

ヨンデンプラザ サ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ッターソングライターmimikaさんが「ヨンデンプラザ・サポート」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、実際の電化機器を見たり、触れたりできますので、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 (WEBから)

講座のお申し込み・お問い合わせはこちら



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く場合があります。

ヨンデンプラザ サポート 休館日 月曜日(祝日の場合は翌営業日) 月曜日(12月29日~1月3日) 年末年始(12月29日~1月3日)
〒760-0019 高松市サポート2番1号 高松シンボルタワー タワー棟1階 開館時間 午前10時~午後6時

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

本誌「ホットぷらざ」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。



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

苺のレアチーズケーキ



苺を混ぜ込んだ甘酸っぱさが美味しい可愛いピンク色のレアチーズケーキを作ります!

菓子工房ルーヴ パティシエ 野崎 内匠 先生

申込締切日 7/23

8/7 受講料 1,000円/人 定員 12名程度

楽しいそば打ち体験!



楽しい手打ちそば体験はいかがですか? 今年の夏は冷やし蕎麦で! 100%国産の蕎麦粉で作ります。

出前そば打ち 三ちゃん蕎麦 三谷 和幸 先生

申込締切日 8/7

8/22 受講料 1,000円/人 定員 8名程度

松原シェフがお送りする夏の絶品フレンチ



・スズキと海老のパート包み シェフが選び抜いた焼きレモン風味のソースで 香川の食材を使った料理。プロの味と技を学べばおもしろい! 今年も夏の定番のコンポートゼリー

高松国際ホテル 総料理長 松原 勉 先生

申込締切日 8/8

8/23 受講料 1,500円/人 定員 12名程度

免疫力UPの腸活レシピ 秋の食材を使ったポトフ



腸内には全身の7割もの免疫細胞が集まっています。腸を整えることで自律神経が整い、免疫力UPや適性体重の維持につながります。暑い夏をすごし、疲れた体のため、腸活に力を入れて秋から冬に向かって健康に過ごしましょう。

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 8/29

9/13 受講料 1,000円/人 定員 12名程度

ポピーレモンとボン・デ・カボチャ



レモンピールとヨーグルトとレーズンの入った爽やかなパンを作ります! 秋といえばカボチャ!お楽しみでボン・デ・カボチャも作ります!

くるみパン洋菓子教室 矢野 久美 先生

申込締切日 9/8

9/23 受講料 1,300円/人 定員 12名程度

スパゲッティ アッラプッタネスカ



メニュー 全国イタリア料理コンクール 優勝の津田シェフからパスタの美味しい調理法のコツを学びましょう!

オステリア楓 オーナーシェフ 津田 圭佑 先生

申込締切日 9/15

9/30 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

IHクッキングヒーターを使ってスタッフと料理しましょう!

無料

タコライス&バイクドポテト



簡単♪時短♪
タコライスを
作りましょう。

申込
締切日
7/19

7/29
10:30~12:30
定員 4名程度

青じそのコロッケ&オニオンスープ



青じその香りが
ふわっとする、
姫りんごのよう
な形のコロッケ
を揚げ物機能を使
って、手軽に
作りましょう♪

申込
締切日
7/20

7/31
10:30~12:30
定員 4名程度

親子でクッキング♪

手作りハンバーグのお子様ランチ&みかんのレアチーズケーキ



親子で一緒にお子様ランチ
とデザートを作りましょう。

親子限定
対象 小学生のお子様と保護者

申込
締切日
7/22

8/3
10:30~12:30
定員 4組8名程度

夏にさっぱり!大葉と梅のささみ棒餃子&焼きなす



カンタン棒餃子
と、IHグリルの自動
調理を使用して
焼きなすを作
りましょう。

申込
締切日
8/6

8/16
10:30~12:30
定員 4名程度

ピリ辛!豚カルピック&チヂミ



ピリ辛スープのクッ
パを、手軽にIHクッ
キングヒーターで作
ってみませんか?

