

# 「クッキングサロンハマッ子」受講者募集！

2024年12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。

お申込みは方法

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



10/1(火)9:00~申込受付開始 8講座

12/ 3 (火)	<b>横浜野菜 de おもてなし料理</b> <b>「年末にピッタリ！腸活できる飲茶メニュー」</b> 中華ちまき・野菜たっぷり春巻き・発酵あんこでゴマ団子・大根餅・キノコどっさり酸辣湯 ※地元「岩井の胡麻油」とコラボレッスン&お土産付き 講師：はまキッチン 木村 滋子さん / 高崎 順子さん	受付 10:15~ 開始 10:30~13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 20名
12/10 (火)	<b>料理研究家 鈴木佳世子の</b> <b>「クリスマスのごちそうレシピ」</b> サーモンのパイ包み焼き・ツナのパテ・スパゲティブッタネスカ・アーモンドクリームフルーツタルト(市販タルト台使用) 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 11:00~13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 25名
12/14 (土)	<b>管理栄養士 富山彩の</b> <b>『🍷クリスマス親子料理教室🍷』🍎Kids loves vegetables🍎</b> クリスマスリースピザ・冬野菜たっぷりスープ・フルーツライフル <b>【対象】幼稚園年長~小学校6年生までのお子様(2名まで)と保護者の方</b> 講師：富山 彩さん(管理栄養士・なのはなキッチン主宰)	受付 10:15~ 開始 10:30~13:30 (終了予定) 受講料 4,000円(1組2名) 5,500円(1組3名) 定員 10組
12/16 (月)	<b>冷凍生活アドバイザー 根本早苗の</b> <b>~平日夜でも慌てないクリスマスパーティーメニュー~</b> サーモンのパテ・冷凍ほうれん草のポタージュ・ザクザクチキン・薩摩芋バナナケーキ 講師：根本 早苗さん (野菜ソムリエプロ・料理研究家・冷凍生活アドバイザー・食生活指導士)	受付 10:15~ 開始 10:30~13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 18名
12/18 (水)	<b>横浜野菜 de 世界旅行</b> <b>~北欧のクリスマス🎄~</b> スモープロー(北欧風オープンサンド)・ヨウルトルトゥ(クリスマスのタルト) ヤンソンス フレステルセ(アンチョビポテトグラタン)・フレスケスタイ(ローストポーク) ※ホットワイン(ノンアル)&ジンジャークッキー(試食のみ) 講師：はまキッチン 木村 滋子さん(野菜ソムリエプロ・料理研究家・管理栄養士)	受付 10:15~ 開始 10:30~13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 20名
12/23 (月)	<b>東洋医学講師 渡辺ゆうこの【症状別シリーズ】</b> <b>東洋医学での胸の痛みや動悸の起こる理由を知って、自分の体を守ろう！</b> 時々チクッと胸が痛い、左肩だけ凝る、左の背中が痛い、このような方は夜に何度も目が覚めたり、不安な胸のざわつきなども出やすいです。なぜこのような症状が起きるのか、東洋医学と西洋医学両方の面から解説し自分でできる養生法をアドバイスします。 ※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・東洋医学講師) / 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
12/26 (木)	<b>料理研究家 山本あゆみの</b> <b>~親子で冬仕込み米麹味噌(2kg)を作っちゃおう!~</b> お味噌のおはなしと豚汁・ご飯の試食付き <b>【対象】幼稚園児~中学校3年生までのお子様(2名まで)と保護者の方</b> ※味噌はお持ち帰りいただきます ※調理実習はありません ※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袋をご用意ください 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)	受付 10:15~ 開始 10:30~13:30 (終了予定) 受講料 4,000円(1組2名) 4,500円(1組3名) 定員 12組
12/27 (金)	<b>料理研究家 高崎順子の冬休み親子レッスン</b> <b>「やさしいおせち料理」</b> 白玉お雑煮・フライパンでお煮しめ・横浜玉子の伊達巻き ※野菜のプチ講座&教材付き <b>【対象】小学生以上のお子様(2名まで)と保護者の方</b> 講師：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 4,000円(1組2名) 5,000円(1組3名) 定員 10組

〈持ち物〉マスク・エプロン・三角巾・手拭き用タオル・筆記用具(東洋医学講座はエプロン・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。

