

Gas One

レモナキッチンから  
ATAMI+FLAT に名前が変わりました。

熱海ガス ショールーム アタミ+フラット

ATAMI+FLAT

### 簡単クッキング+体験教室

より広い空間で  
快適に、楽しく  
Let's Cooking!  
Let's Culture!

2026年

1・2・3月

講座案内

募集 予約制

1講座10名様まで【応募多数の場合は抽選】

\*結果は開催日の10日前までにお電話にて  
ご連絡いたします。

持ち物

エプロン・三角巾・手拭き用タオル

ご予約受付中

\*詳しくはお問合せください。

Tel.0557-83-1172

申し込み  
フォーム



# ATAMI+FLAT

# 簡単クッキング+体験教室

1/14(水) 第18回  
ジャパニーズ  
ティーカレッジ インアタミ

太巻き寿司 二種  
スモークサーモン  
サラダ仕立て 彩抹茶風味



NPO法人日本茶インストラクター協会認定  
日本茶インストラクター

伊藤 琢磨先生 8名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

1/28(水) ごちゃまぜ  
さつま揚げと  
竹輪料理



UCHI  
お家deかまぼこクッキング  
お魚の  
すり身料理

10名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

2/4(水) 一品入魂



早春野菜と魚貝  
人参のソース  
健康バランス和食

ふじのくに食の都づくり仕事人336号  
内山 栄二先生 10名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

2/9(水) プロの技を  
教わる!



イワシの蒲焼き

まぐろや (株)宇田水産 10名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

2/12(水) キッシュ・ロレーヌ  
あさりと  
菜の花の Pasta



ローザロッソ 10名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

2/19(水) 味わい深い  
冬の味覚



\*たっぷりきのこそば  
\*タマネギとジャガイモの  
カリカリ焼き  
得意料理のレパートリーが増えちゃいますよ!  
杉本 経節商店 10名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

3/2(水) 出汁の引き方  
教えます!



筑前煮  
お吸い物  
小鍋を作ります!  
川堰苑 いすゞホテル  
料理長 山田 史生先生 10名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

3/26(水) メロンパン



2~3種類のパンを焼いて  
美味しく食べる!  
こねる~発酵~焼く!  
ベーカリージャパンカップ  
グランプリ受賞  
パン樹 久遠 10名様迄 10:00~13:00  
お1人様 2,000円

1/9(金)・23(金)  
ハートのチョコパイ  
チキンオムライス  
チーズスープ



2/13(金)・27(金)  
ひな祭り寿司2種  
(雛すし・花巻すし)、すまし汁

3/13(金)・27(金)  
マーラータン、セロリの和え物、中華風蒸しカステラ

一緒に作るガス家庭料理

SBSテレビ キュービー3分クッキング  
斉藤 君江先生 (熱海市在住) 10:00~13:00  
お1人様 2,500円  
3回受講の方は  
3回目受講費より1,000円割引

3/3(水) 夢咲く握り旅!  
マグロと地魚を使った握り寿司



初めての方歓迎!  
マグロと地魚で作る握りの秘密を体験しよう。  
手の温もりと海の香りを感じる、  
楽しく学べる体験講座です。  
寿司の伝道者  
片山 真人先生 8名様迄 10:00~13:00  
お1人様 3,000円

# ATAMI+FLAT

フラットにつながるコミュニティ  
熱海に新しい価値と空間をプラス

アタミ+フラット



料理講座募集中! (熱海市内店舗)

