

FLAMME EVENT

フラムイベント

5・6・7

2024 4/14(日)

12:00より受付開始!!

定員の半数に満たない場合は、フラムイベントを実施しない場合もございます。

※4/14は電話受付のみとさせていただきます。1回のお電話につき2講座まで、1講座2名までとさせていただきます。

HPからの受付は
4/15(月)からです。



5/18
(土)

素敵なパンの
ある暮らし

TAKE
OUT



メニュー
ミルフィーユ食パン
全粒粉のチーズパンズ

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 2,700円
定員 各12名

縦にデニッシュ生地の層が重なった、外はバリバリ中はしっとり、
バターの香りが芳醇な今話題の食パンと、全粒粉の香ばしい香り
と濃厚なチーズの風味がマッチしたテーブルパンを作ります!

5/25
(土)

しあわせスイーツ日和^{しより}

TAKE
OUT



メニュー
レアチーズムースケーキ
(15cmホール)

時間 10:00~13:00

講師 ジャパンホームベーキングスクール教師
西口 弘子

参加費 2,800円
定員 12名

レモン風味の滑らかな口当たりで爽やかなケーキ
です。

6/2
(日)

親子でたのしむ
パンづくり

TAKE
OUT

成型に
コツあり



メニュー
バターロール
ベーコンチーズブレッド

時間 10:00~13:00

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 2,800円
定員 8組16名(3歳から小学生と保護者)

バターの薫りと生地のおいしさを楽しめるロールパン
と、ベーコンとチーズを巻き込んだお惣菜パンを作り
ます♪

6/15
(土)

料理男子の時間!



メニュー
青ジソのご飯、肉じゃが、なすびのフライ
きゅうりと油揚げのごま酢和え
パプリカの浅漬け

時間 10:00~12:30

講師 松永 啓子

参加費 2,500円

定員 12名 ※女性も参加可能です。

今回はお料理の基本、肉じゃがを作ります。初夏を
感じる食材を使って、いろんなお料理に挑戦してみま
しょう♪

6/22
(土)

素敵なパンの
ある暮らし

TAKE
OUT



メニュー
てりまヨチキンときんぴらパン
抹茶とチョコのマーブルパン

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 2,700円
定員 各12名

チキンときんぴらごぼうにマヨネーズを組み合わせた人気
のお惣菜パンと、抹茶のほろ苦さとホワイトチョコの優し
い甘さがベストマッチのマーブル模様のパンを作ります!

7/20
(土)

アロマフレグランス作り

TAKE
OUT



内容
アロマフレグランス

時間 13:30~15:00

講師 aromaJ. ~jinen from japan~
佐藤 良子

参加費 2,500円
定員 16名

植物天然100%オイルで好きな香りをブレンド。
おしゃれにはもちろん、今のあなたの心身に必要な
香りのメディカルエッセンスになります。

※暮らしサポート割引対象外

7/21
(日)

なかよし
クッキングtime♪



メニュー
シマエナガのランチプレート

時間 10:00~13:00

講師 山本 隆子

参加費 2,500円

定員 8組16名(小学生と保護者)

暑い夏でもさっぱりと食べられる本格メニューを、
簡単に作れるレシピをご紹介します! 親子で楽しく
かわいいプレートを作ります♪

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

※一部対象外あり

フラム18周年
夏の感謝祭

七夕コンサート 7/6(土)

ライブ配信(予定)

予約不要

無料

場所 上野ガスショールームフラム

出演者 上野高等学校
一部 10:30 ギター・マンドリン部
二部 17:00 吹奏楽部

お申込方法

■お申し込みは中学生以上が対象となります。■空席の有無はお電話、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。■お支払い方法は、当日店頭でのお支払いとなります。■いずれも消費税込の価格です。

注意事項

■定員の半数に満たない場合は、フラムイベントを実施しない場合もございます。■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。■食材及びメニューが一部変更となる可能性があります。■マスクの着用・手指の消毒のご協力をお願いいたします。

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】9:00~17:00 ※営業時間が変更になりました。
【休館日】水曜日、5/3(金)~5/6(月)
TEL 0595-26-6855
<https://www.ueno-gas.co.jp>

フラム雑貨 やさん 便利

今回は春の新生活にピッタリの雑貨をご紹介します。
スモーキーなグレーとピンクの食器は可愛らしさの
中にも落ち着きがあり、生活にしっかりと溶け込みます。
他にもカワイイ生活雑貨いろいろ♪
お気に入りを見つけにぜひショールームフラムに
お立ち寄りください。

※いずれも消費税込の価格です。

マグカップ (グレー・ピンク) 各¥1,650

aito製作所カレットシリーズ
ガラスの結晶を混ぜ込んだような
優しいテイストの美濃焼きです。

セット使いも
カワイイ♪

オーバルボウル (グレー・ピンク) 各¥2,200

木の
スプーン付き!

サラダボウル (グレー・ピンク) 各¥1,925

KINTO
コーヒーカップ ¥770
グリーンティーグラス ¥495

ランチョンマット (ミモザチェック) 1枚¥1,705