

「クッキングサロンハマッ子」受講者募集！

2024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(金)9:00～申込受付開始 7講座

3/ 5 (火)	<p>管理栄養士・料理研究家 富山彩の ～青葉区産あおば小麦を楽しむメニュー～ あおば小麦のニョッキ・鶏肉のレモンアンチョビソース 菜の花添え・ からし菜としらすのサラダ・濃厚コーヒーパバロア ※あおば小麦のパン付き 講師：富山 彩さん (管理栄養士・なのはなキッチン主宰)</p>	<p>受付 10:15～ 開始 10:30～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 20名</p>
3/12 (火)	<p>料理研究家 鈴木佳世子の 「黒酢を味わうレシピと春スイーツ」 海老と春野菜の黒酢炒め・トマトと卵の黒酢スープ・黒酢ピクルス・瓶ケーキ 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)</p>	<p>受付 10:45～ 開始 11:00～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 25名</p>
3/13 (水)	<p>はまキッチン特別企画！ 横浜野菜講座 第3弾 ～知って得する横浜野菜の魅力 春の野菜たち～ ◎横浜野菜セミナー(春野菜編)と 美味しいワンプレートランチ付き 講師：はまキッチンプレゼンツ</p>	<p>※横浜野菜ノート春野菜編 (レシピ)付き ※調理実習はありません 受付 10:45～ 開始 11:00～13:30 (終了予定) 受講料 3,500円 定員 36名</p>
3/22 (金)	<p>料理研究家 田部井美佳の ～キッチンからSDGs Vol.4 ムダなくおいしく使い切るアイデア術～ おにぎらずサンド・鮭の甘酒漬けピーナッツ焼き・ふんわりつくねの照り焼き 玉ねぎのオープン焼き アンチョビソース 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>※性格診断テストと対策 ※使い切りと作り置き講座 受付 10:15～ 開始 10:30～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 16名</p>
3/25 (月)	<p>東洋医学講師 渡辺ゆうこの 薬膳ランチ付き 【症状別シリーズ】 「不安感、うつ、パニックはなぜ起こるのかを知って、食事や生活習慣で改善していこう」 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。どうしていつも不安感があるのか？ 寝られないのか？落ち込むのか？を解説し、おすすめの食材や生活習慣を楽しくアドバイスします。 その他、質疑応答もおこないます、病気の理由を知って少しでも改善していきましょう。 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>※調理実習はありません 受付 10:45～ 開始 11:00～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定員 40名</p>
3/26 (火)	<p>料理研究家 高崎順子の 春休み親子レッスン「春野菜で楽しむファミリーメニュー」 対象：保護者1名と小学生以上のお子さん 鮭と春野菜の「ごはんピザ」・春キャベツとアサリのスープ・いちご白玉 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)</p>	<p>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 8組</p>
3/27 (水)	<p>横浜野菜 de アイディア家庭料理 ～持ちよりもピッタリ♪ハレの日にちょっとごちそう～ 骨付き鶏と根菜のカレークリーム煮 野菜ライス添え・春野菜のキッシュ・ 作り置きOK!マリネサラダ・いちごのグラスティラミス 講師：はまキッチン 宮地 香子さん (野菜ソムリエプロ・料理研究家・アスリートフードマイスター)</p>	<p>受付 10:15～ 開始 10:30～13:30 (終了予定) 受講料 3,500円 定員 20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→



【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、ネイル等をしている方は、使い切り手袋のご着用をお願いします。(JAでご用意しています)
- ・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

開催日の平日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。ご了承願います。)

※キャンセルの受付は、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、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。

クッキングサロン ハマッツ子

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。

