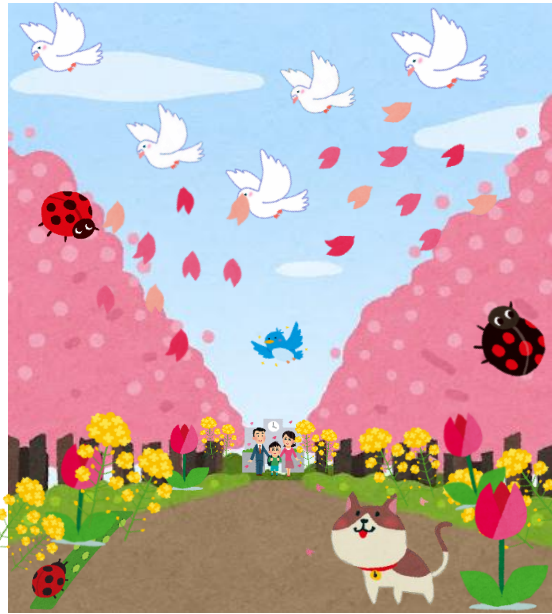


「クッキングサロン ハマッ子」受講者募集！

2026年4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。  
JA横浜 組織部組織生活課



2／2(月)9:00～申込受付開始 6講座

4／10 (金)	<b>料理研究家 渡辺庸子の</b> <b>～ベーグルサンドで春ランチ!!～</b> ブルーベリーベーグル(試食はベーグルサンド)・もち麦と春野菜のスープ エビと卵の春サラダ(サウザンアイランドドレッシング)・桜のケーキ 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
4／14 (火)	<b>料理研究家 鈴木佳世子の</b> <b>「春のおうちごはん」</b> ハーブポークソテー・春野菜と雑穀のサラダ・魚介のリゾット・桜のロールケーキ 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)	受 付 10:45～ 開 始 11:00～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定 員 25名
4／15 (水)	<b>横浜野菜 de アイディア家庭料理</b> <b>～春爛漫♪お花見弁当🌸～</b> 桜色のバラ寿司・魚の西京焼き・菜花のごま和え・花だし巻き卵・お花見団子 講師：はまキッチン 木村 滋子さん (野菜ソムリエプロ・管理栄養士・料理研究家)	受 付 10:15～ 開 始 10:30～13:30 (終了予定) 受講料 4,000円 定 員 16名
4／16 (木)	<b>料理研究家 鈴木佳世子の</b> <b>soft薬膳「春の薬膳レシピ」</b> 高野豆腐と大葉の豚肉巻き・牛肉と海藻のスープ・レモンと春野菜のパスタ・ オーツ麦とナッツのグラノーラ 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
4／17 (金)	<b>フードコミュニケーター 荒木典子の</b> <b>『春爛漫!!筍丸っと使った何度でも食べたくなるやみつきメニュー』</b> 筍入りゴルゴンゾーラパンネ・筍とシーフードのアヒージョ・筍とチキンのトマトスープ・ 筍と野菜のオープン焼き～筍のマスタードソース～・ストロベリーミルクゼリー 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
4／22 (水)	<b>東洋医学講座 渡辺ゆうこの 【症状別シリーズ】</b> <b>【ものわすれ】や【うつ】はどうして歳を重ねると出やすいのか？</b> 考え事をしているとぼんやりしたり、頭が真っ白になって考えられなくなる人がいます。そして 歳をとるとその回数は増えてきます。うつも似ています。どちらも若い人にも年配の人にもある 症状ですがとてもつらいもので、病気であれば病院で治療が優先ですが、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。なる前にまず理由を知ること、予防をしていきましょう。 ※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







### 【受講者へのお願い】

- ・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。
- ・アレルギーのある方は講師へお申し出ください。
- ・手指に傷のある方、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。

尚、メールによるキャンセルの受付はしていません。

JA横浜 組織部組織生活課 **045-942-2319(直通)**

**受付時間 9:00~16:00(平日)**

※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。

