

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
4・5・6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



ATAMI GAS

ATAMI+FLAT

4/20(月) プロの技を教わる!
サバの味噌煮
まぐろや (株) 宇田水産 10名様迄 10:00~13:00 お1人様 2,000円

5/11(月) 第19回 ジャパニーズティーカレッジ インアタミ
新茶葉と桜エビのかき揚げ 茶ソーメン 他
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

5/20(水) 磯辺揚げ
ただ今 作りやすく職人が考案中!
UCHI お家deかまぼこクッキング お魚のすり身料理 山田屋 10名様迄 10:00~13:00 お1人様 2,000円

6/4(木) キッシュ・ロレーヌ 季節のパスタ
ローザロツツ 10名様迄 10:00~13:00 お1人様 2,000円

簡単クッキング+体験教室

6/17(水) 一品入魂
*梅雨いわし柔煮 *無花果白和へ ~バランス栄養和食~
しずおか食の仕事をMedi-Shef 内山 栄二先生 10名様迄 10:00~13:00 お1人様 2,000円

6/18(木) 醤油が決め手
*大根ツナパスタ *夏野菜のなめ茸和え
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

6/24(水) 雑穀パン他
2~3種類のパンを焼いて 美味しく食べる!
ベーカリージャパンカップ グランプリ受賞 おん 久遠 10名様迄 10:00~13:00 お1人様 2,000円

6/9(日) 6月の雨音と光る地魚たち
あなたの手から生まれる 一貫が1番おいしい!
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



4/10(金)・24(金) いかと青菜ののり和え 豆ごはん、よもぎ入り柏餅
5/8(金)・22(金) 家常豆腐(豆腐と野菜のみそ炒め) きゅうりと白滝の中華サラダ 中華スープ

6/12(金)・26(金) チキンカレー、キャベツのサラダ、麦こしがクッキー
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

6/9(日) 6月の雨音と光る地魚たち
あなたの手から生まれる 一貫が1番おいしい!
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 お問い合わせ/ショールーム係

募集 次世代を担う人

令和8・9年 大卒
地域のライフラインを守る、造る仕事。

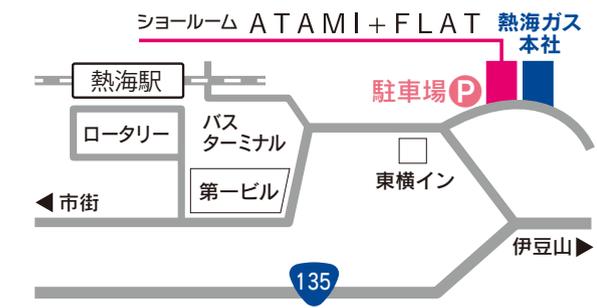


お問い合わせ soumu@atamigas.co.jp
TEL.0557-83-2141(代)
総務部 担当/立見・船橋



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



Gas One
熱海ガス株式会社
熱海市春日町16-53 https://www.atamigas.co.jp



4			1 書道	2	3 フランス語	4 休
5 休	6	7 フレグランスノート	8	9	10 斉藤先生	11 休
12 休	13 盆栽	14	15 —	16 —	17 はちみつ	18 休
19 休	20 まくらや	21 消しゴムはんこ	22	23	24 斉藤先生	25 休
26 休	27	28 フラワーアレンジメント	29	30		

5

					1	2 休
3 休	4 休	5 休	6 休	7	8 斉藤先生	9 休
10 休	11 日本茶	12	13 フ	14 ラ	15 —	16 休
17 休	18	19 消しゴムはんこ	20 山田屋	21	22 斉藤先生	23 休
24 休	25	26 チーズ	27	28 ヨ	29 ガ	30 休

6

	1 盆栽	2	3	4 ローザ ロッソ	5 フランス語	6 休
7 休	8	9 握り寿司	10	11	12 斉藤先生	13 休
14 休	15 —	16 —	17 しずおか 食の仕事を	18 杉本 軽節商店	19	20 休
21 休	22	23 消しゴムはんこ	24 久遠	25	26 斉藤先生	27 休
28 休	29	30				

*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。

ATAMI+FLAT

4/1④ 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



簡単クッキング+体験教室

4/17⑤ はちみつとチーズ、フルーツをあわせて楽しもう!

意外なはちみつの使い方。
 チーズもはちみつとあわせると一味違います!
 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



5/26⑥ チーズ入門

ナチュラルチーズの基礎知識を学びランチを兼ねて数種類のチーズを試食しましょう。
 持ち物:お持ち帰り用容器・ラップ 保冷剤などご持参下さい。
 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



4/3⑤ Bonjour! 6/5⑤ 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。簡単で実用的な表現と一緒に学びましょう。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



4/21⑥ 消しゴムはんこ 5/19⑥ 6/23⑥

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。手ぶらでお越しください。
 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才以上) 3,000円



5/28⑥ 梅雨のアーユルヴェーディックヨガ

1部) 10:00~11:15 梅雨のアーユルヴェーディックヨガ KAPHAお水のエネルギーが増える時期。全身の巡りを促すヨガをアーユルヴェーダの智慧とともに。
 2部) 11:30~12:45 梅雨のあーゆるりセルフケア 雨の季節の中をhappyに過ごせるセルフケアをスパイスティーを飲みながら実践しましょう。
 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



4/7⑥ アロマの薬草箱 「細毛、頭皮トラブル」

美容と料理でタイムを使う方法 作成:タイムのシャンプー、ハーブ水 実習:頭皮マッサージ
 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



4/28⑥ フラワーアレンジメント 花の学校

ミモザのフラワーリース作り
 ◎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



5/29⑤ 平安時代の 様々なお香づくり

初夏の香りの塗香(ずこう)と簡単にできる おしゃれな塗香入れ
 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



4/13⑥ 手のひらに乗る大自然 6/1⑥ ミニ盆栽体験。

春から初夏に楽しめる樹木の苗や山野草でミニ盆栽に仕立てます。4月 春の山野草で草盆栽 6月 ヤマアジサイのミニ盆栽
 材料、道具は全てご用意いたします。手ぶらでご参加いただけます。 ※1回目が満席の場合は、11:30~12:50開催予定
 湯河原 万葉子ぼんさい代表 **五島 かりや先生** 各8名様迄 ●10:00~11:20 ●お1人様 3,000円



5/13⑥ エレガント・フラススタイル講座

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 **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



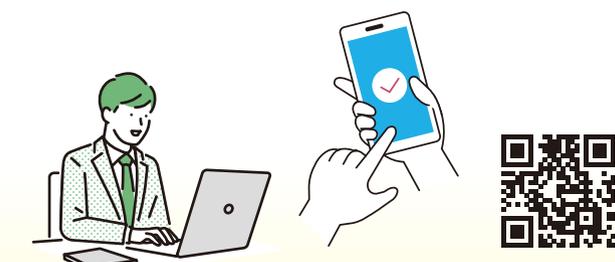
パソコンやスマホからガス料金が確認できる

マイあたまガス



Web 検針票 Gas One 熱海ガス株式会社

- マイあたまガスでできること
- Point 1 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
 - Point 2 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
 - Point 3 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



マイあたまガス 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)