

# ヨンデンプラザ サンポートってどんなところ?

四国電力が運営するご家庭向けの電化PR施設です。  
充実した電化機器設備をいろんなシーンでお役立てください。



子育て世代のママシガーソングライターmimikaさんが

「ヨンデンプラザ・サンポート」をレポート!



動画の視聴はこちら▶



## 電化住宅をご検討中の方へのご提案の場として

オール電化の各種ご相談を承ります。  
最新のIHクッキングヒーターやエコキュートなど、実際の電化機器を  
展示、体験いただけますので、お気軽にお問い合わせください。



## 電気を“大切に、おトクに使う”を学んでいただく場として

ご自宅の最適な電気料金プランのご提案や、  
会員制Webサービス「よんでんコンシェルジュ」登録のお手伝いなど、  
電気に関するご相談にお応えします。



写真はイメージです。

## お申し込み・お問い合わせ (eメール、電話または店頭にて)

お申し込みの際、  
右記事項をお伝えください

- ①希望講座名(月2講座まで) ②名前・ふりがな ③年齢(学年)
- ④郵便番号・住所 ⑤電話番号(日中連絡がとれる番号)

※ **親子参加可** **親子限定** の場合は、  
受講される方全員のお名前・年齢をご記入  
ください。

### 注意事項

- 各講座、申し込み多数の際は抽選となります。当選者には申し込み締め切り後一週間以内にハガキにて通知させていただきます。(落選者へのお知らせはいたしませんので、予めご了承ください。)
  - 講座のお申し込みは、月に2回の講座までとさせていただきます。また、2名以上でお申し込みの場合は、お申し込みされる方すべての上記事項(①～⑤)をお伝えいただいたもののみ受け付けさせていただきます。
  - 館内の状況により、マスク着用のご協力をお願いする場合があります。
  - 有料講座のキャンセルにつきましては、開催日の7日前からは受講料全額をお支払いいただくこととなりますので、予めご了承ください。
- ※講座・イベントについてやむを得ず変更・中止となる場合がございます。

**休館日** 月曜日(祝日の場合は翌営業日) 年末年始(12月29日～1月3日)

**開館時間** 午前10時～午後6時

ヨンデン **プラザ** サンポート

〒760-0019  
高松市サンポート2番1号  
高松シンボルタワー タワー棟 1階

☐E-mail: plaza-sunport@yonden-yes.co.jp ☐フリーダイヤル: 0120-459-010

### ACCESS MAP



### 個人情報について

本お申し込みにより取得する個人情報(氏名・電話番号・住所等)は四国電力及び四電エナジーサービスが行う各種ご提案のほか、四電グループの各種商品・サービスに関する情報提供のために利用させていただきます。

本誌「ホッとぷらざ」は四国電力HPでも  
確認することができます。

四国電力イベント 検索

※検索結果の「電化イベント情報サイト | 四国電力株式会社」で確認いただけます。



ホッとぷらざ 2024年 9月号

ヨンデン **プラザ** サンポート

# 講座・イベント情報

【講師講座・料理】シェフや先生から料理を学ぼう!

有料

## IHを使ってフライパンで作る 魚介のパエリア



スペイン バレンシア地方の郷土料理パエリア♪  
魚介の旨味が米に染みこみ、贅沢な味わいです。  
彩り鮮やかに仕上げましょう!

BARdeDOMINGO

小亀 逸二 先生

申込  
締切日  
8/23

9/8日 受講料 1,000円/人  
10:30～13:00 定員 8名程度

## 1日の元気を作る朝ごはん



朝食こそたんぱく質をしっかり摂ることがキー  
ポイント!ご飯と旬の食材で、バランスの取れた  
簡単で美味しい朝食を作りましょう♪

香川短期大学 名誉教授  
香川県栄養士会 管理栄養士

松永 美恵子 先生

申込  
締切日  
9/4

9/19日 受講料 1,000円/人  
10:30～13:00 定員 12名程度

## オリーブ地鶏のフリカッセ (クリーム煮込み)



オリーブを飼料に健康に育った、ほのかな甘みと  
旨味の豊かなオリーブ地鶏をつかってクリーム  
煮込みを作りましょう。  
レストランの味をおうちで再現してみませんか!

