

「クッキングサロン ハマッ子」受講者募集！

2025年7月
開催内容

お申込み方法

Webのみのお申込みとさせていただきます。

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

又は、右記のQRコードよりお願いいたします。



5/1(木)9:00～申込受付開始 8講座

7/3 (木)	料理研究家 神山寿恵の 【火を使わずに旬野菜で涼しくカンタン美味養生】 野菜たっぷりvegan対応ベジロール・生産者さん直伝 新生姜の激旨サラダ・ おしゃれズッキーニ2種・ごはんのお供 人参の梅味噌和え・TBMS(つるむらさきの、) 講師：神山 寿恵さん（料理研究家・104Cook labo主宰）	受 付 10:45～ 開 始 11:00～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定 員 20名
7/4 (金)	料理研究家 渡辺庸子の ～コーンパンとスパイス料理で夏ランチ～ コーンパン・ファラフェル（ひよこ豆のコロッケ）・エビとオクラのガンボスープ・ ハニーレモンゼリー 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主宰）	受 付 10:15～ 開 始 10:30～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定 員 16名
7/8 (火)	料理研究家 鈴木佳世子の 「スパイス＆ハーブの夏のレシピ」 夏野菜のカレー・ハーブ香るサルシッチャ風ミートボール・トマトと魚介のサラダ・ ミルフィーユ 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
7/16 (水)	横浜野菜 de パン＆スープ ～ハワイを感じるカフェメニュー～ 米粉のマラサダ(ハワイの揚げパン)・ロコモコ～夏野菜添え～(ハンバーグは米粉使用)・ スパイシーソーセージとトマトのスープ・パイナップル チチ(ノンアルコールドリンク) 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）	受 付 10:15～ 開 始 10:30～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定 員 16名
7/23 (水)	東洋医学講座 渡辺ゆうこの 【薬膳の基礎シリーズ】「夏の薬膳の作り方と【心】の働き」 夏になると具合の悪くなる人がいます。食欲が落ちて痩せたり、めまいが起きたり、 不眠が出たり、こういう方は頭がぼんやりして物忘れも出ます。その理由を解説し 薬膳で改善するため、夏の薬膳の作り方をアドバイスします。 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）	薬膳ランチ付き ※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 4,000円 定 員 40名
7/25 (金)	料理研究家 高崎順子の 夏休み親子レッスン ～ファミリーで作る夏野菜たっぷりごはん～ トウモロコシごはん・夏野菜たっぷりチャプチェ・スイカゼリー 【対象】小学生以上のお子様(2名まで)と保護者の方 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
7/29 (火)	管理栄養士・料理研究家 富山彩の 『夏休み親子料理教室🍷』🍷Kids loves vegetables🍷 シシリアンライス・冬瓜スープ・マンゴーシェイク 【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 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
7/30 (水)	フードコミュニケーター 荒木典子の 『何度でも食べたくなる夏野菜たっぷりごちそう料理』 はまポークと夏野菜のオープン焼き～ブルノワゼットソース～ シーフードのバジルソース・彩り鮮やかコブサラダ～塩こうじドレッシング～ ピシソワーズ・ヨーグルトブルーベリーアイス(デモストレーションのみ) ※パン付き 講師：荒木 典子さん（はまふうどコンシェルジュ・Nori Foods代表）	受 付 10:45～ 開 始 11:00～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定 員 16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・（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、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。ご了承願います。)

※キャンセル料の受付は、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、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。

