



いこえーるで美味しい！楽しい！ 1月イベントのご案内



「冬休み親子料理教室」

メニュー 肉まん あんまん ピザまん

日時 **1/10**(木) 10:00~12:30
14:00~16:30

講師 e-niwa パーソナリティ 諸澤美由紀さん

定員 各回抽選**5組10**名様

参加料 親子で**1200**円



持ち物 エフロン、スリッパ、筆記用具

1月4日(金)までにお申し込みください。
当選者の方のみ、結果を7日(月)にご連絡いたします。

北海道文教大学さん料理教室

「縁起を担ごう節分料理」

メニュー 恵方巻 けんちん汁 イワシの和風ハンバーグ
こんにゃくと大豆の煮物 抹茶ムース

日時 **1/19**(土) 10:00~13:00

講師 北海道文教大学商品開発研究会のみなさん

定員 抽選**12**名様

参加料 **500**円



持ち物 エフロン、スリッパ、筆記用具

1月10日(木)までにお申し込みください。
当選者の方のみ、結果を11日(金)にご連絡いたします。

「新年ハッピーヨガ」

内容 ヨガのゆったりした動きで体幹アップ！
ココロとカラダをもっとキレイに、ハッピーに！
今回のテーマは肩こり予防です。
ヨガが初めての方も大歓迎です！

日時 **1/21**(月) 10:00~11:30

講師 ヨガインストラクター 田口麻里さん

定員 先着**6**名様

参加料 **700**円(ハーフティアー付き)



持ち物 ヨガマット、水分、汗拭きタオル
動きやすい服装でお越しください

写真整理ミニ講座

「チャート診断付き！今年こそ写真整理を始めよう」

内容 アルバムの写真、スマホにたまった写真、パソコンに
といてあえず保存した写真、封筒に入ったままの写真…
心あたりはありませんか？
新しい一年に「写真整理」をスタートさせましょう！

日時 **1/24**(木) 10:00~11:00
※3日前までのお申込みをお願いします

講師 フォトカス かおりさん

定員 先着**10**名様

参加料 **600**円




持ち物 スリッパ、筆記用具

参加時の注意事項

- ・キャンセルのご連絡は2日前までをお願いいたします。
それ以降はキャンセル料が発生する場合がございます。
- ・CODE500 をご利用される方は、ご予約の際にお申し
付けください。
- ・定員に満たない場合はやむを得ず講座を中止する
場合がございます。

お問い合わせ、お申込み先

 北ガスジェネック 恵庭営業所(いこえーる)
恵庭市恵み野西3丁目1-3 セブンイレブン様横

TEL (0123) 36-4774

EN20181207A

