

# 「クッキングサロン ハマッ子」受講者募集!

2022年8月  
開催内容

お申込み・・・「クッキングサロンハマッ子」HPまたは電話でお申込みください  
時間・受講料・定員・電話番号(直通)をご確認ください



JA横浜 組織生活課  
TEL 045-942-2319 (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/>



6/1(水)9:00~申込受付開始 6講座

8/ 3 (水)	<b>夏休み親子の食育クッキング</b> 「野菜レストランさいとう」の食育クッキング	受付 10:15~ 開始 10:30~13:30 (終了予定)
8/ 4 (木)	横浜の夏野菜たっぷりソースで食べるオムライス・ 「野菜レストランさいとう」のオリジナルドレッシングで食べるサラダ ※季節の果物がつきます(仕入れの都合により当日のメニュー変更もあります)	受講料 親1名・子1名 <u>3,500円</u>
8/ 5 (金)	<b>&lt;対象&gt;</b> 小学校1年生~中学校3年生までのお子様(2名まで)と保護者の方 講師: 齊藤 良治さん (「野菜レストランさいとう」オーナーシェフ)	親1名・子2名 <u>5,000円</u> 定員 各日5組
8/ 9 (火)	<b>料理研究家 鈴木佳世子の</b> 「おうちで楽しむハワイアン」 ガーリックシュリンプ・ポキサラダ・ふるふるチキン風グリル・ ハワイアンパンケーキ 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)	受付 10:45~ 開始 <u>11:00~13:30</u> (終了予定) 受講料 <u>3,500円</u> 定員 20名
8/24 (水)	<b>横浜野菜 de プラントベースレッスン</b> ~真夏のフルーツたっぷりランチ~ 米粉のバナナブレッド・大豆ミートとナスのヘルシーラザニア・ マCHEDニアフルーツ ※復習の米粉付き 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 <u>3,500円</u> 定員 16名
8/25 (木)	<b>料理研究家 渡辺庸子の</b> 『ベーグルで楽しむ美味しいランチ!』 エブリシングベーグル・具たくさんのかぼちゃのサラダ・ トマトと卵のさわやかスープ・チーズと餡のデザートベーグル 講師: 渡辺 庸子さん (パンコーディネーターアドバンス・栄養士・パン教室Orange主 人)	受付 10:15~ 開始 10:30~13:30 (終了予定) 受講料 <u>3,500円</u> 定員 12名

6/3(金)9:00~申込受付開始 1講座

8/22 (月)	<b>中医学講師 渡辺ゆうこの</b> 【東洋医学で体を知る 五臓:心】 夏に元気になるための、生活習慣と食事法 ◎神経質な体質や不安気質は、夏にひどくなりやすいと東洋医学では知られています。その理由を 解説し薬膳や生活習慣のアドバイスをします。自分や家族のために知っておきたい知識です。 ◎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 40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(中医学口座はエプロン・三角巾はいりません)



裏面へ続く→

### 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、組織生活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は、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。お車でお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 ハマツ子の対応】

- ・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。

### 【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。
- ・食事の際は黙食にご協力をお願いします。
- ・海外から帰国された方は、帰国された日から14日間は受講を控えてください。

### クッキングサロン ハマツ子

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掲載されていますので、どうぞご覧ください。

