

# 「クッキングサロンハマッ子」受講者募集！

2023年3月  
開催内容

お願い・・・開催日の直近のキャンセルが、増加しております。

申込を確認し、早めの連絡をお願いいたします。



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/>



1/5(木)9:00～申込受付開始 5講座

3/3 (金)	<p><b>料理家 成澤文子の</b> <b>～作って楽しい♪ピンチョスレッスン!～</b></p> <p>鯛のマリネ・スペイン風ポテトサラダ・ひき肉入りトルティージャピンチョス・マッシュルームのクリームピンチョス・カマンベールチーズと玉ねぎのマルメラードピンチョス・いちごの白ワインマリネ</p> <p>講師：成澤 文子さん (料理家・管理栄養士・はまふうどコンシェルジュ)</p>	<p>受付 10:15～ 開始 10:30～13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 4,500円</p> <p>定員 12名</p>
3/14 (火)	<p><b>料理研究家 鈴木佳世子の</b> <b>「春のパワーレシピ」</b></p> <p>ローストビーフ(玉ねぎソースでローストビーフ丼)・春野菜のパワーサラダ・玉ねぎのポターージュ・バイクドチーズケーキ</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～ 開始 11:00～13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 3,500円</p> <p>定員 20名</p>
3/15 (水)	<p><b>横浜野菜 de スイーツ</b> <b>～グルテンフリーのデザートとガレット～</b></p> <p>苺のクランブルケーキ・手作りバニラアイスとトマト餡グレースソース添え・サブゼザムノア・春野菜で花束ガレット(軽食系)</p> <p>講師：はまキッチン 伊藤 尚子さん (野菜ソムリエ・オーガニックフルーツソムリエ・お果子工房ichigo-eオーナーパティシエ)</p>	<p>受付 10:15～ 開始 10:30～13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 3,500円</p> <p>定員 16名</p>
3/16 (木)	<p><b>料理研究家 田部井美佳の</b> <b>「中華料理 de 春のお祝い」</b></p> <p>皮から作る春餅(チュンピン)with北京ダック風チキンと香味野菜サラダ・春キャベツのレイヤーサラダ・あっという間のシェントウジャン(台湾風豆乳スープ)・薬膳あんみつ</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～ 開始 10:30～13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 3,500円</p> <p>定員 20名</p>
3/22 (水)	<p><b>横浜野菜 de 世界旅行</b> <b>～美食の国ベルギーの美味しい料理～</b></p> <p>クロケット オー クルヴェット(小エビのコロッケ)・ワートルゾーイ(鶏と野菜のクリーム煮)・ポム デュセス(焼きマッシュポテト)・ムース オー ショコラ(チョコレートムース)</p> <p>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)</p>	<p>受付 10:15～ 開始 10:30～13:30 (終了予定)</p> <p>受講料 3,500円</p> <p>定員 20名</p>

1/6(金)9:00～申込受付開始 1講座

3/27 (月)	<p><b>中医学講師 渡辺ゆうこの</b> 薬膳ランチ付き <b>※調理実習はありません</b></p> <p><b>「症状別シリーズ」～鼻炎、蓄膿花粉症のおこる体質を考える～</b></p> <p>病気には始まりがあり原因もあるというのが東洋医学の理論です。花粉症の時期、鼻のトラブルはとて多いです。症状別に解説し、それぞれにおすすめの食材や生活習慣を楽しくアドバイスします。自分や家族の体質を知って少しでも改善していきましょう！</p> <p>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)</p>	<p>受付 10:45～ 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>
----------	---	--



〈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。

