

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
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

☐フリーダイヤル: 0120-459-010

本誌「ホッとぷらざ」はこちらから確認することができます。

※検索結果の「ヨンデンプラザ 四電エナジーサービス株式会社」で確認いただけます。

ヨンデンプラザ 検索



ホッとぷらざ 2026年 7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簡単ラッキング!



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。

メニュー

・ヤンニョムチキン・お豆腐チヂミ
・大根おろしのスープ
・くるとチーズ パナナのマフィン

パナソニックリビング
中四国・九州株式会社
溝上 千佳子 先生

7/23(金)・24(土) ※どちらかの日を選びお申し込みください。
10:30~13:00 受講料 各日1,000円/人 定員 各日12名程度

申込締切日 7/8(水)

島ヶ峰の蕎麦粉でそば打ち体験



天空の地 島ヶ峰で栽培された蕎麦からとれたそば粉を使ってそば打ち!
夏は天ざるそばで♪
自分で打つとおいしさも倍増!

出前そば打ち
三ちゃん蕎麦
三谷 和幸 先生

7/31(金) 受講料 1,000円/人
10:30~13:00 定員 8名程度

申込締切日 7/16(水)

紅茶香るパンナコッタ



ふわりと広がる紅茶の香りと、なめらかな口どけ。
日常にちょっとした贅沢を添える「紅茶香るパンナコッタ」を、一緒に作ってみませんか?ご家庭でも再現できるシンプルな材料で、まるでカフェのデザートのような仕上がりを目指しましょう!

菓子工房ルーヴ パティシエ
野崎 内匠 先生

8/6(土) 受講料 1,000円/人
10:30~13:00 定員 12名程度

申込締切日 7/22(水)

什景炒飯(五目チャーハン)と干焼蝦仁(エビのチリソース)



赤坂 四川飯店の陳 建太郎先生による“おうち中華をもっとおいしくする秘密”を公開!!
ちょっとしたコツさえおさえれば、ご家庭でもお店のような味が再現できるかも♪《干焼蝦仁(エビのチリソース)》はデモンストレーションになります。》

四川飯店オーナーシェフ
陳 建太郎 先生

8/7(金)・8(土) 8/7 10:30~13:00
8/8 10:00~12:30 受講料 1,500円/人
※どちらの日を選びお申し込みください。 定員 16名程度

申込締切日 7/23(水)

松原シェフがお送りする夏の絶品フレンチ



シェフが選び抜いた香川の食材を使って料理。美味しいには理由があります。プロの味と技を学べばおもてなしが華やかに!

メニュー
・真鯛のヴィエノワーズ風グラチネ ノイリーワインソース
・オリーブ豚と夏野菜のカレー風味スープ・マンゴームース

高松国際ホテル 総料理長
松原 勉 先生

8/29(土) 受講料 1,500円/人
10:30~13:00 定員 12名程度

申込締切日 8/14(金)

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

ごはんが止まらない!やわらか鶏むねの黒酢あん & 冷やし茶わん蒸し



下味を漬け込んだ鶏むね肉と、カラフル夏野菜にコクのある黒酢あんがしっかり絡んでごはんが止まりません。さっぱり食べられるオクラと梅の冷やし茶わん蒸しも作りましょう。

7/3日 10:30~12:30 定員 4名程度 申込締切日 6/23日

IHでばばっと本格中華! 酢豚&杏仁豆腐



IHクッキングヒーターを使って時短&簡単に少ない材料で本格中華を作りましょう。

7/8日 10:30~12:30 定員 4名程度 申込締切日 6/29日

抹茶づくしの涼やか和パフェ



ひんやり涼やかな抹茶パフェを、IHクッキングヒーターを使って楽しく手作ります!抹茶寒天やわらび餅を盛り付けて、見た目も華やかな和スイーツに仕上げましょう!

7/15日 10:30~12:30 定員 4名程度 申込締切日 7/5日

豆腐ガパオライス&もちっと包まないワンタンスープ



香り豊かなガパオライスと、手軽に作れる包まないワンタンスープをIHクッキングヒーターで楽しく調理します!野菜もたっぷり使い、食べごたえのある満足メニューに仕上げましょう!

7/29日 10:30~12:30 定員 4名程度 申込締切日 7/19日

親子でクッキング! フラワーカップピザ カラフル白玉フルーツポンチ



親子で一緒にカップピザ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 (7/25開催分) 7/15日 (8/9開催分) 7/30日

7/25日・8/9日 10:30~12:30 定員 各日親子4組8名程度 ※どちらの日を選びお申し込みください。

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?



- 料理を作っている間、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。

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

まめ置製作体験



人形などの置物の下に敷ける小さな畳を、少ない材料で手作ります。畳の持つ自然な香りや落ち着いた佇まいを楽しみながら、丁寧に作っていきます。初めての方もお気軽にご参加ください。

※サイズ 19.5cm×26.5cm

親子参加可 対象:小学5年生~大人(未成年者は保護者同伴)

申込締切日 6/27日

山下豊商店 山下 明宏 先生 7/12日 10:30~12:30 受講料 1,500円/人 定員 8名程度

フロアケーキ貯金箱



3段重ねのケーキに美味しそうなベリーやお花、シリコンのホイップクリームでデコレーションします。1番上は貯金箱です。夏休みの宿題におすすめです!

親子参加可 対象:年齢制限なし(未成年者は保護者同伴)

フロアケーキ 主宰 森里美 先生 7/11日 申込締切日

7/26日 10:30~12:30 受講料 2,000円/人 定員 8名程度

※サイズ W25×H21cm(お皿含む)

ふんわり華やく夏のY字ネックレス



三色のクリスタルビーズを使った透明感あふれるネックレスです!揺れるたびに優しい輝きを放ってくれます。初めての方も一緒に楽しくハンドメイドをしませんか!

※長さ50~55cm

申込締切日 7/18日

Turning Point 大西 晶子 先生 8/2日 10:30~12:30 受講料 2,000円/人 定員 6名程度

あなたに似合う色パーソナルカラー診断! イエ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。初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 8/8日 申込締切日

8/23日 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

宝石を発掘しよう!



ブロック石を削ると中からアメジストなどの宝石が出てきます。12種類の中からどれかひとつ出ます。何が出来るかはお楽しみ!

●先着:20名 ●対象:年齢制限なし(未成年者保護者同伴)

6/21日 11:00~13:00

ホイップデコクリップ!



大人気のホイップデコ!クリップにデコ用ホイップをしばって、パーツを付けて可愛くしよう!メモをはさんだり、お菓子の袋留めにもなるよ。

●先着:各日20名 ●対象:中学生以下(未成年者保護者同伴) おひとり様1回限り

7/19日 11:00~13:00

7/20日 11:00~13:00

イベントについて

※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たの参加となります。※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。