

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ガーソングライター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・お問合せはこちら

注意事項

- 各講座、お申し込み多数の際は抽選となります。当選者にはお申し込み締め切り後一週間以内にメールにて通知させていただきます。(落選の場合はお知らせはいたしませんので、予めご了承ください。)
- @yonden-yes.co.jpドメインのメールを受信できるように、迷惑メール設定から解除、もしくは受信設定をしていただくようお願いいたします。
- 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。
- 講座のお申し込みは、1ヵ月(1日～月末)に2回の講座までとさせていただきます。
- 2名以上のグループでのお申し込みの場合も、**必ずお1人様毎**にお申し込みをお願いいたします。なお、グループの代表の方は、フリー入力欄に「グループ申し込み希望」と「ご参加希望者全員のお名前」をご入力をお願いいたします。
- 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。
- 親子参加可** **親子限定** の講座の場合は、受講される方全員のお名前・年齢をフリー入力欄にご入力をお願いします。
- 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。



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
〒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
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

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

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 2025年 9月号

ヨンデンプラザ サポート

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

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土 受講料 1,000円/人
10:30～13:00 定員 12名程度

ポピーレモンと ポン・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しょう！
秋といえばカボチャ！お楽しみでポン・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火 受講料 1,300円/人
10:30～13:00 定員 12名程度

スパゲッティー アッラブッタネスカ



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！
・スパゲッティー
・アッラブッタネスカ
・バニラ風味のパンナコッタ
イチジクのコンポートを添えて

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水 受講料 1,000円/人
10:30～13:00 定員 12名程度

初開催!!

讃岐を味わう中華



新鮮な香川県産の食材を使って素材の味を活かした中華料理を作りましょう！

メニュー
・黒酢の酢豚
・海老とフレッシュトマトと炒り卵のあっさり炒め

中華料理 桂花

大野 桂一 先生

申込
締切日
9/22

10/7水 受講料 1,200円/人
10:30～13:00 定員 12名程度

ブルーベリー キャラメルスパイスケーキ



ブルーベリーをキャラメルソースでからめ、生地にソースごとどっさり混ぜ込んだ風味豊かな大人ケーキ。ひとくち食べると香ばしさとほろ苦が広がって、後追いのブルーベリー酸味がほんのりやってきます。シナモンとナツメグ、豆乳クリームバターを使います。

ルタンド・イクノ

IKUNO 先生

申込
締切日
10/10

10/25土 受講料 1,200円/人
10:30～13:00 定員 12名程度

真鯛のポワレ プロヴァンス風



フランス南東部のプロヴァンス地方の料理。真鯛をポワレし、ニンニク、トマト、オリーブオイルを使ったソースを添えます。

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
10/14

10/29水 受講料 1,000円/人
10:30～13:00 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



ピリ辛! 豚カルピクッパ&チヂミ

ピリ辛スープのクッパとチヂミを、IHの便利機能を使って、お手軽に作ってみませんか?

8/27水 10:30~12:30 定員 4名程度 申込締切日 8/17日



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IHのグリル機能を使ったトマトの簡単副菜を作りましょう。

9/6土 10:30~12:30 定員 4名程度 申込締切日 8/26火



海老とカマンベールのアヒージョ

IHの機能で温度管理をおまかせ。簡単アヒージョと、グリル機能で付け合わせのバゲットも作りましょう。

9/28日 10:30~12:30 定員 4名程度 申込締切日 9/18木

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?



- 料理を作っていただきながら、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回答いただきます。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

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土

9/7日 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。ころがほっとなるやさしい秋のひとときを一緒にしませんか。

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金

9/20土 10:30~12:30 受講料 500円/人 定員 8名程度

ウェルカムボード



ポット型のウッドボードに秋色のプリザーブドフラワーで可愛いウェルカムボードを作ります。

花ASOBI 須崎 志保先生 申込締切日 9/24水

10/9木 10:30~12:30 受講料 2,000円/人 定員 8名程度

※サイズ 約17cm×19cm ※資材の色柄は一部変更する場合があります。

ガラスのキラキラサンキャッチャー作り



様々なガラスパーツをUVレジンに閉じ込めて、キラキラ光るインテリアアイテムのサンキャッチャーを作りましょう。

※UVレジンを使用しますので、有機溶剤アレルギーのある方はお控えください。 ※各自でマスクをご準備ください。

親子参加可

ガラス工房 Glass Tai.m 金子 まゆみ先生 申込締切日 10/11土

10/26日 13:00~15:00 受講料 1,000円/人 定員 8名程度

※サイズ 約縦12cm×横12cm

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

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日 11:00~13:00

つながて楽しい! 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日 11:00~13:00

GET! ビッグサイコロを振って景品をもらおう!



大きなサイコロを振って出た目に応じたお菓子や日用品の景品がもらえるよ。家族みんなで盛り上がりよう!

●先着:20名 ●対象:年齢制限なし(未成年者保護者同伴)

9/20土 13:00~15:00 9/21日 11:00~13:00

自分だけの水族館☆オーシャンスノードーム



キットを使って簡単にお魚のスノードームが作れるよ。

●先着:20名 ●対象:中学生以下(未成年者保護者同伴)

9/27土 13:00~15:00

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。