

FLAMME EVENT

フラムイベント

11・12・1

2021 10/10(日)

12:00より受付開始!!

※10/10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

11/19(金) 和食の料理塾



メニュー
こく旨ハッシュドビーフ/マッシュさといも
手作リチキンナゲット/白菜とりんごのサラダ
えのきとたまごのとろみスープ

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 12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。今回はご自身でチキンナゲットを作ります。

12/3(金) おやじの台所



メニュー
一男の正月準備
煮しめ/紅白なます/伊達巻
花型のお寿司/鮭の南蛮

時間 10:00~13:00

講師 松永 啓子

参加費 2,000円

定員 12名

料理が初めての方もそうでない方も男同士でわいわいやりましょう。男も料理をする時代、お手伝いします。

12/12(日) そば打ち体験教室



メニュー
二八蕎麦作り
越前おろし蕎麦(食事予定)

時間 10:00~13:00

講師 伊賀手打ちそばの会

参加費 2,500円(持ち帰り蕎麦あり)

定員 8組(2人1組・5歳以上)
※おひとり様での参加も可

10月~11月に収穫した新そばを使って、こね→のし→切りと全てを体験していただける貴重な教室です。

1/30(日) 簡単美味しい
ガス料理のススメ



メニュー
ヤンニョムチキン/キンパ
わかめスープ/豆腐餅

時間 10:00~13:00

講師 山本 隆子

参加費 2,000円

定員 12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)

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

11/27(土) 素敵なパンの
ある暮らし



メニュー
抹茶のシュトーレン

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 2,600円

定員 各12名

抹茶のほろ苦さに大納言や栗の贅沢な美味しさをプラスしたシュトーレンをご紹介します! 今年は和風のクリスマスを楽しみましょう!

11/28(日) 親子で
クロワッサン作り



メニュー
クロワッサン
チョコクロワッサン

時間 10:30~13:00

講師 ジャパンホームベーキングスクール準師範
西口 笑子

参加費 2,100円

定員 8組16名(3才~小学生と保護者)

バター風味豊かなクロワッサンを1つの生地から2種類作ります。お子様と一緒に体験してみませんか?

12/19(日) クリスマスケーキ作り



メニュー
クリスマス
いちごショートケーキ(15cm)

時間 10:00~13:00

講師 パティシエ
長岡 咲葵

参加費 2,700円

定員 8名

甘さ控えめなクリームを使用したケーキです。ご自宅でも再現できるようにレクチャーします! おうちでクリスマスを楽しみましょう!

1/15(土) まさえの
おやつ時間



メニュー
ウールロールパン
スミット

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 2,000円

定員 各12名

毛糸玉に似たチョコとオレンジピールを巻き込んだウールロールパンと香ばしいごまと塩味のかみごたえのあるトルコのパン、スミットをご紹介します!

※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

12/5(日) しめ縄リースwork



内容
しめ縄リース作り

時間 10:00~12:00

講師 『koto-hana』
中尾 知代美

参加費 2,200円

定員 12名

グリーン、ドライフラワーなどをバランスよく飾り付け、モダンでおしゃれな「しめ縄リース」を作ってみませんか?

12/18(土) 第43回
ほのほのコンサート



内容
クリスマスコンサート

時間 14:00~15:00

出演 ゆりかご
優里花五

曲名 クリスマス曲/冬の唱歌 他

定員 35名

優里花五のメンバーはバイオリン3名、チェロ2名で結成、童謡や唱歌を中心に歌や演奏を楽しんでいただいています。

1/23(日) ジャイロキネシス®



内容
ジャイロキネシス®で
姿勢矯正、肩こり腰痛解消

時間 10:00~11:00

講師 ジャイロキネシス®認定トレーナー
西垣 真由美

参加費 1,000円

定員 8名

椅子に座った状態で、身体への負担が少なく、運動をしたことがない方や、高齢者でも出来ます。人気のエクササイズです。初めての方大歓迎!!

お申込方法
■お申し込みは中学生以上が対象となります。■空席の有無をお電話、または直接店頭でお問い合わせください。■お申し込みは先着順で、定員になり次第締め切らせていただきます。■お支払いは、店頭でのお支払い、お振込のどちらかをお選びいただけます。※お振込の場合、手数料はお客様負担にてお願い致します。

注意事項
■定員に満たない場合、フラムイベントを実施しない場合もございますのでご了承ください。■キャンセルされる場合は必ずご連絡ください。■開講日の7日前よりキャンセル料が発生します。■食材が一部変更となる可能性があります。■新型コロナウイルス感染拡大防止の為、マスクの着用・検温・手指の消毒のご協力をお願いしています。※いずれも消費税込の価格です。

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】 12/30(木)~1/3(月)

TEL 0595-26-6855

<https://www.ueno-gas.co.jp>



雑貨やさん 便利

FLAMME

コンパクトなホルダー&ドリッパーはキャンプのお供にピッタリ。

おしゃれなキャンプに欠かせない()!

コーヒードリッパーホルダー ¥1,650

コーヒードリッパー ¥1,100

スタウトエア550ml (BE・CL・OL) ¥1,595

フリークロスクラフトワーク ¥3,080

アクリルラグ ¥3,190

コレクトトバッグ ¥4,290

①リネン&コットンツイストクロスハット ¥3,850

②リネン&コットンアングルリボンハット ¥3,850

ワークエプロン ¥4,950

秋になり、ずいぶん涼しくなってきましたね。そんな心地良い空間での秋キャンプはとっても素敵なお時間になるはず。今回は大人のおしゃれキャンプにぴったりの商品を取り揃えました(๑-ω-)

※いずれも消費税込の価格です。