

FLAMME EVENT

フラムイベント

8・9・10

2021 7/10(土)

12:00より受付開始!!

※7/10は電話受付のみとさせていただきます。1講座につき2名様までとさせていただきます。

HPからもイベントの受付ができます!



料理教室

8/29.9/12 (日) わくわく キッズクッキング



内容 ひとりで作れる朝ごはん

時間 A 10:00~12:30 B 14:00~16:30
講師 三重大学教授 磯部 由香
食育指導士 山本 隆子
参加費 1,000円(2回定期受講)
定員 各8名(小学校4、5、6年生対象)

第一回で和風、第二回で洋風の朝食作りを学び、ご家庭でも一人で作れるようになることを目標にした内容になっています。

※暮らしサポート割引・ポイント対象外

9/17 (金) 和食の料理塾



メニュー おはぎ4種※おはぎは5個持ち帰りです。(白餡・こし餡・きなこ・四万十の青のり) 焼きとうもろこしの炊き込みご飯 青菜のおひたし/吸い物

時間 A 10:00~12:30 B 18:30~21:00
講師 松永 啓子
参加費 2,400円
定員 各8名

和食料理の基礎知識を身につけておきたい方向けの料理教室です。今回はご自身でおはぎを作ります。

9/26 (日) 簡単美味しい ガス料理のススメ

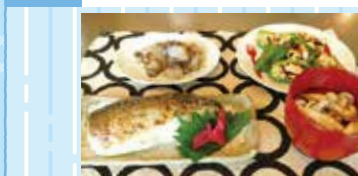


メニュー スパイシーバターチキンカレー/ナン 焼きトマトのファルシー カラフルケーキ・サレ

時間 10:00~12:30
講師 山本 隆子
参加費 1,800円
定員 8名

自分の分は自分で作りたい方におススメの教室です。コンロの機能を色々使って簡単に美味しい料理を作ります。(一部共同作業もあります)

10/15 (金) おやじの台所



メニュー 焼そば寿司/ピーマンの肉づめ きのこの吸い物 甘納豆入りわらびもち

時間 10:00~13:00
講師 松永 啓子
参加費 2,000円
定員 8名

「おやじの台所」を始めて早3年、60オーバーのみなさんが集まって、わいわい楽しくやっています。

上野ガス暮らしサポートくらぶ 優待提携



本カードをお持ちの方は お得な優待を受けることができます。

料理・スイーツ・パン教室のみ受講料

10%OFF

スイーツ・パン教室

10/3 (日) 親子でたのしむ お菓子づくり



メニュー モンブランの シフォンカップケーキ

時間 10:30~12:30
講師 ジャパンホームベーキングスクール講師 西口 弘子
参加費 2,200円
定員 8組16名(3才~小学生と保護者)

自家製シロップで煮た和栗を使用します。お子様と一緒にスイーツ作りを楽しみましょう♪

10/9 (土) 素敵なパンのある暮らし



メニュー ハロウィンのちぎりパン 黒ゴマ食パン

時間 A 10:00~13:00 B 14:00~17:00
講師 ジャパンホームベーキングスクール教師 前川 昌枝
参加費 2,500円
定員 各8名

かぼちゃを練り込んだやさしい甘さのハロウィンのちぎりパンとゴマの香ばしさが際立つもちもち食パンをご紹介します♪

10/31 (日) 季節と出会う 「秋の和菓子」



メニュー 丁稚ようかん/上用まんじゅう ※丁稚ようかん1パックと上用まんじゅうをお持ち帰り頂きます。

時間 10:00~12:00
講師 餅の老舗 いせや店主 丸山 高
参加費 2,000円
定員 8名

深まる秋をしっかりと感じながら秋の装い豊かな2品の和菓子を作ります。創業百余年の老舗和菓子屋の6代目店主が指導します!

料理教室の アシスタント募集!

詳しくは ショールームフラムまで お問い合わせください!

※新型コロナウイルス感染の状況によっては中止・延期となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※今後のコロナ感染拡大状況により、料理を持ち帰りに変更する場合があります。

カルチャー

8/22 (日) お花のシャンデリア フライングリース



内容 グリーンたっぷり フライングリースをつくろう!! ※約20cmぐらいの大きさです。

時間 10:00~12:30
講師 フラワーデザイナー 西口 典子
参加費 2,800円
定員 12名

シャンデリアのように上から吊るして楽しむタイプのリースです。涼しげなグリーンカラーのフライングリースに楽しみましょう。

10/10 (日) 伊賀組紐でつくる 糸合せリボンづくり



内容 アクセサリー作り (ヘアゴム・バレッタ・ブローチ) ※お好きなものを選択して頂きます。

時間 10:30~11:30
講師 富永 直美
参加費 900円
定員 12名

絹100%でできた組紐からお好きな色を選んでアクセサリーを作ります。伝統工芸品のアクセサリーを作ってみませんか?

※ポイント対象外

10/17 (日) 自分軸をかんじる Y・O・G・A



内容 ヨガ体験レッスン

時間 10:00~11:00
講師 ヨガインストラクター コーエン 佑子
参加費 1,000円
定員 8名

呼吸・ヨガの力でブレない自分軸をつくりませんか?

※ポイント対象外

上野ガスショールーム フラム
〒518-0838 三重県伊賀市上野茅町2668-1
【営業時間】 10:00~18:00
【定休日】 8/13(金)~8/15(日)
TEL 0595-26-6855
https://www.ueno-gas.co.jp



雑貨やさん 便利

梅雨と夏が ちょっと快適になる雑貨探し



雨のシーズンはなんとなく気分が沈んでしまいがち。

でも、お気に入りの傘が使えたら少し嬉しくなりませんか?

おしゃれな傘が一本あるだけで、憂うつな気分もきっと楽しみに変わるはず♪

今回は、雨の日が待ち遠しくなるような、おすすめのおしゃれ傘をご紹介します。

デザインが素敵なものはもちろん、機能性や晴雨兼用など色々入荷しました。

是非、お気に入りの一本を探しにいらして下さいね。



日傘 パイアチェックフリル(BE) ¥2,970

スムーズジャンプ オーバーチェック ¥2,750

パターンストライプ(NV) ¥2,200

マルチボーダー(NV) ¥2,200

リボンスカーフ(YE・NV) ¥2,200

ハナプリント(GY) ¥2,200

※いずれも消費税込の価格です。