

FLAMME EVENT

フラムイベント

2025
11.12.1

2024 10/14(月・祝)

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。

※10/14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
10/15(火)からです。



11/16(土) 素敵なパンのある暮らし

TAKE OUT



メニュー
ベーコンとトマトのミニピザ
アップルブレッド

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 2,800円
定員 各12名

トマトソースから作るベーコンのミニピザと、アップルフィリングをたっぷり包み込んだ見た目もかわいいパンを作ります♪

11/17(日) 親子でたのしむパンづくり

TAKE OUT



メニュー
クランベリーとクリームチーズのプール
チョコチップとクリームロールパン

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)

クランベリーとクリームチーズが入った少し歯ごたえのあるプールと、チョコチップとクリームが入ったしっとり柔らかなロールパンを作ります♪

11/24(日) 心も整うマッサージ



※写真はイメージです。

内容
デコルテからヘッドまで
マッサージ(30分間)

時間 ①9:30~ ②10:40~ ③12:50~
④14:00~ ⑤15:10~ ※時間予約制
講師 ヒーリングサロンリュミエール
セラピスト 上村 くるみ
参加費 2,500円 ※女性限定
定員 5名(各回1名) (更衣場所が限られているため)

秋のアレルギーや眼精疲労、耳鳴り、肩こりなどが原因で自律神経が疲れやすいこの時期、マッサージで心と体を整えませんか?

※暮らしサポート割引対象外

12/1(日) クリスマススワッグ作り

TAKE OUT



※写真はイメージです。

内容
ツリー型オーナメント
大きさ:縦約45cm×横(底辺部分)約15cm

時間 10:00~12:00
講師 atelier hana tumugi
フラワーデザイナー 西口 典子
参加費 2,800円
定員 16名

生花やドライフラワーを使ってツリー型のナチュラルなスワッグを作ります。壁に掛けるのももちろん立てかけて飾ってもかわいい♡

※暮らしサポート割引対象外

12/14(土) 素敵なパンのある暮らし

TAKE OUT



メニュー
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 2,800円
定員 各12名

洋酒につけたレーズン、オレンジ、レモンピールを使用。バターやアーモンドフィリングを贅沢に入れたシュトーレンで今年のクリスマスを!

12/15(日) しあわせスイーツ日和

TAKE OUT



※写真はイメージです。

メニュー
クリスマス生チョコムース
(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

チョコスポンジとムースでクリスマスデコレーションをします。

1/19(日) なかよしクッキングtime♪

TAKE OUT



※写真はイメージです。

メニュー
ケーキサンドイッチ

時間 10:00~13:00
講師 山本 隆子
参加費 2,800円
定員 8組16名(小学生と保護者)

季節のフルーツと生クリームがたっぷり♪ サンドイッチ用の食パンを使って、まるでケーキのようなフルーツサンドを作ります。

1/25(土) 和食の料理塾



※ソーダブレッドの大きさは写真と異なります。

メニュー
海鮮巻き寿司、イワシの蒲焼
大豆のかき揚げ、豆乳白玉
ソーダブレッド

時間 10:00~12:30
講師 松永 啓子
参加費 2,800円
定員 12名

節分にちなんだ、縁起の良い食材を使ってお料理します。

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

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
【休館日】 水曜日、12/31(火)~1/5(日)
TEL 0595-26-6855
<https://www.ueno-gas.co.jp>



雑貨やさん
FLAMME
便利

さわやかな秋の日。
今回はおうち時間がちょっと楽しくなるような
生活雑貨を集めました。
人気の山崎実業towerシリーズにも注目!
おうちのサニタリーをセンスアップしちゃいましょう♪
お気軽にフラムにお立ち寄りください。

マットな質感が上品。
素敵なバスタ임을☆



ソープディスペンサー
泡タイプ
(グレー・ベージュ)
各¥1,760

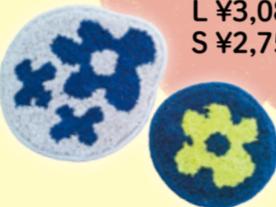
バスタンプラー
(グレー・ベージュ)
各¥1,100



セット使いも
オシャレ♪

小物やフラワーベースを飾ったり、
アクセサリ置きにして使うなど、
インテリアのアクセントとして♪

フック織りミニラグ
L ¥3,080
S ¥2,750



5段あるので
たっぷり入ります。



tower
片手で出せる
ディスペンサー
(ホワイト・ブラック)
各¥1,485

スタイリッシュな生活雑貨で人気の
山崎実業towerシリーズ。



tower
蓋つき
アクセサリートレー
¥2,530

スッキリ収納♪



tower
蛇口にかける
収納ホルダー
(ブラック)
¥2,200

※いずれも消費税込の価格です。

※アクセサリは含まれていません。