

富士見 / 志木 / 朝霞 / 川口・鳩ヶ谷

ご予約
不要

エプロン
不要

三角巾
不要

プチ・クッキング

お持ち帰り
できます!

2019年4月より各店舗のプチ・クッキング受講料を改定させていただきます。詳しくは、裏面をご覧ください。

○ プチフラム富士見

受講料
¥350(税込)

さくら餡チーズクリームのパチケーキ(6コ)

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 定休日	7	8	9
10	11	12	13 定休日	14	15	16
17	18	19	20 定休日	21	22	23
24	25	26	27 定休日	28	29	30
31						



○ プチフラム志木

受講料
¥350(税込)

爽やかいちごのロールケーキ(25cm1本)

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 定休日	7	8	9
10	11	12	13 定休日	14	15	16
17	18	19	20 定休日	21	22	23
24	25	26	27 定休日	28	29	30
31						



○ プチフラム朝霞

受講料
¥350(税込)

桜のブッセ(約6cm×6個)

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 定休日	7	8	9
10	11	12	13 定休日	14	15	16
17	18	19	20 定休日	21	22	23
24	25	26	27 定休日	28	29	30
31						



○ プチフラム川口・鳩ヶ谷

受講料
¥350(税込)

いちごみるくロール(15cm)&プリン(アルミパウンド型5)

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 定休日	7	8	9
10	11	12	13 定休日	14	15	16
17	18	19	20 定休日	21	22	23
24	25	26	27 定休日	28	29	30
31						



○…全日開催 △…講座終了後開催(10:00から受付開始) ×…開催なし ※…お問い合わせください。

(注)予告なく開催が中止する場合がございます。事前にお電話・ホームページでご確認ください。

♡アレルギー表示は各店舗にご確認ください。♡受講料は開催月・期間などで変動いたします。
♡保冷剤・保冷バックの用意はございません。必要な方はご持参ください。 ※掲載の写真及びレシピ(ホームページを含む)の無断転用はご遠慮願います。

<対象について>

・中学生以上お1人様1セット。1日1回限りとさせていただきます。

<受付方法について>

・受付開始時間は各店舗、日程等により異なります。

・受付順にご案内となります。

・必ず受講される方ご本人様が受付を行ってください。代理の方の受付は出来かねます。

・グループ(2名様以上)で受講希望の方は、皆様お揃いになるまでは次の方が優先されます。

・【富士見】・【朝霞】・【川口・鳩ヶ谷】 受付最終時刻は15時50分です。

・【志木】 受付最終時刻は18時です。(夜講座開催日は14時30分又は15時です。)

<その他>

・イベント開催時及び他のお客様が調理台を使用している場合は、お待ちいただく場合がございます。

・予告なく開催を中止する場合がございます。事前にお電話・ホームページ・店内看板等でご確認ください。

DAITOでんきご利用のお客さま必見!

プチ・クッキング

予約制度をご存知ですか?

【対象】DAITOでんき新規ご加入者さま、および既にDAITOでんきをご利用いただいているお客さま限定!

大人気のプチ・クッキングがご予約いただけます!!

期間中、各店舗1回ずつご予約が可能です。(ご希望のお日にちの2営業日前までにご予約ください。)この機会に是非ご検討ください。

開催期間

3月3日(日)~3月31日(木)まで

2019年

【予約開始日: 3月1日(金) 予約終了日: 3月29日(金)】

新しくDAITOでんきにお申込みいただくお客さま

・直接ご来店いただきDAITOでんきへのお申し込みの上、ご予約下さい。DAITOでんきへのお申し込みには、現在ご利用の電気の検針票が必要となります。必ずご持参ください。

DAITOでんきをご利用のお客さま

・お電話または直接ご来店いただきご予約下さい。ご予約をされるお客さまはご予約時DAITOでんきのご利用確認をさせていただきます。

※ご予約は先着順となるためお申し込み状況によりご希望のお日にちにご予約が取れない可能性があります。予めご了承願います。
※本制度は、プチフラム4店舗にて同時開催しておりますが、ご予約できる開催日時やメニューは店舗により異なります。
※当日キャンセルした場合、当月の予約はお取りできません。

カルチャー



No.F0302

フラワーアレンジメント

ドライフラワーのリース

3月8日は『ミモザの日』にちなんで、ドライフラワーのミモザとバラで可愛いリースを作ります。初めての方でも簡単にできます。※仕入れにより花材は変更になる場合があります。

日時 3月2日(土) 10:30~12:30 **定員** 10名
対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。
講師 吉田 明美 **受講料** ¥3,200(税込)
申込期限 2月20日(水)

親子



No.F0303a/F0303b

親子スイーツ

3色シフォン(15cm)

麦餅色の3色シフォンケーキを親子で作ります。ふわふわの食感がたまらない美味しさ♪ひな祭りパーティーのデザートにどうぞ!