Tel.0557-83-1172 担当/廣瀬・山田

## 募集 次世代を担う人

令和8年 大卒

地域のライフラインを  
守る、造る仕事。



お問い合わせ

soumu@atamigas.co.jp  
TEL.0557-83-2141(代)  
総務部 担当/立見・船橋

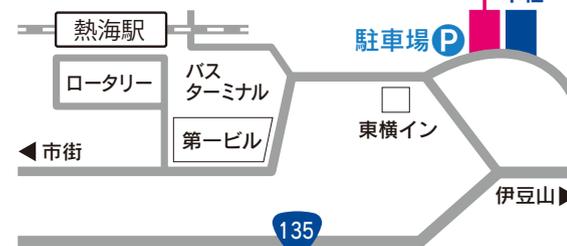


見積  
無料

ガスも、電気も、リフォームも  
「頼れる安心」熱海ガス

TEL.0557-83-2141(代)  
リフォーム営業部 担当/佐々木・眞坂

ショールーム ATAMI+FLAT 熱海ガス  
本社



Gas One

熱海ガス株式会社

熱海市春日町16-53 https://www.atamigas.co.jp



2026 SUN MON TUE WED THU FRI SAT

1				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

SUN MON TUE WED THU FRI SAT

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

SUN MON TUE WED THU FRI SAT

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

\*キャンセルは講座の3日前までにご連絡ください。  
 \*3日前を過ぎますとキャンセル料として一律1,000円をいただいております。  
 \*包丁や火を使う為、ケガや火傷には十分注意してください。万一の場合も責任を負いかねます。  
 \*開催時間は講座により異なります。また、終了時間は前後する場合がございます。

1/21㊦ アロマの薬草箱  
家庭でできる症状別ケア

「冷え・加齢からの痒み肌」  
 作製：シアバタークリーム  
 実習：腹部へのアプローチ法  
 動きやすい服装でお越しください  
 持ち物：ハンドタオル  
 ※2名様からの講座開講 お友達をお誘いください。  
 植物を応用した香りの研究所  
**フレグランスノート** 6名様迄 ●10:00~12:00  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

1/22㊦ 2種のエコ石鹸  
&リップクリーム

基本の廃油石鹸と角質ケア用石鹸。  
 オーガニックオイルと蜜蝋で  
 ステックリップクリーム2本を作りましょう。  
 持ち物：エプロン・マスク・筆記用具  
 保温バッグ・ハサミ・物差し  
 石鹸は各5個お持ち帰り  
 原宿生活の木ギルド認定ハンドメイドソープインストラクター  
 アロマアドバイザー  
 日本化粧品協会検定2級  
**il mio sapone 前田 潤子先生** 10名様迄 ●10:00~13:00  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

1/27㊦ 消しゴムはんこ

2/24㊦ 手元が見えにくい方は  
老眼鏡、拡大鏡の持参を  
おすすめします。  
 3/24㊦ 熱海在住の消しゴムはんこ作家が、  
 季節に合わせた図案で作り方ははんこを  
 押した雑貨作りのアイデアをご紹介します。  
 材料・道具はすべてご用意いたします。手ぶらでご越しください。  
 ※初回受講時のみテキスト代1500円いただきます  
 消しゴムはんこ作家  
**津久井 智子先生** 各10名様迄 ●10:00~12:00  
 ●お1人様(10人以上) 3,000円



イメージ写真

1/29㊦ 冬のアーユルヴェーティックヨガ

1部) 10:00~11:15  
 冬のアーユルヴェーティックヨガ  
 冬は若返りにいい季節。  
 この季節に大切なyogaをお伝えします。  
 2部) 11:30~12:45  
 冬のあーゆるりセルフケア  
 自分をごきげんにする簡単なケアをみなさんと  
 シェアしていきます。オイルうがい体験しよう。  
 持ち物：運動のできる服装  
 飲み物、長めのフェイスタオル  
 ダンサーとして活動しながら2004年よりヨガ指導  
 and hug sora to umi to yoga主催  
**mai先生** 各部8名様迄 ●お1人様各部 2,000円  
 両方参加の方は 3,000円



イメージ写真

1/30㊦ Bonjour!  
2/20㊦ 簡単なフランス語を!

魅力溢れる国フランス、  
 いつかは訪れてみたい。  
 簡単なフランス語と一緒に。  
 講師のフランス、モナコでの  
 長い在住体験談も楽しみ。  
 BONJOUR FRANCE  
 ボンジュール フランス  
**木下 恵美子先生** 各8名様迄 ●10:00~12:00  
 ●お1人様 2,000円



イメージ写真

2/6㊦ はちみつと  
チーズのペアリング

2025ハニー・オブ・ザ・イヤーの  
 はちみつとそれにあうチーズの  
 組み合わせを楽しもう!  
 日本はちみつマイスター協会認定講師  
 ワインソムリエ、野菜ソムリエ  
 チーズプロフェッショナル、チーズ検定講師  
 フランスチーズ鑑評騎士  
**佐久間 啓子先生** 10名様迄 ●10:30~12:00  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

