FLAMME EVENT 2・3・4
フラムイベント

2025 1/13(月・祝)
12:00より受付開始!!
※1/13は電話受付のみとさせていただき、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1/14(火)からです。
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。

①2/1(土) ②2/9(日) 大好評につき2回開催！ みそづくり

TAKE OUT

メニュー みそづくり

時間 両日とも13:00〜15:00
講師 山本 隆子
参加費 2,600円
定員 各日12名

2kg持ち帰り

栄養価が高く、健康効果抜群のおみそを手作りしてみませんか？　※同じ内容で2回開催しますので、どちらかご都合の良い日を選んでお申込みください。

3/8(土) 素敵なパンのある暮らし

TAKE OUT

メニュー オレンジとチョコのリングパン
オニオンチーズブレッド

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

甘酸っぱいオレンジピールとチョコチップの甘さがベストマッチなリング型のちぎりパンと、パウンド型で焼き上げた食べ応えのあるお食事パンを作ります。

3/16(日) 「おいしさ」のヒミツ探検

内容 親子食育教室
(味覚体験・食育のおはなし・食育ゲーム)

時間 13:30〜15:00
講師 三重大学名誉教授 磯部 由香
参加費 500円
定員 親子8組(子ども2名まで)
(5歳〜小学校低学年と保護者)

この味どんな味？ なんの味？ 親子でいろんな体験やゲームを通して「味わう」大切さを学びます。好き嫌い克服のヒントも得られるかも？

※暮らしサポート割引対象外

3/30(日) 親子でたのしむパンづくり

TAKE OUT

メニュー ミルクブレッド
ハム&たまごパン

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)

バター香るしっとり食感のミルクブレッドと、ハムとたまごが入ったふんわり食感のパンを作ります♪

4/12(土) 和食の料理塾

メニュー お花見弁当(鮭・卵焼き・花にんじんなどを添えます)
春ごぼうとじゃがいものポタージュ
関東風桜もち

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

花びらのように薄く焼き上げた生地であんを包む、関東風桜もちを作ります。

4/18(金)〜4/20(日) 押し花展

内容 2025上本佳世子 生徒作品展

時間 10:00〜17:00
最終日のみ16:00終了
入場料 無料

今年も生徒さんの力作が並びます。是非ご覧ください。

4/19(土) 素敵なパンのある暮らし

TAKE OUT

メニュー いちごロール
ツヴィーベルクーヘン

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 2,900円
定員 各12名

いちごパウダーとホワイトチョコをトッピングした甘酸っぱい可愛いパンと、たっぷりの玉ねぎとベーコンをトッピングしたドイツのケーキを作ります♪

4/27(日) しあわせスイーツ日和(びより)

TAKE OUT

※写真はイメージです。

メニュー ☆キラキラ☆フルーツタルト
(18cm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

旬のフルーツをたっぷり使ったかわいいタルトを作りましょう♪ アーモンドクリームとカスタードを混ぜたクリームをタルト生地にたっぷりと敷き詰め焼き上げます。

3/30(日) みんなでラジオ体操をしよう！ へっぽこ〜ラジオ体操〜

予約不要 無料

名張市で毎朝ラジオ体操活動をしています！

小学生以下のお子様にはお菓子をプレゼント♪

大人も子どももみんな集まれ!!

場所 ショールームフラム前駐車場
時間 9:00〜 30分程度 ※雨天決行

※お車でお越しの場合はフラム第2駐車場(伊賀越様東隣)へお停めください。

上野ガス暮らしサポートくらぶ 会員様限定!!

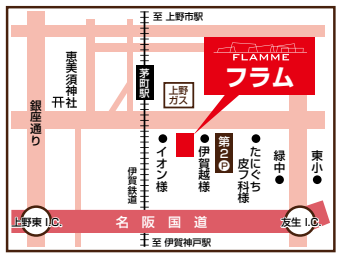
本カードをお持ちの方はお得な優待を受けることが出来ます。

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



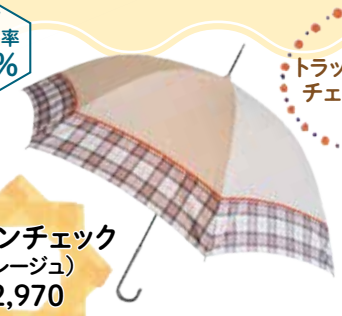
フラム雑貨 雑貨やさん便り

FLAMME

どの傘もちょっとした日傘としてお使いいただけます♪

寒い冬。
冷たい雨やチラチラ小雪が舞う日でも、
カワイイ傘があれば気分がパッと明るくなります。
お好みのタイプに合わせて
お気に入りを見つけてくださいね。
お気軽にショールームフラムへお越しください♪

あると便利 折り畳み傘
クリアな持ち手がかわいい♥
ブルーミングフラワーmini ¥2,970
UVカット率90%
UVカット率80%
バイカラープチハートmini ¥3,520
かるーい✨115g！



UVカット率80%
トラッド派はチェック柄
プレーンチェック(グレージュ) ¥2,970

UVカット率80%
ギンガムチェック(ブラウン) ¥3,190

UVカット率80%
ヒヤシンス(オフホワイト) ¥2,750

UVカット率80%
フェミニン派はフラワープリント
アイビー(ピンク) ¥2,750

※いずれも消費税込の価格です。