日時 3月3日(日) a:10:30~12:30
 b:14:00~16:00
対象 保護者1名とお子様3名まで
 ※3歳以上小学生以下
定員 12組 **講師** プチプラムスタッフ
受講料 ¥350(税込) **申込期限** 2月21日(木)

パン



No.F0307

パン+One

フルーツミルフィーユ/オニオングラタンスープ

ドライフルーツたっぷり、生地と具材を重ねてミルフィーユにした大型パンの紹介。+Oneはとろとろオニオンとチーズの組み合わせのオニオングラタンスープです。

日時 3月7日(木) 10:30~14:00
対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。 **定員** 20名
講師 岡本 潤子 **受講料** ¥1,000(税込)
申込期限 2月25日(月)

料理



No.F0308

中華の極み

大海老のえびチリ/塩卵入りあんまん
 花巻パン/中華スープ

食卓に出番が多い『えびチリ』をプロに学んで本格中華に仕上げます!プリプリの大海老で食べごたえも満点ですよ。

日時 3月8日(金) 10:30~13:30
対象 大人 **定員** 20名
講師 川村 進 **受講料** ¥1,200(税込)
申込期限 2月26日(火)

料理



No.F0310

リストランテ幸

昔ながらの定番ナポリタン/ポーチドエッグのせ
 ジューシーバーグ/春のフルーツサラダ/
 グリーンスムージー/旬の豆スープ

★ワンプレートカフェメニュー★おしゃれて美味しくて華やかな洋食をプロに教わるリッチな講座です。

日時 3月10日(日) 10:30~13:30
対象 大人 **定員** 20名
講師 斉藤 幸四郎 **受講料** ¥1,500(税込)
申込期限 2月28日(木)

料理



No.F0314

オモニの食卓

海老チーズフォンデュ/野菜スティックとコロコロ
 パン添え/豆腐のさっぱりあえ物/シレギスープ
 (干し野菜のスープ)

チーズタッカルビの次はコリアンタウンで人気の海老チーズフォンデュを作りますか。トロトロですよ。

日時 3月14日(木) 10:30~13:30
対象 大人 **定員** 20名
講師 橋本 ひとみ **受講料** ¥1,500(税込)
申込期限 3月4日(月)



Event

大人気! イベント情報♪

事前のお申し込み不要



ひな祭り

さくら汁粉

ひな祭りにぴったりの春らしい色合いのさくら餡のお汁粉を配りますよ!甘くておいしいお汁粉をお召上がりください。

日時 3月3日(日)10:30~13:00
対象 お一人様からどうぞ。ただし小学生以下は保護者同伴※無くなり次第終了
定員 30名 **受講料** 無料



POLAさんの無料 ハンドマッサージ開催

日時 3月7日(木)・14日(木)
 11:00~13:00
 ※都合により、日程が変更となる場合がございます。

受講料 無料

所要時間
約5分



キッチンコンサート

箏曲/邦楽アンサンブル奏SO

一年を通していろいろなジャンルの生演奏をお楽しみください。※演奏内容・日程は予告なしに変更する場合がございますのでご了承下さい。

日時 3月17日(日) 11:00~12:00
 ※開演10分前には、お集まり下さい。
定員 30名 **受講料** 無料



春のおやつ

いちごみるくのマフィン(3コ)

フレッシュいちごを使ったマフィン。ミルクの甘さといちごのほんのり酸味が絶妙な美味しさです。春らしいかんたん★おやつを作りましょう。

日時 3月24日(日)10:30~15:00
対象 大人。お子様の同伴 **定員** 30組
 可能です。1組1セット。
受講料 無料 **講師** プチプラムスタッフ



No.F0315

美的野菜

サバとマッシュルームのトマト煮/
茹で野菜～サバソース～/
サバと白菜のスパゲティ

まだまだ続くサバ人気!! 食べたいときにすぐ手に入り、骨まで食べられて健康にもよいサバ缶(水煮・味噌煮・醤油煮)を全てのメニューに使用。サバ料理のレパートリーが広がりますよ。

日時 **3月15日(金) 10:30～13:00**

対象 大人 定員 20名

講師 叶野 英里 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月5日(火)



No.F0316

オレの厨房

宮保明蝦(海老の四川風辛味炒め)/
青梗菜のオイスターソース炒め

男性だけの料理教室。ピリ辛が食欲をそそる四川の中華料理を作ります。初めての方もお気軽にお申込みください。

日時 **3月16日(土) 10:30～13:00**

対象 大人(男性) 定員 20名

講師 川口 淑恵 受講料 ¥1,000(税込)

申込期限 3月6日(水)



No.F0317

なりきりコックさん

海老カツバーガー/
揚げないシャカポテト/春野菜のスープ/
イチゴのケーキ

春のバーガーランチをお子様2食分作ります♪保護者の方は13時にご来店ください。※受付と開催前説明は必ず保護者同伴でお願いします。

日時 **3月17日(日) 10:30～14:00**

対象 小学生 定員 12名

講師 木村 倫代 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月7日(木)



No.F0319

フラワーアレンジメント

春色のアレンジメント

春のイメージの花々で作る明るく可愛らしい印象のアレンジメントです。美しさ長持ちのブリザードフラワーやアーティフィシャルフラワーを使用します。初心者の方も素敵に完成できますよ♪イメージ写真は、昨年のお教室の作品です。今年のデザインもお楽しみに!

日時 **3月19日(火) 10:30～12:30**

対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。 定員 12名

講師 仲村 有希子 受講料 ¥3,500(税込)

申込期限 3月9日(土)



No.F0325

Let's try

ミステリーメニュー
※炊飯機能、温度調節機能、グリル調理などを使います

ガスコンロの便利機能をフル活用! そろそろ買い替えを検討中。買ったけどイマイチ使いこなせてないかも? という方にピッタリですよ。

日時 **3月25日(月) 11:00～13:30**

対象 大人 ※キッズスペースはございません 定員 12名

講師 プチプラムスタッフ 受講料 ¥350(税込)

申込期限 3月15日(金)



No.F0326

荻パン工房

生食パン(手仕込みパウンド型2本)/
トマトとオリーブのパン(機械仕込み3個)

生クリームで仕込むふんわり生食パンと、トマトジュースで仕込むオリーブのパンを作ります。

日時 **3月26日(火) 10:30～14:00**

対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。
※大東ガスをご利用のお客様に限り。ただし定員に満たない場合は、対象外の方も抽選のうえご参加いただけます。

