

# 「クッキングサロンハマッ子」受講者募集！

2026年9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



7/1(水)9:00～申込受付開始 7講座

9/1 (火)	<b>冷凍生活アドバイザー 根本早苗の</b> ～季節を祝う豊かな生活（重陽の節句）菊の花を野菜、卵で作るコッ他～ キュウリと薄焼き卵でフラワーサラダ・トロトロ美味しい冷凍ナスの肉ドッグ・お花広がるライスピザ・冷凍トマトで手作りトマトケチャップ・チーズと甘栗のカップパフェ 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
9/8 (火)	<b>料理研究家 鈴木佳世子の</b> <b>「初秋のごちそうレッスン」</b> 牛ステーキ和風ガーリックソース・秋なすの香味マリネ・とうもろこしとさつまいものスープ・タルト台から作るフルーツタルト 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 4,500円 定員 25名
9/16 (水)	<b>横浜野菜 de 世界旅行</b> ～一生に一度は行きたい国！“エジプトの絶対に外せないおすすめ料理”～ ムルキーヤ（モロヘイヤスープ）・ターメイヤ（そら豆のコロッケ） エイシ（エジプトの平焼きパン）&2種のペースト：フムス（ひよこ豆）とパパガヌーシャ（焼き茄子） ※バスプーサ（セモリナケーキ）&ミントティー（試食のみ） 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
9/17 (木)	<b>料理研究家 神山寿恵の</b> <b>【乾物で叶える・ラク旨で豊かな食卓】</b> 滋味溢れる《和テリーヌ》・なんちゃってカツ煮・ひじきと白菜の旨み寄せ・切り干し大根のご馳走サラダ・乾物セットの冷製スープ 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 25名
9/28 (月)	<b>料理研究家 田部井美佳の</b> <b>「手作り大豆バタープレートランチ」</b> 手作り大豆バター・米粉と豆腐のもっちりベーグル・キャロットラペの大豆バター和え・エビと横浜野菜の大豆バター炒め・発酵レーズンクリーム 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）	受付 10:15～ 開始 10:30～13:30 （終了予定） 受講料 4,000円 定員 16名
9/29 (火)	<b>管理栄養士・料理研究家 富山彩の</b> ～南仏の食卓へようこそ～ プロヴァンスの家庭料理 タブナード・豚肉のプロヴァンス風煮込み・スープ・オ・ピストゥー・オレンジフラワー香るアーモンドケーキ 講師：富山 彩さん（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 4,500円 定員 20名
9/30 (水)	<b>東洋医学講座 渡辺ゆうこの【薬膳の基礎シリーズ】</b> 「咳の出やすくなる秋、肺を助ける薬膳を作り、咳を予防しよう！」 暑い夏が長く続くと、そのあとは咳の出やすい体質になります。どうしてなのか？その理由を解説し、風邪を引いた後いつまでも続く咳を予防して体を元気にする薬膳を教えます。 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（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

〈持ち物〉マスク(任意)・エプロン・三角巾・手拭き用タオル・筆記用具・使い切り手袋(必要な方)(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 組織部組織生活課(☎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。

