

「クッキングサロンハマッ子」受講者募集！

2026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(金)9:00~申込受付開始 8講座

7/7 (火)	冷凍生活アドバイザー 根本早苗の ～覚えておきたい！簡単なのに豪華！七夕ごちそうメニュー～ 牛肉巻き（お星さまバージョン）・カラフル笹寿司（冷凍卵にチャレンジ）・ トロトロ冷凍ナスの織姫汁・冷凍ジャガイモと夏野菜のオープン焼き・七夕天の川ゼリー 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 16名
7/14 (火)	料理研究家 鈴木佳世子の 「おうちで旅する韓国ごはん」 ヤンニョムチキン・野菜キンパ・牛肉とワカメのスープ・スフレチーズケーキ 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
7/15 (水)	横浜野菜 deスイーツ ～優雅な夏のアフタヌーンティーを愉しみましょう♪～ 季節のフルーツガスパチョ※・夏野菜のキッシュ※・横浜枝豆のしっとりサマーケーキ・ 葡萄ゼリーとパンナコッタの2層デザート ※印メニューはデモンストレーションのみ試食あり 講師：はまキッチン 伊藤 尚子さん（野菜ソムリエ・はまふうどコンシェルジュ） 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 20名
7/17 (金)	フードコミュニケーター 荒木典子の 「めざせK-美人！夏の美白肌ヘルシーメニュー」 ビタミンキンパ・はまポークのチェクポックム・ヨコハマ参鶏湯・ヨルム水キムチ・ ブルーベリー花菜（ファチェ） 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
7/22 (水)	東洋医学講座 渡辺ゆうこの 【薬膳の基礎シリーズ】 「薬膳茶の作り方を知って自分に合う薬膳茶を作って飲もう！」 薬膳茶は毎日の体調に合わせてたり、季節に合わせてたりして楽しむものです。風邪の時、寝る前に飲む時、 胃が弱い時、痩せたい時、むくみのある時、便秘の時、体が熱い時、体が冷える時… 自分の気分と体調と季節に合わせて自由自在に薬膳茶を作りましょう。材料もたくさん持っていきます。 その場で作り試飲します。 ※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
7/24 (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の米粉ピザとフルーツ～ フライパンで作る！夏野菜たっぷり米粉ピザ・完熟トマトのスープ・カラフルフルーツポンチ 【対象】小学生のお子様(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
7/28 (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🍷 夏野菜ジャーチャー麺・中華風サラダ・フルーツ杏仁豆腐 【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 4,500円(1組2名) 6,000円(1組3名) 定員 10組
7/30 (木)	料理研究家 神山寿恵の 【夏こそ食べたい！簡単スタミナごはん】 一品で大満足の《炊き込みビビンバ》・革命的な《なんちゃってカニコロ》・ リピ必須《塩レモンBB弾》・包まないけど包まれてる《腸活焼売》 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

〈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。どうぞご覧ください。