定員 20名 受講料 ¥1,000(税込)

講師 荻山 和也 申込期限 3月16日(土)



No.F0329

荻パン工房 アンコール

モカクリームロール(手仕込み6個)/
コーンパン(機械仕込み3個)

2017年に人気がありすぎたリクエストメニュー♪ クリームチーズとインスタントコーヒーで作ったペーストを生地に巻き込んで成形する大人の菓子パンと、ホールコーンをたっぷりとし地に練り込んだパンです。

日時 **3月29日(金) 10:30～14:00**

対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。 定員 20名

講師 荻山 和也 受講料 ¥1,000(税込)

申込期限 3月19日(火)

DAI TO GAS 大東ガス プチプラム 富士見

〒354-0018 埼玉県富士見市西みずほ台1-2-7

★東武東上線「みずほ台駅」西口徒歩2分

TEL 049-268-5525 P 有り

営業時間 10時～18時
定休日 水曜日(祝日の場合は翌平日)

キッズスペースご利用可能な教室もあります。
お申込み時にお子様の年齢・性別・人数をお知らせ下さい。

大東ガス プチプラム 富士見

岩盤房 きらくさん
ファミリーマートさん
中国料理 彩花さん
松屋さん

254 川越街道

3月 ※講座スケジュール No. 2019

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 No.F0302
3 No.F0303ab	4	5	6 定休日	7 No.F0307	8 No.F0308	9
10 No.F0310	11	12	13 定休日	14 No.F0314	15 No.F0315	16 No.F0316
17 No.F0317	18	19 No.F0319	20 定休日	21	22	23
24	25 No.F0325	26 No.F0326	27 定休日	28	29 No.F0329	30
31						

料理



No. S0303

かわごえ直子の料理エトセトラ

彩いなり寿司SPRING太巻き/
レシピがなくてもできる茶碗蒸し/
春さくら(桜と桃のデザート)

太巻きの巻き方、お寿司の綺麗な仕上げ方、茶碗蒸しの基本を伝授。

日時 3月3日(日) 10:30~13:30
対象 大人 **講師** かわごえ 直子
定員 8名 **受講料** ¥1,500(税込)
申込期限 2月21日(木)

カルチャー



No. S0305

『HANA*クラフト時間』

アーティフィシャルフラワーの
コサージュ2種

アーティフィシャルフラワーのコサージュを2つ作ります。シンプルでお洒落な色合いなので色々な使い方で楽しめますよ。

日時 3月5日(火) 11:00~12:30
対象 大人(女性) **定員** 10名
講師 福田 知美 **受講料** ¥3,500(税込)
申込期限 2月23日(土)

パン



No. S0307

ヘルシーパン工房

天然酵母の全粒粉入り
フォカッチャ/桜のクッキー/
春野菜のスープ

お花見や春のお出掛けにおすすめのフォカッチャサンド。クッキーはプレゼント用にラッピングをします。

日時 3月7日(木) 10:30~14:00
対象 大人(女性) **定員** 8名
講師 嶋嶋 廣美
受講料 ¥1,500(税込)
申込期限 2月25日(月)

料理



No. S0308a/S0308b

楽うま和食塾

クリームチーズと明太子の卵焼き/
菜の花と鶏肉の蜂蜜炒め/鯖の
タルタル焼き/マカロニサラダ/
白菜ちりめん混ぜご飯

人気の楽うま和食。今回は春のお弁当メニューです。手軽に作れて美味しいそしてお弁当メニューは冷めても美味しい!!

日時 3月8日(金) a:10:30~13:30 b:18:30~20:30
対象 大人 **講師** 高井 英克
定員 8名 **受講料** ¥2,000(税込)
申込期限 2月26日(火)

料理



No. S0309/S0322b

家庭で楽しめる料亭の味

海老の押し寿司/春野菜の煮物/
旬の魚の菜種焼き/汁物

本格的な和食を家庭でも味わえる料理長の講座です。いつもの家庭料理をワンランクアップさせてみましょう。

日時 S0309: 3月9日(土) 10:30~13:30
S0322b: 3月22日(金) 18:30~20:30
対象 大人 **講師** 石井 雅比呂
定員 8名 **受講料** ¥1,800(税込)
申込期限 S0309:2月27日(水)
S0322b:3月12日(火)

食育



No. S0311

子育てママ・パパのための料理教室

鶏飯ピビンバ~コク旨スープ添え/
トマト鯖じゃが/丸ごとオレンジジュレ

鹿児島県の郷土料理「鶏飯」は、給食でも人気のメニューをアレンジしてご紹介。鶏肉、野菜を混ぜて、最後は美味しい出汁をかけていただきます。栄養たっぷり、見た目も華やかで家族も喜ぶメニューです。

日時 3月11日(月) **定員** 8名 10:30~13:30
対象 志木市在住の3~4歳の園児を持つ保護者
講師 かわごえ 直子 **受講料** ¥1,500(税込)
申込期限 3月1日(金)

スイーツ



No. S0312

お菓子のサロン

桜のマカロン/
抹茶のマカロン

2種類のマカロンを手軽に作れます。お菓子の基本をマスターすれば初めての方でも大丈夫。気軽にご参加ください。

日時 3月12日(火) 10:30~14:00
対象 大人 **講師** 木村 倫代
定員 8名 **受講料** ¥2,000(税込)
申込期限 3月2日(土)

カルチャー



No. S0314

フラワーアレンジメント

春色のアレンジメント

春のイメージの花々で作る、明るく可愛い印象のアレンジメントです。美しさ長持ちのブリザードフラワーやアーティフィシャルフラワーを使用します。初心者の方も素敵に完成できますよ!イメージ写真は、昨年のお教室の作品です。今年のデザインもお楽しみに!