2/10㊦ 平安時代の  
様々なお香づくり

新春にぴったりの  
 掛け香(吊るし型の匂い袋)  
 針で縫う作業はありません。  
 持ち物：筆記用具。  
 材料・道具はこちらでご用意いたします。  
 平安朝茶道 淹茶道  
**中西 景記先生** 10名様迄 ●10:00~12:30  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

2/18㊦ チーズ入門

チーズの基礎知識を学び  
 試食を兼ねてランチを頂きながら  
 数種類のチーズを楽しみましょう。  
 持ち物：お持ち帰り用  
 保冷剤・容器等をご持参下さい。  
 フランスチーズ 鑑評騎士の会 オフシェ  
 チーズマスター会理事  
**平賀 富士子先生** 10名様迄 ●10:30~12:30  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

2/25㊦ パラコード  
オリジナルのハンドストラップを作ろう!!

50色以上の紐からお好きな色を  
 3色・パーツ1種類を選べます。  
 あなただけのオリジナル  
 ストラップができますよ!  
 材料、道具はすべてご用意しますので手ぶらでご参加いただけます。  
 イメージ写真  
 老眼鏡をお使いの方はご持参をおすすめします。  
 パラコード工房 Ohana  
**金子 純子先生** 10名様迄 ●10:00~12:00  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

3/4㊦ 心夢(わくわく)  
己書道場幸座

筆ペンで味のある字を描いてみませんか?  
 誰でも直ぐに描けるようになります。  
 日本己書道場師範資格取得も目指せます。  
 持ち物/お持ちの筆ペンを持参してください。  
 お持ちでない方は、当日購入可能です。  
 日本己書道場 道場師範  
 心夢己書道場 代表  
 初回受講者のみ参加  
**中島 由紀子先生** 8名様迄 ●10:00~12:00  
 ●お1人様 2,000円



イメージ写真

3/9㊦ ~やさしいミニ盆栽体験~  
季節の身近な樹木でミニ盆栽づくり

手のひらに乗る大自然、  
 ミニ盆栽体験。  
 アセビや長寿梅など春にお花が  
 楽しめる苗でミニ盆栽に仕立てます。  
 材料、道具はすべてご用意いたします。手ぶらでご参加いただけます。  
 イメージ写真  
 ※1回目が満席の場合は、11:30~12:50開催予定  
 湯河原 万葉子ほんさい代表  
**五島 かりや先生** 各8名様迄 ●10:00~11:20  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

3/12㊦ エレガント・  
フラスタイル講座

Aloha.  
 フラをはじめ踊る貴女も、経験者も。  
 姿勢が美しくなり、笑顔が自然と  
 こぼれる時間を心がけています。  
 練習用スカート無料貸出し  
 飲料各自持参  
**Ka Huaka'i Hula Studio**  
**カ石 十志枝先生** 各10名様迄 ●10:00~11:15  
 ●11:30~12:45 ●お1人様 2,000円



イメージ写真

3/18㊦ フラワーアレンジメント  
花の学校

ミモザの春リース  
 ◎材料、道具は全てご用意いたします。  
 持ち物はありません。  
 プリザーブドフラワー 一級インストラクター  
 カットフラワーアドバイザー  
**石川 浩子・石川 安奈先生** 10名様迄 ●10:00~13:00  
 ●お1人様 3,000円



イメージ写真

パソコンやスマホからガス料金が確認できる  
**マイあたまigas**  
 ご利用料無料  
 web  
 検針票  
 Gas One  
 熱海ガス株式会社  
 マイあたまigasでできること  
 Point1 毎月の料金を  
 ネットで確認  
 ●スマホやPCからいつでも  
 確認OK  
 ●過去2年間の料金表示で経  
 費・家計管理もカンタンに  
 Point2 各月の使用量が  
 グラフで見える  
 ●過去2年間の使用量がグ  
 ラフで確認できる  
 ●使用量の節約にお役立ち  
 Point3 登録&利用料  
 全て無料  
 ●インターネット接続のため  
 に必要な費用は、お客様  
 のご負担となります  
 マイあたまigas 登録はカンタン!  
 スマホ・タブレットまたはパソコンから  
<https://www.re-ep.jp/atamigas>  
 お問い合わせ/料金課 TEL.0557-83-2141(代)

