

FLAMME EVENT

フラムイベント

5・6・7

2025 4/13(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。

※4/13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
4/14(月)からです。



5/17
(土)

和食の料理塾



メニュー
鯖の西京焼、じゃがいものグラタン
蒟蒻だわら、いちごの花びら寒天
初夏のスープ

時間 10:00~12:30

講師 松永 啓子

参加費 2,800円

定員 12名

漬けた鯖
一切れ
持ち帰り

※もう一切れの鯖はその場で食べていただきます。

蒟蒻だわらは温かい豆ごはんを蒟蒻の葉で包んだ郷土料理です。食べるとほっとするような懐かしい味わいと蒟蒻の香りが楽しめます。

5/18
(日)

しあわせスイーツ日和



メニュー
フルーツシャルロット
(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 2,900円

定員 12名

土台となるビスキュイ生地の中にカスタード味のムースとフルーツをたっぷり詰めました。上にもたくさんフルーツを飾ります♪

5/31
(土)

素敵なパンのある暮らし



メニュー
ふわふわちぎりパン
たらもセミハード

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 2,900円

定員 各12名

ふわわりやさしいミルク風味の白パンと、たらことじゃがいもを包んで表面をパリッとセミハードに仕上げたパンを作ります。

6/21
(土)

いが☆グリオお誕生日会



メニュー
グリオバーガープレート

時間 10:00~13:00

講師 山本 隆子

参加費 2,500円

定員 16名(小学生も参加可能。その場合、保護者とペアでご参加ください。代金はお一人2,500円になります。)

6月はいが☆グリोकunのお誕生日月。ランチプレートを作ってグリोकunとお誕生日会を楽しみませんか? ゲームや写真撮影などもあるよ!

6/28
(土)

素敵なパンのある暮らし



メニュー
ブリオッシュシュクレ
カントリーブレッド

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 2,900円

定員 各12名

卵やバターを贅沢に使ったブリオッシュ生地に爽やかなしモン風味を加えたパンと、麦芽が原料のビールで捏ねたフランスパンを作ります!

6/29
(日)

親子でたのしむパンづくり



メニュー
ソーセージフラワー
ピタパン
(完成したうちの1つに具材を詰めます)

時間 10:00~12:30

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 2,900円

定員 8組16名(3歳から小学生と保護者)

ピザ風味の生地にソーセージを包み込んで焼いたソーセージフラワーと、カットすると中が空洞のピタパンを作ります!

7/13
(日)

むくみ 浮腫ケアで小顔づくり



内容 EMS微弱電流で
顔筋とデコルテのマッサージ
(30分間)

時間 ①9:45~②10:35~③11:25~④13:20~
⑤14:10~⑥15:00~⑦15:50~ ※時間予約制

講師 美肌脱毛サロンあおいそら 藪本 知佳

参加費 2,300円

定員 7名(各回1名)

※女性限定(更衣場所が限られているため)

微弱電流を使って筋肉を和らげ、お顔をリフトアップ! デコルテのリンパを流し、浮腫を改善して小顔を作ります。

※暮らしサポート割引対象外

上野ガス暮らしサポートくらぶ
会員様限定!!

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

セタコンサート

フラム19周年
夏の感謝祭

7/5(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 16:30~ 吹奏楽部

お申込方法

注意事項

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
【休館日】水曜日、5/3(土)~5/6(火)
TEL 0595-26-6855
https://www.ueno-gas.co.jp

雑貨やさん 便利

FLAMME

スタッフおすすめ
カワイイ輪挿し♡

ちょっぴり
ペン立てとしても
使えます♪

自然な香りが
お部屋に
広がります♡

大きめサイズで
旅行にも
GOOD♡

モチーフ
フラワーベース
ネコ ¥1,320
シロクマ ¥1,430

ディフューザー
各¥1,980

オレンジ
&
ジャスミン

キルティング
ポーチ
リップフラワー
¥2,200

いちごの香り

内容量20g
ミニサイズだから
ポーチにも
すっぽり入ります♪

ミニ
ハンドクリーム
¥550

だんだんと暖かくなってきましたね。
今回は春を感じる雑貨を集めました。
お部屋に、お出かけのおともに、
カワイイ雑貨で春を呼び込みましょう♪
お気軽にショールームフラムへお越しください。

※いずれも消費税込の価格です。