日時 3月14日(木)11:00~13:00
対象 大人(女性) **定員** 10名
講師 仲村 有希子
受講料 ¥3,500(税込)
申込期限 3月4日(月)

料理



No. S0315/S0323

家庭で作れる本格中華

よだれ鳥/回鍋肉/フカヒレスープ

少しスパイシーな前菜に、旬の素材を生かした中華メニューの回鍋肉、ちょっと贅沢なスープも手軽に作れます。本格中華を家庭でも味わってみましょう。

日時 S0315: 3月15日(金) 10:30~13:30
S0323: 3月23日(土) 18:00~20:30
対象 大人 **講師** 川村 進
定員 8名 **受講料** ¥1,500(税込)
申込期限 S0315:3月5日(火)
S0323:3月13日(水)

スイーツ



No. S0316

スイーツ専科

焼菓子2種チエリーケーキ(6cm大6個)/フロランタン(7cm長さ3個)

サワーチェリーのシロップ漬けを入れたソフトなケイクにブラウンシュガーのクランブルをのせました。そしてもう一品チョコレートでアクセントをつけたフロランタンをご紹介します。(ケイクの型は写真と異なる場合があります)

日時 3月16日(土) 10:30~13:30
対象 大人 **講師** 山下 直美
定員 8名 **受講料** ¥3,000(税込)
申込期限 3月6日(水)

パン



No. S0318a

天然酵母パン

ウイナーロール&
かぼちゃのトルティーヤ

編み込み模様が可愛いパンを5個とかぼちゃを卵で包んだようなヘルシーなキッシュです。

日時 3月18日(月) **定員** 8名 10:30~14:00
対象 大人(女性) **講師** 石野 衣絵子
受講料 ¥1,800(税込)
申込期限 3月8日(金)

料理



No. S0318b

お助けの一品

簡単ピロシキ/
ボルシチ風スープ

ロシアの揚げパンピロシキは、春のお出掛けにも春休み中のおやつにも良いですよ。

日時 3月18日(月) 18:30~20:30
対象 大人 **講師** 橋本 ひとみ
定員 8名 **受講料** ¥1,200(税込)
申込期限 3月8日(金)

料理



No. S0319

きのこづくし

きのこの和風マリネ/きのこのもち麦リゾット/車麩のきのこあんかけ

スーパーなどで気軽に手に入るさまざまなきのこを使ったメニューです。きのこの料理のレパートリーが広がりますよ。

日時 3月19日(火) 10:30~13:30
対象 大人 **講師** 畔野 英里
定員 8名 **受講料** ¥1,500(税込)
申込期限 3月9日(土)

Event 大人気! イベント情報♪ **事前のお申し込み不要**

シフォンの日

5種のスパイス・シフォン(15cm1台)

シナモン・クローブ・ジンジャー...などを入れたちよっぴり大人のシフォンケーキです。ほんのり甘く、スパイスの香りに癒されますよ♪
※簡易包装の為、必要な方は持ち帰りの箱や袋、また保冷剤・保冷バッグをお持ちください。



日時 3月4日(月) 10時~受付開始 (受け付け方法はプチクッキングと同じです。)
対象 どなたでも ※小学生以下の方は保護者同伴でお願い致します。
受講料 ¥350(税込)
講師 プチフラムスタッフ

アレルギーがある場合は
申込時にお知らせください。



食育

No.S0321

食を知り、学び、楽しむ!
～旬の食材と五味を学ぼう～

じゃがいもとしらすの和風ピザ/
ミートソースと卵のピザ/春野菜
のサラダ/いちごのパナコッタ

女子栄養大学ニコニコ会によるパネル
シアターを昼食時に開催致します。保護
者の方は13時にご来店頂き、一緒にご
試食頂きます。※受付時は必ず保護者
同伴をお願い致します。

日時 **3月21日(木)** 定員 8組
10:30～14:00

対象 小学生 受講料 ¥1,500(税込)

講師 木村倫代と女子栄養大学ニコニコ会

申込期限 3月11日(月)



料理

No.S0322a

手打ちdeパスタ

大葉としらすの Pasta/
菜の花のサラダ/桜のゼリー

手打ちパスタを作りましょう!手捏ね
のパスタは難しく思いますが、パスタ
マシンを使えば簡単にできます。大
葉としらすの相性バッチリの美味し
いパスタです。

日時 **3月22日(金)**
10:30～13:30

対象 大人 講師 川口 淑恵

定員 8名 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月12日(火)



カルチャー

No.S0324

『HANA*遊びS』

ホワイトナチュラル
アレンジメント

ホワイトのお花でナチュラルなアレ
ンジメントを作りましょう。色々な
ニュアンスのホワイトの組み合わせを
楽しめます。

日時 **3月24日(日)**
11:00～12:30

対象 大人(女性) 定員 10名

講師 福田 知美

受講料 ¥2,500(税込)

申込期限 3月14日(木)



料理

No.S0325a/S0325b

春野菜のおもてなしメニュー

旬のボンゴレパスタ/緑野菜の
ジェノバ風マリネ/
じゃが芋としらすのかりかり焼き

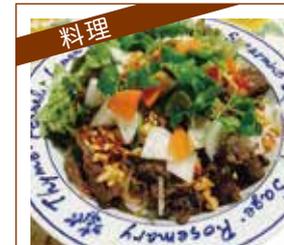
旬の素材を生かした春の洋食です。
家庭にある調味料で作れるのに本
格的。料理が初めての方も気軽にご
参加ください。

