

# 「クッキングサロンハマッ子」受講者募集！

2022年4月  
開催内容

お申込み・・・ クッキングサロン ハマッ子HPまたは電話にてお申込みください。  
JA横浜 地域ふれあい課  
TEL：045-942-2316（直通）  
045-942-2312（代表）  
受付 9：00～16：00  
（土・日・祝日・年末年始を除く）  
URL：https://ja-cookingsalon.jp/



2/1(火)9:00～申込受付開始 4講座

月2回開催 4/12(火)	料理研究家 鈴木佳世子の 「身体にやさしい春レシピ」	※同じ講座のため1人1講座になります。	受付 10：45～ 開始 11：00～13：30 (終了予定)
4/21(木)	大豆ミートのハンバーグ・春野菜ともち麦のスープ・ 鶏胸肉とフルーツのヨーグルトサラダ・米粉のカップケーキ 講師：鈴木 佳世子さん（野菜ソムリエ・料理研究家・料理教室主宰）		受講料 3,000円 定員 各10名 
4/19(火)	横浜野菜 de アイディア家庭料理 「お弁当を持ってでかけましょう」 チュリップチキンのから揚げ・ニンジンの出汁漬け・ ウズラの卵のカレーしょうゆ漬け・ほうれん草の海苔巻き・ ブロッコリーのチーズ焼き・ピーマン入り卵焼き・3種のおむすび 講師：はまキッチン 菊地 多久美さん（野菜ソムリエプロ・料理研究家・はまふうどコンシェルジュ）		受付 10：15～ 開始 10：30～13：30 (終了予定) 受講料 3,000円 定員 10名 
4/20(水)	横浜野菜 de パン&スープ ～米粉の台湾カステラ付きランチメニュー～ 筍と大豆ミートのルーローハン・台湾風青菜炒め・干し貝柱と春野菜のスープ・ 米粉で台湾カステラ 講師：はまキッチン 高崎 順子さん（野菜ソムリエ上級プロ・手作りパン研究家・食育マイスター）		受付 10：15～ 開始 10：30～13：30 (終了予定) 受講料 3,000円 定員 10名 

2/4(金)9:00～申込受付開始 1講座

4/25(月)	中医学講師 渡辺ゆうこの 「舌の診断☆舌を見て自分の身体を知ろう！ 家族の身体を知ろう！」 ◎漢方の身体の診断方法に舌の診断があります。毎日変わる舌を自分で診断して 薬膳料理を作ることは大切な知識です。それを、漢方薬剤師が教えます。 ◎薬膳茶と薬膳ランチ付き ※調理実習はありません 講師：渡辺 ゆうこさん（漢方薬剤師・中医学講師） / 鈴木 佳世子さん（料理研究家）		受付 10：45～ 開始 11：00～13：30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 20名 
---------	--	--	---

〈持ち物〉マスク・エプロン・三角巾・手拭き用タオル・筆記用具（中医学講座はエプロン・三角巾はいりません）

## キャンセル料について

- ① 開催日の2日前(土・日・祝日・年末年始を除く)
- ② ①以降に本人または同居家族等にコロナウイルスを疑われる症状(咳や発熱等)がある場合  
※①、②に該当する際は、**全額でのお支払い**となります。ご了承ください。  
キャンセルおよびキャンセル待ちの受付は、**電話連絡のみ**となっております。

※WEBからのお申込みで、返信が届かなかった場合は、上記の地域ふれあい課まで確認をお願いします。  
※お申込みいただいた個人情報、当料理教室を開催・運営するにあたり必要となる業務に使用し厳重に管理します。  
※お車でのご来場を禁止させていただいております。お車で越越しの際は近隣の駐車場をご利用ください。  
※季節事情等によりメニューの変更がある場合があります。  
※新型コロナウイルス感染症の状況や定員に満たない場合等で、中止となる事がありますので予めご了承ください。





## 新型コロナウイルス感染症予防策について

### 【クッキングサロン ハマッ子の対応】

- ・担当講師の毎朝の検温、マスク着用を徹底します。
- ・サロン内のアルコール消毒を徹底します。
- ・換気扇、ドアの開放、24時間換気システムを使用し教室内の換気を行います。
- ・着席の際、対面にならないよう座席を指定させていただきます。
- ・ソーシャルディスタンス確保のため、1テーブル少人数での実施といたします。

### 【お客様へのお願い】

- ・本人または同居家族等にコロナウイルスを疑われる症状（咳や発熱等）がある場合は、受講をご遠慮ください。
- ・家を出る前に検温をお願いします。
- ・入室前の検温にご協力ください。
- ・受講および実習中は、マスク・使いきり手袋のご着用をお願いします。（使いきり手袋はJAでもご用意しています）
- ・教室にアルコール消毒液を設置しています。教室への入退室の際、レッスン前には、手指の消毒にご協力をお願いします。併せて、石けんでの手洗いをお願いします。
- ・お手洗い等、教室から途中退席される際は、エプロンを外し、入室の際には手洗いとアルコール消毒をお願いします。

### クッキングサロン ハマッ子

横浜市営地下鉄センター北駅2番出口より徒歩1分  
JA横浜都筑中川支店3F 都筑区中川中央1-26-6



JA横浜公式ホームページにて、過去に開催されたクッキングサロンの様子が投稿されていますので、どうぞご覧ください。

