

# 「クッキングサロンハマッ子」受講者募集!

2024年11月  
開催内容



**お知らせ**

4月よりWebのみのお申込みとさせていただきます。

**お申込み方法**

URL: <https://ja-cookingsalon.jp/>

又は、右記のQRコードよりお願いいたします。

JA横浜 組織生活課



9/2(月)9:00~申込受付開始 8講座

11/ 5 (火)	<p><b>タイ料理研究家 岡田みどりの</b> 【家でもできる簡単タイ料理】</p> <p>カーオクルックガピ(ガピの混ぜご飯)・ムーワーン(豚肉の甘辛煮)・ソムタムポラマイ(フルーツのソムタム)・ゲーン プワーマン(サツマイモのココナツミルク煮)</p> <p>講師：岡田 みどりさん (フードコーディネーター・フードアナリスト・タイ料理教室主宰)</p>	<p>受付 10:15~</p> <p>開始 10:30~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 5,000円</p> <p>定員 16名</p>
11/11 (月)	<p><b>横浜野菜 de パン&amp;スープ</b> ~グルテンフリーで楽しむ秋のカフェランチ~</p> <p>抹茶と豆の米粉ちぎりパン・たっぷりキノコと鶏肉のクリームシチュー・ゆず香るごちそうポテサラ・ほうじ茶プリン</p> <p>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)</p>	<p>受付 10:15~</p> <p>開始 10:30~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,000円</p> <p>定員 16名</p>
11/12 (火)	<p><b>料理研究家 鈴木佳世子の</b> 「秋の味覚を楽しむレシピ」</p> <p>鶏肉のトマト煮・さつまいものサラダバーニャカウダソース・きのこたっぷりクリームスープ・リンゴとシナモンのパイ</p> <p>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)</p>	<p>受付 10:45~</p> <p>開始 11:00~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,000円</p> <p>定員 25名</p>
11/18 (月)	<p><b>フードコミュニケーター荒木典子の</b> 『横浜野菜をたっぷり使ってワクワクパーティー料理』</p> <p>横浜野菜入りミートローフ キウイソース・ブロッコリーロマネスコのアーリオ・オーリオ・玉子のディアブル風&amp;さつまいもとシーフードのピンチョス・里芋のポタージュスープ・小松菜ゼリー ※パン付き</p> <p>講師：荒木 典子さん(はまふうどコンシェルジュ・Nori Foods代表)</p>	<p>受付 10:45~</p> <p>開始 11:00~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,000円</p> <p>定員 16名</p>
11/19 (火)	<p><b>料理研究家 田部井美佳の</b> 「豊穣豊味をお祝いしよう!」</p> <p>横浜の新米で本格きりたんぼとだまご鍋・カブのラーパーツァイ・スモークサーモンのオレンジマリネサラダ・干し柿とチーズとチョコのミルクフィユ</p> <p>講師：田部井 美佳さん(野菜ソムリエプロ・料理研究家・料理教室主宰)</p>	<p>受付 10:15~</p> <p>開始 10:30~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,000円</p> <p>定員 20名</p>
11/20 (水)	<p><b>はまキッチン特別企画 横浜野菜講座</b> ~晩秋を彩る! キッシュづくし~</p> <p>秋のキッシュ2種・季節野菜のスープ&amp;サラダ・デザートキッシュ&amp;フルーツ等 晩秋の野菜果物をたっぷり使ったキッシュづくしをお楽しみください!</p> <p>講師：はまキッチン 木村 滋子さん/宮地 香子さん</p>	<p>知って得する! 横浜野菜の魅力 秋冬編 ※実習はありません</p> <p>受付 10:45~</p> <p>開始 11:00~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,000円</p> <p>定員 24名</p>
11/25 (月)	<p><b>東洋医学講師 渡辺ゆうこの</b> 「冬の薬膳とその対策」 ※薬膳ランチ付き ※調理実習はありません</p> <p>◎体の冷える冬、血流が悪くなると、腰痛、頭痛、肩こり、膝の痛み、ふくらはぎの張りなど、体のあちこちが痛くなります。冷えやすい体質を薬膳で改善し、この冬も元気に乗り切りましょう!</p> <p>講師：渡辺 ゆうこさん(漢方薬剤師・東洋医学講師) / 鈴木 佳世子さん(料理研究家)</p>	<p>受付 10:45~</p> <p>開始 11:00~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,000円</p> <p>定員 40名</p>
11/26 (火)	<p><b>料理研究家 山本あゆみの</b> ~初冬仕込み麦麴味噌(2kg)を作しましょう!~</p> <p>鶏と小松菜のすまし汁と二色なますとごはんの実習付き</p> <p>※味噌はお持ち帰りいただきます ※味噌樽を包む大きめのハンカチ又はバンダナ等と持ち帰り用の手提げ袋をご用意ください</p> <p>講師：山本 あゆみさん (野菜ソムリエプロ・料理研究家・発酵食スペシャリスト・フードライター)</p>	<p>受付 10:45~</p> <p>開始 11:00~13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,000円</p> <p>定員 16名</p>

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

裏面へ続く→





### 【お客様へのお願い】

- ・入室後の手洗い、アルコール消毒と調理前に再度手洗いをお願いします。
- ・トイレへ行かれる際は、エプロン・三角巾を外し、入室時には手洗いとアルコール消毒をお願いします。
- ・アレルギーの方は講師へお申し出ください。
- ・手に傷のある方、ネイル等をしている方は、使い切り手袋をご持参してください。（R6.4より）
- ・切り傷、火傷、ケガ等をした(させた)場合は、自己責任となりますのでご了承ください。
- ・原則、料理の持ち帰りは禁止です。やむを得ず持ち帰る場合は、自己責任をお願いします。
- ・調理中の携帯電話の使用はご遠慮ください。

### ◎キャンセル料について

開催日平日2日前(土・日・祝日・年末年始を除く)よりキャンセル料として全額でのお支払いとなります。(咳や発熱などの体調不良によるキャンセルにつきましても対象となりますのでご了承ください。)

### ◎キャンセルの受付は、電話連絡のみとなっております。

JA横浜 組織生活課 045-942-2319(直通)

※WEBからのお申込登録後、受付完了の返信メールが届きます。

システム障害等で届かない場合は、JA横浜 組織生活課(☎942-2319)までお問い合わせください。

※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。

※施設内に駐車場のご用意はありません。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。

※定員に満たない場合や諸事情で、中止となる事がありますので予めご了承ください。

※料理教室は、講師も含む共同作業で行われます。そのため、運営上支障があると判断した場合、ご参加をお断りすることがあります。また、参加費は返金されませんのでご了承ください。

### 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

「クッキングサロン ハマッ子」専用ホームページのサロンレポートにて、過去に開催しましたメニュー内容等を写真入りで掲載しております。どうぞご覧ください。