日時 **3月25日(月)**
a:10:30～13:30
b:18:30～20:30

対象 大人 講師 斉藤 幸四郎

定員 8名 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月15日(金)



料理

No.S0326a

ヘルシー美味しい
ベトナム料理

焼き肉汁なしビーフン/
揚げ春巻き/蒸しバナナケーキ

定番ベトナム屋台料理を楽しむ。

日時 **3月26日(火)**
10:30～13:30

対象 大人(女性) 定員 8名

講師 トラン・ティ・ハー

受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月16日(土)



料理

No.S0326b

洋食DEお野菜三昧

ピーズ入りエッグスラット/
ブロッコリーとほうれん草の
ポターージュ/
菜の花のミモザサラダ

トータル10種類以上のさまざまな野
菜を使った野菜づくしメニューです。
見た目も華やかで、おもてなしや女子
会にもぴったりですよ。

日時 **3月26日(火)**
18:30～20:30

対象 大人 講師 叶野 英里

定員 8名 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月16日(土)



スイーツ

No.S0328

春のティータイム

バターライケーキと紅茶

イギリスの家庭で定番のバターライ
ケーキは、とても簡単で可愛らしく、
紅茶との相性がとても良いお菓子で
す。春のティータイムにもご紹介します。
(余ったケーキはお持ち帰りいただき
ます。)

日時 **3月28日(木)**
10:30～13:30

対象 大人 講師 大嶋 雅子

定員 8名 受講料 ¥1,100(税込)

申込期限 3月18日(月)



親子

No.S0329

親子DE晩ごはん

桜のちらし寿司/海老と春野菜の
天ぷら/桜餡の茶碗蒸し/桜の大福

本格的な和食を親子で作ってみませ
んか。温調機能を使って揚げ物も手軽に作
れます。お料理で春を感じてみましょう!

日時 **3月29日(金)** 定員 5組
18:00～20:30

対象 大人1名と小学校中学年
1名分の材料です。

講師 木村 倫代

受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月19日(火)



パン

No.S0330a

世界のパン～フランス～

クラミック(1台)/グジエール(約20個)

バターと卵をたっぷり使用し、ふわ
ふわの生地にレーズン、オレンジビ
ールが入ったクラミックはプリオッシュ
のいところのようなパンです。グジエ
ールはチーズの入ったプチシューです。

日時 **3月30日(土)** 定員 8名
10:30～14:00

対象 大人 ※大東ガスをご利用の
お客様に限ります。

講師 岡本 潤子

受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月20日(水)



料理

No.S0330b

500kcalの腸活
ヘルシー小豆麹

小豆麹作り/小豆麹のチキン
ロール/あずきのサラダ/
あずきのデザート/汁物

和菓子の素材のあずきを腸活メ
ニューでいただきます。お腹も
すっきり、健康和食をマスターできま
す。デザートはおまけのカロリーです。

日時 **3月30日(土)**
18:00～20:30

対象 大人 講師 木村 倫代

定員 8名 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月20日(水)

DAI TO GAS 大東ガス プチプラム 志木

〒352-0001 埼玉県新座市東北2-39-10 ドゥーセット式番館1階

★東武東上線「志木駅」東口徒歩30秒

TEL 048-470-1925 P 無し

営業時間 10時～21時
定休日 水曜日
(祝日の場合は翌平日)

キッズスペース有り

全教室ともに、お子さまの
同伴OK!お申込時に
お子様の年齢・性別・人数
をお知らせ下さい。

大東ガス
プチプラム
志木

駅東口

ロータリー

丸井さん スターバックス
さん

志木駅

東武東上線

朝霞

セブンイレブン
さん

埼玉りそな
銀行さん

3月 ※講座スケジュール No. 2019

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3 No.S0303	4	5 No.S0305	6 定休日	7 No.S0307	8 No.S0308a No.S0308b	9 No.S0309
10	11 No.S0311	12 No.S0312	13 定休日	14 No.S0314	15 No.S0315	16 No.S0316
17	18 No.S0318a No.S0318b	19 No.S0319	20 定休日	21 No.S0321	22 No.S0322a No.S0322b	23 No.S0323
24 No.S0324	25 No.S0325a No.S0325b	26 No.S0326a No.S0326b	27 定休日	28 No.S0328	29	30 No.S0330a No.S0330b
31						

アレルギーがある場合は
申込時にお知らせください。

料理



No. A0305

ごはんの日

特A米のご飯&玄米/煮干しの味噌汁/
鶏肉の味噌つけ焼き/三つ葉と油揚げの煮浸し/根菜の千枚漬け風

五つ星お米マイスターの牧野さんに指導いただき、手軽に炊ける玄米の炊き方や、お米についての講義もあります。牧野さん推薦特A米のプレゼントあり。

日時 **3月5日(火)** 対象 大人
10:30~13:30

講師 牧野基明&木村倫代

定員 6名 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 2月23日(土)

紅茶



No. A0307

簡単!焼きたてキッシュでティータイム

ほうれん草ときのこのキッシュ&
紅茶(ヌワラエリア)

切り分ける手間が無く、型が無くても簡単に美味しいキッシュが出来上がります。相性の良い紅茶もご紹介いたします。

日時 **3月7日(木)**
10:30~13:30

対象 大人 講師 大嶋 雅子

定員 6名 受講料 ¥1,300(税込)

申込期限 2月25日(月)

料理



No. A0308

一人で作るじっくり講座

牛肉のチヂミ/豆腐のチヂミ/
ジャガイモのチヂミ

下ごしらえから仕上げまで全部ひとりでできるので、しっかりと覚えられますよ。

日時 **3月8日(金)**
10:30~13:30

対象 大人 講師 橋本 ひとみ

定員 6名 受講料 ¥1,000(税込)