全日本司厨士協会  
四国地方本部香川県本部 会長

原田 聡 先生

申込  
締切日  
9/12

9/27日 受講料 1,000円/人  
10:30～13:00 定員 12名程度

## IH簡単ラクッキング!



便利で簡単なIHの機能を使  
って楽しくクッキング!!  
省エネ調理のコツやお手入  
れ方法などもご紹介します。

パナソニックリビング  
中四国株式会社

清上 千佳子 先生

10/19日・20日

※いずれかの日を選び  
お申し込みください。

10:30～13:00

受講料 各回1,000円/人

定員 各回8名程度

申込締切日

<19日開催分>

10/4日

<20日開催分>

10/5日

## スイーツポテトパン



秋が旬のサツマイモとふんわり  
なめらかなカスタードクリーム  
を使って、ほっこりスイーツな  
パンを作りましょう♪

あがパン教室 講師

松久 景子 先生

申込  
締切日

10/26日

10:30～13:00

受講料 1,000円/人

定員 12名程度

お申し込み方法は裏面をご覧ください。

写真はイメージです。





【スタッフ講座・料理】

無料

さっぱり♪あじの香味和え



香味野菜で和えた、さっぱりとしたあじをIHクッキングヒーターで作みましょう。

申込締切日 8/20 8/30(金) 10:30~12:30 定員 4名程度

旬の魚で!焼き鯖寿司



旬の塩鯖を使った焼き鯖寿司を、グリルとIHクッキングヒーターで作みましょう。

申込締切日 8/27 9/7(土) 10:30~12:30 定員 4名程度

絶品!冷たい肉そば



甘辛く煮た豚肉と白ネギをたっぷりのせた冷たいお蕎麦を、IHクッキングヒーターで作ります。

申込締切日 9/1 9/12(木) 10:30~12:30 定員 4名程度

キャラメルバナナクレープ



IHクッキングヒーターでキャラメルソースとクレープ生地を作ってみませんか?

申込締切日 9/19 9/29(日) 10:30~12:30 定員 4名程度

バター醤油肉巻きチーズいもち&めんたいバゲット



バター醤油ソースを絡めた肉巻きチーズいもち、めんたいバゲットを、IHクッキングヒーターで作ります。

申込締切日 10/5 10/30(土) 10:30~12:30 定員 4名程度 9/23(月)

とろ〜り!お月見カレードリア



カレー粉から作るカレードリアをIHクッキングヒーターで作ります。

申込締切日 10/1 10/10(木) 10:30~12:30 定員 4名程度

IHでつくる料理講座について

※30分程度のエネルギーに関する講話があります。※掲載している料理画像や作品画像やイラストはイメージであり実際と異なる場合があります。※調理した食べ物の持ち帰りはご遠慮ください。※食物アレルギー対応はしておりませんのでご了承ください。

事前予約制

無料【IH調理体験】所要時間1時間程度

料理をしながらIHクッキングヒーターの良さを体感してみませんか?



●IHをご検討中の方、お申し込みをお待ちしております。

●料理を作っていたりながら、IHの特長をご説明いたします! 和食・洋食・中華からお選びいただけます。

事前予約制にて開催しております。

※体験希望日の3営業日前までに店頭またはお電話(0120-459-010)でご予約ください。なお、予約日時はご希望に添えない場合があります。

ご参加について 調理体験の前にアンケートにご記入いただけます。電化にした場合の光熱費シミュレーションや最適な料金プランのご提案の時間をいただきます。事前予約制で、1組4名1回限りさせていただきます。 ※当社都合によりやむを得ず延期させていただく場合があります。 ※食物アレルギー対応はしておりませんので、ご了承ください。

【講師講座 カルチャー】

カルチャー講座で生活を豊かに!

