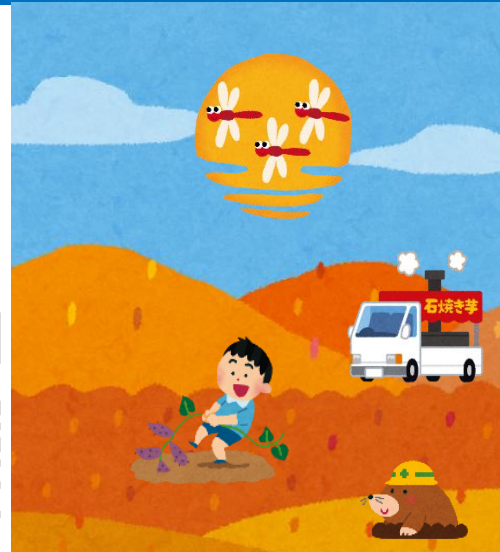


「クッキングサロンハマッ子」受講者募集！

2026年11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



9/1(火)9:00～申込受付開始 8講座

11/4 (水)	冷凍生活アドバイザー 根本早苗の ～冷凍だからサッとおもてなし！パーティーに役立つフィンガーフード8種～ ケイジャンチキン・冷凍里芋のポタージュ（クリスマス風）・ 冷凍ブロッコリーだから美味しい海老マヨ・冷凍パプリカとカマンベールのマリネ・ 他デザートを含むフィンガーフード全8種 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
11/10 (火)	料理家 鈴木佳世子の「クリスマスレシピ」 クリスマスローストチキン・リンゴとカマンベールのサラダ・魚介のピラフ・ フルーツのトライフル 講師：鈴木 佳世子さん（野菜ソムリエ・料理家・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
11/12 (木)	はまキッチン特別企画！よこはま野菜講座 第12弾 お芋の魅力たっぷり～根菜＆お芋づくしの秋色ランチ～ 根菜のマリネサラダ・菊芋のスパイシースープ・いろいろお芋の食べ比べコロケ・ ミックスきのこのタルティーヌ・サツマイモのバスケットケーキ ※季節のハーブティー付き※メニューは変更になる場合があります ※調理実習はありません 講師：はまキッチン 木村 滋子さん（野菜ソムリエプロ） / 宮地 香子さん（野菜ソムリエプロ）	受 付 10:45～ 開 始 11:00～13:30 （終了予定） 受講料 4,000円 定 員 24名
11/13 (金)	料理研究家 山本あゆみの ～秋仕込み麦麴味噌（2kg）を作っちゃおう！～ かき玉うどんと野菜の味噌漬けの実習付き ※味噌はお持ち帰りいただきます ※味噌樽を包む大きめのハンカチ又は風呂敷等持ち帰り用の袋をご用意ください ※過去にご参加の方で空の朱塗りの樽をご持参いただいた場合、300円お返しします 講師：山本 あゆみさん（フードライター/野菜ソムリエプロ・料理研究家・発酵食スペシャリスト）	受 付 10:45～ 開 始 11:00～13:30 （終了予定） 受講料 4,000円 定 員 16名
11/18 (水)	横浜野菜 de 世界旅行 ～新鮮な素材を活かしたヘルシーでシンプルな“ギリシャ料理”の魅力に迫る！～ ザジキ（ヨーグルトディップ）・アヴゴレモノ（レモンチキンスープ）・ ホリアティキ（ギリクサラダ）・ムサカ（なすとひき肉のグラタン風）・ ※グラビエデス（アーモンドクッキー）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
11/24 (火)	管理栄養士・料理研究家 富山彩の 秋の恵みで彩る おもてなしごはん ～旬野菜で楽しむヴィーガンメニュー～ 挽割小麦ブルグルときのこのリゾット・ベジミートローフ・白い根菜のミネストローネ・ 里芋のテリーヌショコラ 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
11/25 (水)	東洋医学講座 渡辺ゆうこの 【薬膳の基礎シリーズ】 「冬の薬膳の作り方のコツを知って家でつくれるようにしよう！」 体が冷える理由には、血行が悪い人や血の少ない人など色々あります。冬は寒い季節で体の あらゆる所に痛みも出ます。毎日の食事では症状が悪化しないような薬膳を作るコツを伝えます。 ※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
11/26 (木)	料理研究家 神山寿恵の ～身近な食材でパッとかんたんクリスマスごはん～ チキンのレモンパエリア・ブロッコリーと茹で卵のハニーマスタードサラダ・ かぶのカルパッチョ・丸ごとトマトのこんがりチーズ焼き 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

〈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

（はまキッチン特別企画および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。
- ・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 ハマッツ

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。