申込期限 2月26日(火)

スイーツ



No. A0310a/A0310b

かわごえ直子のお菓子エトセトラ

SAKURAダックワーズサブレ(持ち帰り)/
桜風味の白玉あんみつ(ご試食のみ)

桜サブレの上に桜のダックワーズ、中に大納言。直径5cmを5~6個お持ち帰り(ケース付き)。焼いている間に桜風味の白玉あんみつ召し上がっていただきます。

日時 **3月10日(日)** 定員 8組
a:10:30~12:30
b:13:30~15:30

対象 どなたでも 講師 かわごえ 直子

受講料 ¥1,200(税込)

申込期限 2月28日(木)

料理



No. A0318

春のカフェランチ

イタリア風バーニニ/紫玉ねぎとモロッコサラダ/春のフレッシュ野菜のチャウダースープ

ワンプレートで素敵に春のランチをしてみませんか?パン作り初めてという方も気軽に参加いただけます。デモンストレーション中心の講座です。

日時 **3月18日(月)** 定員 8名
10:30~13:30

対象 大人 ※大東ガスをご利用のお客様にのみ

講師 斉藤 幸四郎 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月8日(金)

料理



No. A0319

ヘルシー美味しいベトナム料理

肉入り緑豆もち/
牛肉汁ビーフン/
豆のチエー

いろいろな豆を使ってベトナムの味を楽しみましょう。

日時 **3月19日(火)**
10:30~13:30

対象 大人(女性)

定員 6名

講師 トラン・ティ・ハー

受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月9日(土)

パン



No. A0325

天然酵母パン

メロンパン&豆腐とキノコのキッシュ

みんなが好きなクッキー生地で作んだメロンパン5個と、ときのこたっぷりのキッシュを作ります。

日時 **3月25日(月)**
10:30~14:00

対象 大人(女性)

定員 5名

講師 石野 衣絵子

受講料 ¥1,800(税込)

申込期限 3月15日(金)

スイーツ



No. A0328

春のスイーツ

抹茶と桜のケーキ
(15cm1台)

抹茶の生地に桜のクリームを絞り、いちごでデコレーションします。味も見た目も春を感じるケーキです。

日時 **3月28日(木)**
10:30~14:00

対象 大人

定員 6名

講師 川口 淑恵

受講料 ¥2,000(税込)

申込期限 3月18日(月)

スイーツ



No. A0331a/A0331b

春のお花見和菓子弁当

道明寺桜餅/抹茶の浮島/
お花見団子/桜のサブレ

春の和菓子づくしのメニューです。お花見に持って行きたくなる和菓子を竹皮のお弁当箱に詰めてお持ち帰りです。

日時 **3月31日(日)**
a:11:00~12:30
b:14:00~15:30

対象 どなたでも 定員 6組

講師 木村 倫代

受講料 ¥1,200(税込)

申込期限 3月21日(木)

Event 大人気!イベント情報♪ 事前のお申し込み不要

ロールの日

春色ミルフィーユロール
(直径18cm1台)

春の訪れを感じるケーキです!いつもとはちょっと違うまきまきしましょう♪
※受付は通常のプチ・クッキングと同じです。

日時 **3月16日(土)**
10:10~16:10

対象 小学生以下は保護者同伴

定員 24組 受講料 ¥450(税込)

講師 プチプラムスタッフ

スペシャル・プチ・クッキング

おやき2種(桜&ナムル)

お家で簡単!季節のおやきを作りましょう。2種各3個お持ち帰りです。
※受付は通常のプチ・クッキングと同じです。

日時 **3月21日(木)**
10:10~16:10

対象 小学生以下は保護者同伴

定員 24組 受講料 ¥350(税込)

講師 プチプラムスタッフ

DALTO GAS 大東ガス プチプラム 朝霞

〒351-0022 埼玉県朝霞市東弁財3-4-4

★東武東上線「朝霞台駅」南口徒歩7分 営業時間 10時~18時
定休日 水曜日 (祝日の場合は翌平日)

TEL 048-460-4550 P 無し



志木 朝霞台駅 東武東上線 朝霞

南口

りそな 銀行さん

朝霞台駅入口

ファミリー マートさん

ドラッグストア セイムスさん

大東ガス プチプラム 朝霞

3月 ※講座スケジュール No. 2019

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 No. A0305	6 定休日	7 No. A0307	8 No. A0308	9
10 No. A0310a No. A0310b	11	12	13 定休日	14	15	16
17	18 No. A0318	19 No. A0319	20 定休日	21	22	23
24	25 No. A0325	26	27 定休日	28 No. A0328	29	29
31 No. A0331a No. A0331b						

アレルギーがある場合は
申込時にお知らせください。

料理



No. K0302

料理

KINABON/ひよこ豆のポタージュ〜ほんのりカレー風味/自家製ピクルス付き

きな粉黒ゴマと大豆のオリジナルシナモンロール。濃厚なきな粉の味わい。1人4個作ります。

日時 **3月2日(土)**
10:30~13:30

対象 大人 講師 かわごえ 直子

定員 6名 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 2月20日(水)

親子



No. K0303a/K0303b

親子スイーツ

ひな壇ケーキ(12cm)

今年のひな祭りには、かわいひな壇ケーキを作りますか?母のお内裏様とお雛様に、三人官女や五人囃子も賑やかに整列していますよ!