申込
締切日
8/17

8/27
10:30~12:30
定員 4名程度

鮭・じゃがいも・きのこのグラタン&トマトと豆腐のカプレーゼ



IHグリルを使って、手軽にグラタンを
作りましょう♪

申込
締切日
8/25

9/4
10:30~12:30
定員 4名程度

手作りニョッキのクリームソース&トマトのグリル焼き



じゃがいもを使った手作り
ニョッキと、トマトの簡単副
菜を作りましょう。

申込
締切日
8/26

9/6
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?



- 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!
 - IHをご検討中の方、お申し込みをお待ちしております。
- 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、予約日時を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回答いただけます。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回限りと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。

有料

【講師講座】
カルチャー

カルチャー講座で生活を豊かに!

あなたに似合う色パーソナルカラー診断♪イエベorブルベ



大好評講座!自分に似合う色を見つけま
しょう♪パーソナルカラーを味方につけると
魅力に磨きがかかり印象美人に!洋服やコス
メを選ぶ楽しみが広がります。
はじめての方大歓迎です♪

美肌メイクカラーコンシェルジュ
古田 りか 先生

申込
締切日
7/18

8/2
10:30~12:30
受講料 500円/人
定員 8名程度

プロが伝授!崩れにくいベースメイクの作り方レッスン



ベースメイクの作り方、なかなか教えて
もらう機会ってないですよね。
少しの知識とコツで、小顔になれたり、
若返り...見た目も手ざわりもとに
かく軽い!くずれない!
今回は最適なベースメイクを作りあげ
るために肌の調子を整えるスキンケア
のコツもお伝えします。

JPM認定
パーソナルメイクアドバイザー
新川 みゆき 先生

申込
締切日
8/9

8/24
10:30~12:30
受講料 500円/人
定員 8名程度

マーブルソルベキャンドル



お好きな色を組み合わせ、本格
的なアロマキャンドルを作ります。
香りも数種類からお選びいただけ
ます。
香りに癒されながら、一緒にハンド
メイドを楽しみましょう♪
※作品は後日郵送いたします。

Hug365
えみり 先生

申込
締切日
8/23

9/7
10:30~12:30
受講料 2,000円/人
(送料込み)
定員 8名程度

パステルアート「お月見うさぎ」



パステルアートでお月見うさぎを描こう。
皆さんはお月様にどんなお願いをしたいですか。
そして誰とながめたいですか。
ころころとほろりとした秋のひとときを一緒
に過ごしませんか。

親子参加可
パステル和アート 正インストラクター
たなべ さやか 先生

申込
締切日
9/5

9/20
10:30~12:30
受講料 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

オリジナル風鈴を作ろう!



透明な風鈴にペンで絵
を描いたり、シールを
貼って、自分だけの風鈴
を作ってみよう。

●先着:20名
●対象:年齢制限なし
(未成年者保護者同伴)

7/21
11:00~13:00

デコレーション!自分だけのクリアバッグ



クリアバッグを
ビーズやスパン
コールなどで、デ
コレーションして
自分だけのバッグ
を作りましょう!

●先着:20名
●対象:年齢制限なし
(未成年者保護者同伴)

8/16
13:30~
15:30

くるくる☆シャボン玉スティック



くるくる回すとまるで
シャボン玉♪
オーロラシートを使
って不思議なスティック
を作ろう!

●先着:20名
●対象:中学生以下
(未成年者保護者同伴)

8/17
13:30~15:30

実験しよう!たたくと冷える!冷却パック



実験キットを使って、たたくと冷える冷
却パックを作ろう!袋に絵を描いてオリ
ジナルの冷却パックの出来上がり!

●先着:20名
●対象:年齢制限なし(未成年者保護者同伴)

8/24
11:00~13:00

つなげて楽しい!ビーズブレスレット、ストラップ作り☆



お花や星のビーズをつなげて可愛
いブレスレットやストラップを作
ってね!
※ブレスレットかストラップ
どちらか1つ作れます。

●先着:20名
●対象:中学生以下
(未成年者保護者同伴)

8/31
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定員に達している場合もございます。※来場アンケートに回答いただいている参加となります。※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。