできる中華まん教室です。  
肉あんとうまあんのうれしい2種類を各4個、8個お持ち帰りです!



※写真はイメージです

## コンロの機能をフル活用! ちょっとおしゃれな家庭料理 園田先生の料理教室

3/10火

講師 家庭料理教室さちこ主宰  
園田 幸子 先生

10:00-13:00 参加費 1,500円 定員 8名 持ち物 エプロン

\*鶏肉のチーズグリル \*チンゲン菜のクリーム煮  
\*じゃがいもと人参のバター蒸し煮 \*いちごのスフレロールケーキ



※写真はイメージです

## 春のアロマワックスオーナメント作り ゆるりナチュラルライフ教室

3/12木

講師 ゆるりナチュラルライフ主宰  
ナチュラルライフコーディネーター  
英国ITECアロマセラピスト  
溝口 美代子 先生

13:30-15:30 参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン

ミツロウのベースに春を感じるアロマとお花を入れて、素敵な  
香りのグッズを手作ります。製作している時間もまた、ゆるり  
とした癒しタイムです...



※写真はイメージです

## 工作感覚で楽しい! 英字新聞で「手作りエコバッグ」 Ribonnu布小物教室

3/13金

講師 Ribonnu  
藤田 絵里 先生

10:30-12:30 参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン

古新聞や包装紙でつくる人気のエコバッグ! ちょっとしたプレゼント  
もおしゃれに変身! お野菜の保管、ちょっとしたお買いものなど  
何かと使える便利なアイテムですよ★



※写真はイメージです  
当日は英字新聞を使います

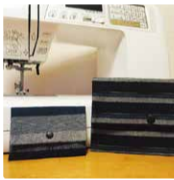
## 人気の亀田編で作る薄型小物入れ 山本先生のミシン教室

3/17火

講師 ミシンの友愛  
山本 美幸 先生

10:30-12:00 参加費 2,000円 定員 8名 持ち物 エプロン

話題の亀田編で、ちょっとした小物の整理にぴったりな通帳サイズ  
とカードサイズの小物入れ2品を作ります。ミシンが苦手な方でも  
あっという間に完成! バッグの中もスッキリ!



※写真はイメージです

## 「いま」をカタチに~手形足形で素敵な作品作り~ 手形アート教室

3/18水

講師 petapeta-art@手形アートインストラクター  
長谷川 恵子 先生

10:00-12:00 参加費 1,000円 定員 8組 持ち物 エプロン

動物モチーフの中から、手形足形で合計2つまでお選びいただけます。  
お子さまは3か月からOKです。 ※フレームはつきません



※写真はイメージです

## イギリスの伝統スコーン&濃厚プリン ASAHOのお菓子教室

3/19木

講師 洋菓子教室 CAMEL TEA 主宰  
木津 麻子 先生

10:30-12:00 参加費 1,500円 定員 8名 持ち物 エプロン

伝統的なレシピをもとにするイングリッシュスコーンです。本場  
のクロテッドクリーム風クリームもご紹介、先生特製の本格プリ  
ンと一緒にご試食ください。 ※スコーン直径6cm、お持ち帰りあり



※写真はイメージです

## つくりおきの極意を学びましょう! つくりおき料理教室

3/24火

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

10:30-13:30 参加費 1,000円 定員 8名 持ち物 エプロン

☆つくりおきにおすすめのお料理をご紹介します☆  
\*ししゃもの南蛮漬け ほか副菜3品 ごはん・汁もの



※写真はイメージです

## 気軽に普段着物 きものや絲のきもの教室<3回コース>

① 3/26木

講師 きものや絲  
太田 雅子 先生

参加費 3,000円 定員 5名 持ち物 なし

② 4/23木

「着付け」「帯結び」...ハードルの高そうな  
着物の世界をもっと身近なものにしません  
か? 3回コースで、基本から体験できます。  
※参加費は初回にいただきます

③ 5/21木

13:30-15:30



※写真はイメージです

### ホームページから 教室案内をご覧ください

越後天然ガスのホームページの右記  
のボタンよりお申込みできる教室を  
ご覧いただけます。  
ホームページより直接お申し込みする  
ことができます。

スマホの場合は...

パソコンの場合は...



ホームページから  
最新のチラシを  
ダウンロード  
できます

### 今後の予定 五泉ショールーム

- |                   |                     |
|-------------------|---------------------|
| 4/8 まめ工房いとうの料理教室  | 4/21 みなこ先生の料理教室     |
| 4/10 知花先生のカービング教室 | 4/22 絵手紙教室<3回コース>   |
| 4/14 シフォンケーキ教室    | 4/28 Withme! クラフト教室 |
| 4/16 野菜ソムリエの料理教室  | 4/30 フラワーアレンジメント教室  |

えちてんスクール  
次回更新は...  
3/3(火)

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)



お申し込み締め切り

お電話 2/8(土) 17:00迄

インターネット 2/9(日) 24:00迄

応募多数の場合は...

抽選の上、当選された方だけに

2/13(木)・2/14(金)・2/15(土)

9:00~17:00の間に順次ご連絡いたします

◎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。



越後天然ガス

ECHIGO NATURAL GAS LTD.

五泉ショールームミヨア

〒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