日時 **3月3日(日)**
a:10:30~12:30
b:14:00~16:00

対象 保護者1名とお子様3名まで
※3歳以上小学生以下

定員 2組 受講料 ¥500(税込)

講師 プチフラムスタッフ

申込期限 2月21日(木)

パン



No. K0305

パン

桜あんパン(手仕込み6個)/ドーナツ(機械仕込み4個)/プリとねぎのスープ(デモンストレーション)

桜をかたどったあんパンと、パン生地で作るドーナツ、プリを使ったスープを作ります。

日時 **3月5日(火)** 定員 4名
10:30~14:00

対象 大人 受講料 ¥1,500(税込)

※お子様連れはご遠慮ください。 講師 荻山 和也

申込期限 2月23日(土)

スイーツ



No. K0308

スイーツ

フレジェ(15cm)

フランスでイチゴのケーキといえばフレジェ。カスタードクリームをベースにした、バタークリーム、クレーム・ムースリヌをサンドして春らしいケーキを作りましょう。

日時 **3月8日(金)**
10:30~14:00

対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。

定員 6名 講師 川口 淑恵

受講料 ¥2,000(税込)

申込期限 2月26日(火)

パン



No. K0314

パン

焼きカレーパン/ピロシキ/お米のデザート/コンソメスープ

揚げないサクサク衣のカレーパンと具だくさんのピロシキを作ります。

日時 **3月14日(木)**
10:30~14:00

対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。

定員 4名 講師 鳴嶋 廣美

受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月4日(月)

パン



No. K0322

パン

山形食パン/ポップオーバー/かぼちゃのスープ

ベーシックな食パンをよ〜くこねて作ります。大きなシューのポップオーバーはお食事にもデザートにもなる楽しい一品。デモのみでかぼちゃのスープもご用意します。

日時 **3月22日(金)** 定員 4名
10:30~14:00

対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。

講師 岡本 潤子

受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月12日(火)

キッズ



No. K0324

キッズ料理

ロコモコ丼/春野菜のスープ/イチゴたっぷりベルギーワッフル

お子様だけの料理教室です。作った後は、みんなで楽しく食べますよ!

※受付と開催前説明は必ず保護者同伴をお願いします。

日時 **3月24日(日)**
10:30~13:30

対象 小学生 定員 6名

受講料 ¥1,000(税込)

講師 木村 倫代

申込期限 3月14日(木)

パン



No. K0325

パン

チーズフランス/フォカッチャ/かぶのスープ

白神こだま酵母、国産小麦粉を使って美味しいパンを焼きましょう。チーズがたっぷり入ったチーズフランスとイタリアの平たいフォカッチャを作ります。

日時 **3月25日(月)** 定員 4名
10:30~14:00

対象 大人 ※お子様連れはご遠慮ください。

講師 川口 淑恵

受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月15日(金)

料理



No. K0328

料理

紫キャベツとブルーベリーのサラダ/りんごの豚巻き/スモークサーモンとレモンのサブジテイ

スーパーなどで気軽に手に入るフルーツを全てのメニューに使います。爽やか&見た目も華やかなのでおもてなし料理にも使えますよ。

日時 **3月28日(木)**
10:30~13:00

対象 大人 講師 畔野 英里

定員 6名 受講料 ¥1,500(税込)

申込期限 3月18日(月)

Event 事前のお申し込み不要

大人気! イベント情報♪



わくわくタイム『そうざいくん』

ウイナーの飾り切り

プチ・クッキング開催日の15時以降からお気軽に参加できる企画です! 今月はかわいいラッコを2つ作ってみましょう!

日時 **プチ・クッキング開催日**
15:00~17:00
(最終受付16:30)

対象 中学生以上1セット

受講料 無料

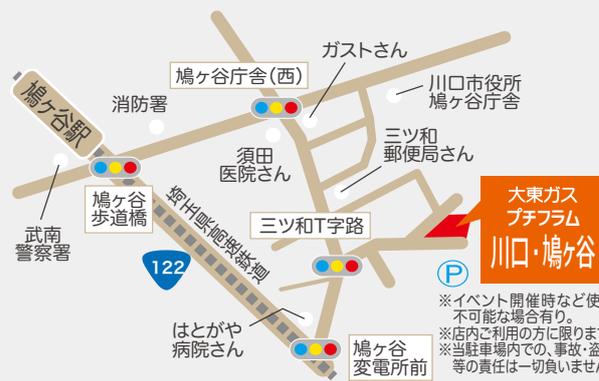
講師 プチフラムスタッフ

DAITO GAS 大東ガス プチフラム 川口・鳩ヶ谷

〒334-0011 埼玉県川口市三ツ和1-16-1

★埼玉高速鉄道「鳩ヶ谷駅」出口1徒歩9分 営業時間 10時~18時
定休日 水曜日 (祝日の場合は翌平日)

TEL 048-285-8422 P 有り



鳩ヶ谷駅、消防署、鳩ヶ谷庁舎(西)、ガストさん、川口市役所鳩ヶ谷庁舎、三ツ和郵便局さん、須田医院さん、三ツ和T字路、大東ガスプチフラム川口・鳩ヶ谷、武南警察署、鳩ヶ谷歩道橋、鳩ヶ谷変電所前、はとがや病院さん

※イベント開催時など使用不可な場合有り
※店内ご利用の方に限ります。
※当駐車場内での、事故・盗難等の責任は一切負いません。

3月 ※講座スケジュール No. 2019

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 No. K0302
3 No. K0303ab	4	5 No. K0305	6 定休日	7	8 No. K0308	9
10	11	12	13 定休日	14 No. K0314	15	16
17	18	19	20 定休日	21	22 No. K0322	23
24 No. K0324	25 No. K0325	26	27 定休日	28 No. K0328	29	30
31						

