



ひまわりCooking・カルチャー教室 受講生大募集

【募集期間】
令和7年
6/20(金)
まで

ひまわり Cooking

- 定員／16名様 お子様連れでのご受講はご遠慮ください。
- 親子教室定員／8名様 ※小学生のお子様と保護者様の2人1組でお申込み下さい。
- 各メニューは予告なしに変更する場合がございます。

①楽しく作るお菓子

講師 製菓衛生師 **海地 春美**

開催日 **7/11(金)**

時間 **10:00～14:00**

受講料 **1,500円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- チーズケーキ
- アイス(その場でご試食あり)
- アメリカンクッキー

なるべく簡単にお菓子を作ってみましょう!



②手作りパン教室

講師 藤田雅代パン教室 **藤田 雅代**

開催日 **7/14(月)**

時間 **10:00～14:00**

受講料 **1,500円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- 大豆カレー風味パン
- うめあんパン

大豆のカレー味調理パンを作ってみましょう!



③親子でお菓子作りを楽しもう! 親子教室

講師 Aile Rapport(エール・ラポール) **柳 和哲**

開催日 **7/20(日)・9/14(日)**
※日付をお選びください

時間 **10:00～13:30**

受講料 **1,000円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- フィナンシェ
- マドレーヌ

100均で揃う!おうちで簡単フランス伝統菓子を作ろう!



④ニョッキにチャレンジ

講師 YIC調理製菓専門学校 **水津 深人**

開催日 **8/10(日)**

時間 **10:00～14:00**

受講料 **1,000円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- ジャガイモのニョッキ トマトソース
- ブルスケッ
- パナコッタ

ジャガイモがパスタに変身?
パスタの一種のニョッキと一緒に楽しく作りましょう!



⑤親子で手作りパン教室

講師 藤田雅代パン教室 **藤田 雅代**

開催日 **8/24(日)**

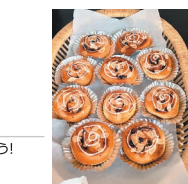
時間 **10:00～14:00**

受講料 **1,000円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- ピザ
- オレンジチョコブレッド

親子でピザ作りを楽しみましょう!



⑥お魚チャレンジ

講師 良り道 店主 専門調理師 **杉本 亮**

開催日 **8/30(土)**

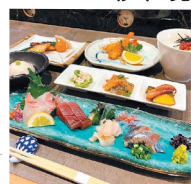
時間 **10:00～14:00**

受講料 **1,000円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- 鰯のお造り
- 玉子焼き

魚のさばき方を簡単丁寧に



⑦大人向けイタリアン

講師 ESOLA **明智 康孝**

開催日 **9/11(木)**

時間 **10:00～14:00**

受講料 **1,500円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- スープ
- クレームブリュレ

一手間でおいしく!なにより楽しい食事になるように!!



⑧北海道産の新そばを打って食べるそば打ち体験

講師 山口そば遊人会 会長 **阿部 進**

開催日 **9/28(日)**

時間 **10:00～13:30**

受講料 **1,500円** (1回分・食材費込)

予定メニュー

- おろしそば

新そばを自分で打って、食べて、感動を味わおう。



【開催期間】令和7年7月～令和7年9月

【開催場所】山口合同ガス(株)ショールーム「ひまわり館宇部」

- 応募者多数の場合は締切後抽選とさせていただきます。(当選結果は後日郵送にてご通知いたします。)
- 募集期間終了後でも定員に空きがあるコースは、随時先着順にてお申し込みを受け付けます。

詳しくは下記までお問い合わせください。

- 弊社・講師の都合により、日程・時間を変更する場合がございます。
- 日付・時間が複数あるコースはご希望の日時をお選びください。●写真はイメージです。

詳しくは、山口合同ガスホームページをご覧ください▶▶▶ [山口合同ガス](https://www.yamago-gas.co.jp/) [検索](https://www.yamago-gas.co.jp/) <https://www.yamago-gas.co.jp/>



カルチャー 教室

●ご希望の日時をお選び下さい。

①カービング体験 7月:フルーツ 8月:スープ 9月:りんご

講師 カービングアーティスト・調理師 **kotsu**

開催日 **フルーツ:7/6(日)・・・3,800円**
スープ:8/2(土)・・・2,200円
りんご:9/27(土)・・・1,300円

時間 **13:00～16:00**

定員 **フルーツ:8名 スープ・りんご:制限なし**

持参物 眼鏡(細かい作業のため、必要な方)、作品持ち帰り袋又は容器、カービングナイフ、エプロン、タオル

講座内容 どちらの体験も、夢中になれる楽しい一時間をお過ごしください。
※3日前～当日までの期間キャンセルされる場合は、出来上がった作品を後日ご購入いただきます。あらかじめご了承ください。お申し込みとご受講の間に、(フルーツ・りんごカービングに申し込んでおられ、お申し込みとしてお申し込みすることが出来ませんので、体験料分チケットをご購入いただき、次回ご利用ください。)