有料

薔薇のY字ロングネックレス



チェーンとマットカラーパールの組み合わせが優しく上品で、胸元を華やかにしてくれます!どなたでもご参加いただけます。一緒に心ときめくアクセサリー作りをしてみませんか?

Turning point 大西 晶子 先生 申込締切日 9/3 9/14(土) 10:30~12:30 受講料 1,700円/人 定員 6名程度

季節の苔玉作り



初心者のかたでも簡単に始められる、季節の苔玉作り。今回は好きな季節の植物を選んで苔玉を作ってみましょう!基本の育て方やお手入れ方法なども紹介します!

開那香房 苔玉インストラクター グリーン・ツーリズム インストラクター認定 橋本 佑介 先生 申込締切日 9/10 9/21(土) 10:30~12:30 受講料 1,500円/人 定員 8名程度

アロマを楽しむ! フラワーボックス&ハンドバーム



お好みの香料とお花で「アロマインテリヤキャンドル」と精油をブレンドして「ナチュラルハンドバーム」を作ります。香りに癒されながら楽しくアロマクラフトをしてみませんか?

Hug365 えみり 先生 申込締切日 10/1 10/14(月祝) 10:30~12:30 受講料 1,300円/人 定員 10名程度

消しゴム版画で秋色のランチョンマット



柔らかな消しゴムの板を彫って枯葉のスタンプを作ります。秋色のインクを付けて和紙に押し、華やかなランチョンマットが完成!お揃いのコースターも添えて、ランチタイムを楽しみましょう。インクや消しゴム板はお持ち帰りいただけます。ポストカードのプレゼント付きです。

消しゴム版画作家 大倉 朗人 先生 申込締切日 10/14 10/27(日) 10:30~12:30 受講料 1,500円/人 定員 8名程度

写真はイメージです。

【イベント】楽しめるイベントがいっぱい!

当日先着受付

無料



カラーサンドで 貝殻ボトル☆

ガラスボトルにカラーサンドや貝殻などを入れて夏らしいボトルの完成!

●先着:20名 ●対象:3歳以上中学生以下 (未成年者保護者同伴)

8/25(日) 11:00~13:00



手形アート☆ 敬老の日に贈ろう!

絵の具を手に塗り手形を作って、動物を描いたり、感謝のメッセージを書いて贈ろう!

※注意:手に絵の具を塗ります。体や服が汚れる場合があります。 ●先着:20名 ●対象:中学生以下 (未成年者保護者同伴)

9/15(日) 11:00~13:00

竹細工でガリガリトンボとかざぐるま♪



竹細工でおもちゃを作ろう! ガリガリトンボは棒をこすると頭の竹コブターが回りだすよ!かざぐるまは持って走ると羽がくるくるまわって楽しいよ!

●先着:25名 ●対象:中学生以下 (未成年者保護者同伴)

9/16(月祝) 10:30~12:30



キャンディカプセル キーホルダー☆

かわいいカプセルに棒付きキャンディやキラキラパーツ、シャカシャカパーツを入れてキーホルダーを作ろう!

※棒付きキャンディはおもちゃです。食べられません。 ●先着:20名 ●対象:中学生以下 (未成年者保護者同伴)

9/22(日祝) 11:00~13:00

イベントについて

※当日受付の開始時刻は、各イベント開始時刻の10分前からです。※定員に達した時点でイベントの受付を終了いたします。受付開始時刻前からお並びいただいている方にて定員に達している場合もございます。※来場アンケートに記入いただいた際の参加となります。※お子さま(未成年者)は保護者の方とご参加ください。※掲載している作品画像やイラスト等はイメージであり実際とは異なる場合があります。