講座のお申し込み方法

- 1 WEBサイト 2 ハガキ 3 FAX 4 ご来店

1 WEBサイトで... 申込フォームに必須項目を入力し送信して下さい。
受信指定をされている場合は「daitogas.co.jp」を許可設定の上でお申込みください。

パソコンから▼

プチフラム

検索

スマートフォンから▼



2 ハガキ 3 FAXで... ①教室名 ②開催日 ③講座NO ④お名前(フリガナ) ⑤年齢 ⑥郵便番号 ⑦ご住所 ⑧お電話番号 ⑨メールアドレス をご記入ください。

4 ご来店で... 各店舗のご案内図は中面にございます。

○ プチフラム富士見

宛先▶ 〒354-0018 埼玉県富士見市西みずほ台1-2-7
「大東ガス プチフラム 富士見」

★東武東上線「みずほ台駅」西口徒歩2分

TEL 049-268-5525

営業時間 10時～18時

FAX 049-254-1001

定休日 水曜日(祝日の場合は翌平日)

○ プチフラム朝霞

宛先▶ 〒351-0022 朝霞市東弁財3-4-4
「大東ガス プチフラム 朝霞」

★東武東上線「朝霞台駅」南口徒歩7分

TEL 048-460-4550

営業時間 10時～18時

FAX 048-460-4551

定休日 水曜日(祝日の場合は翌平日)

○ プチフラム志木

宛先▶ 〒352-0001 埼玉県新座市東北2-39-10 ドゥーセット式番館1階
「大東ガス プチフラム 志木」

★東武東上線「志木駅」東口徒歩30秒

TEL 048-470-1925

営業時間 10時～21時

FAX 048-470-1928

定休日 水曜日(祝日の場合は翌平日)

○ プチフラム川口・鳩ヶ谷

宛先▶ 〒334-0011 埼玉県川口市三ツ和1-16-1
「大東ガス プチフラム 川口・鳩ヶ谷」

★埼玉高速鉄道「鳩ヶ谷駅」出口1徒歩9分

TEL 048-285-8422

営業時間 10時～18時

FAX 048-285-8370

定休日 水曜日(祝日の場合は翌平日)

♥応募者が多数の場合は抽選とさせていただきます。なお、抽選結果は、お申込み締切り後に、**当選者のみメールまたはハガキ、お電話にてご連絡致します。**講座の繰上げ当選は落選された方の中から順不同でお電話にてご連絡いたします。

♥当選後にキャンセルをする場合、キャンセル料がかかりますので、お早めに連絡をお願いします。

開催日の3日前(開催日を含みません)まで…無料

開催日の2日前(開催日を含みません)から当日…受講料全額

♥講座開催時間を10分以上遅刻された場合、

受講をお断りさせていただく場合がございます。その際、キャンセル料は全額発生いたしますのでご了承ください。

♥グループでのお申込みも可能です。その場合、グループ全員のお名前をお書き下さい。なお当選のご連絡は代表の方のみとさせていただきます。

♥受講料は当日ご持参をお願いします。

♥講師の都合および天候などの理由により開催を中止させて頂く場合がございます。

♥館内でのケガや事故、手荷物の盗難や紛失等につきましては、一切の責任を負いかねます。

♥食品衛生上、マニキュア、ジェルネイル、爪の長い方は手袋の着用をお願いしています。又、

アクセサリは外していただきます。

♥キッズスペースは託児施設とは異なります。

♥お申込時に頂いた個人情報、教室以外の目的には一切使用致しません。

♥講座は19歳以上の方が対象となります。(キッズ講座を除く)

■特定商取引法に基づく表示
事業者…大東ガス株式会社
住所…埼玉県入間郡三芳町大字藤久保
字西1081番地1

代表者…末富 啓道

お客さま専用ダイヤル(大東ガスお客さまコールセンター)

TEL 0120-121-362

※講座受講中のお写真・動画の撮影につきましては、完成品以外お断りさせていただきますことをご承願います。

※キッズ講座における保護者さまの撮影につきましては、ご自身のお子さまのみとし、講座進行の妨げとならないようご協力願います。

※プチ・クッキング受講中の撮影につきましては、お待ちいただくお客さまもおりますので、進行の妨げにならないようご協力願います。

※掲載の写真はすべてイメージです。
※教室により、終了時間が多少前後する場合がございます。

※ブログやtwitterなどへの掲載はご自身が作成されたもののみとし、店舗内外装や他のお客さまなどそれ以外となるものはご遠慮願います。

※原則として、講座受講中の早退は出来かねます。
※掲載の写真及びレシビ(ホームページを含む)の無断転用はご遠慮願います。

プチ・クッキング受講料改定のお知らせ

いつもプチ・クッキングをご利用いただき誠にありがとうございます。

今般の原材料価格の高騰により、350円での提供を継続することが困難になっております。

誠に申し訳ございませんが、2019年4月より各店舗のプチ・クッキング受講料を改定させていただきます。2019年4月より下記の金額での提供になります。

・大東ガスのガスをご利用のお客さまは**400円**

・ご利用していない方は**500円**

※4月1日より初回のみ大東ガスのガスをご利用のお客様は、ガスの検針票を必ずご持参下さい。

平成最後の
大決算セール

3月の 展示会

★詳しくは2月上旬～下旬発行のチラシをご覧ください。

お問合せ先
大東ガスエナライフサービス株式会社
☎048-471-7888 日曜・祝日を除く8:30～17:00

プチフラム志木
3/1(金)・2(土)
10:00～15:00

プチフラム朝霞
3/2(土)・3(日)
10:00～15:00