※写真は全てイメージです。実際などに入社の際で、実際の体験デザインとは異なります。



②美姿勢教室

講師 美容カイロプラクター
看護師/健康管理士 **伊澤 友美**

開催日 **7月～7(月)、14(月)、21(月)**
8月～4(月)、18(月)、25(月)
9月～8(月)、15(月)、22(月)

時間 **10:00～11:30** 定員 **各6名**

受講料 **各1,500円** (ボディコンローラー
バンドレンタル代込み)
月謝:3,000円

持参物 動きやすい服装、フェイスタオル、水分補給用の飲み物

講座内容 肩こり、猫背、腰痛などに悩んでいませんか?
骨格の歪みによって、不調や姿勢の崩れが起きます。
AI姿勢分析で骨格の歪みを知り、美姿勢を目指しましょう!



③Instagram運用講座

講師 ハンドメイド講師
Instagram運用アドバイザー **石原 潤子**

開催日 **7月～4(金)、18(金)**
8月～29(金)
9月～12(金)、26(金)

時間 **10:00～12:00**

受講料 **各3,000円** 定員 **各8名**

持参物 スマホ(機種は問いません)、筆記用具

講座内容 ご自身のお店やサービスのInstagram集客に必要な基礎的な考え方や技術が学べます。



④シャンソンダムール宇部教室

講師 シャンソン歌手 **片山 富子(大阪在住)**

開催日 **7/19(土)・8/23(土)・9/20(土)**

時間 **13:00～14:30** 定員 **各10名**

受講料 **各1,500円** (教材費込)

持参物 録音できる機器(スマホでも可)

講座内容 シャンソン・カンツォーネ・ラテン・映画音楽等
world musicを、月一新曲CD楽譜付きで勉強します。
音行は読めなくても大丈夫です!



⑤夏休み親子パン教室

講師 にしのパン教室 **西野 裕子**

開催日 **8/9(土)**

時間 **①10:00～12:00 ②13:00～15:00**
※ご希望時間をお選びください。

受講料 **3,000円** 定員 **親子8組**

持参物 エプロン、手拭きタオル、濡った保冷剤、保冷バケツ(お弁当サイズ)、持ち帰り容器・袋、飲み物

講座内容 かわいい白い犬のパンとお惣菜パンを作りましょう。お持ち帰りの復習用生地付き。ご自宅でも作りやすい方法を丁寧に伝えます!
※小児・乳児用 アレルギーのある方は必ずお知らせください、ご自身の責任の下でご参加ください。



⑥キャンドルレッスン

講師 キャンドルアーティスト*澤candle* **碧海 凛**

開催日 **①7/12(土)・・・Twinkleカラーcandle**
②7/17(木)・・・キラキラBIG(アロマキャンドル)
③8/9(土)・・・summer<まさん(アロマ)
④8/21(火)・・・(AM)Twinkleつるみ
⑤(RM)Twinkle+天体観測
⑥8/22(金)・・・(AM)summer<まさん(アロマ)
⑦(RM)Twinkle+天体観測
⑧9/13(土)・・・soyキャンドルcandle(アロマ)
7月9日～13:00～15:00
8月～10:30～12:30/13:00～15:00

受講料 **①Twinkleカラーcandle1,900円 ②キラキラBIG(アロマキャンドル)1,300円**
③summer<まさん(アロマ)1,700円 ④つるみcandle1,300円
⑤天体観測candle 1,300円 ⑥soyキャンドルcandle(アロマ)2,100円
⑦天体観測candle(8月)1,100円です(※追加で半体は上記価格です。)
定員 **7月9日～8名 (夏休み期間)8月～7組**(親子、友達、大人の方でも大歓迎です。)



お申込み方法

お電話・ご来館・弊社ホームページにて①お名前 ②ご住所 ③お電話番号 ④ご年齢 ⑤ご希望コースをご連絡ください。
※2名以上でのお申込みの場合は、それぞれの方の①～⑤をご連絡ください。 ※親子教室のお申込みは、お子様のお名前・学年もご連絡ください。

体験ハウス **ひまわり館宇部** ☎0836-31-0200

宇部市神原町二丁目6番72号 山口合同ガス(株)宇部支店1階 ■営業時間/9:00～17:00 ■休館日/火・水曜日



お申込み
お問い合わせ先