12月 講座のご案内

ちゃんとごはん STUDIO

「ちゃんとごはんスタジオ」は、食と健康に関する情報やおいしい食べ方を発信し、体験していただく場として誕生いたしました。料理教室やセミナー、旬の食材・おすすめ商品の試食会などを開催してまいります。

お申込はこちら▶▶▶
※お申込はWEBのみとなります。

12月度講座申込開始日
11月24日(火)10:00～

申込・キャンセル締切
各講座実施日の2日前18:00まで
※締切以降のキャンセルは、その講座の受講料をお支払いいただきます。

※写真・イラストはすべてイメージです。

1回完結！ お好きな講座が選べる体験教室！

お申込は、ひと月につき、お1人様3講座までとさせていただきます。

1火 Mizkan　グループ実習
お子さまも喜ぶレシピをご紹介 ～鍋つゆで作るアレンジメニュー&飲用酢のデザートメニュー～

鍋つゆを使った平日の夕食におススメしたい汎用レシピをご紹介！家族みんなが満足する肉おかずメニューと、飲用酢を使ったスムージーを紹介します。
※持ち物：エプロン・三角巾



時間 10:30～12:00
定員 12名　受講料 500円(税込)/人
条件 18歳以上

15火 日本食糧新聞社 パン講師 柴山 倫子　グループ実習
手ごねパン教室！「カルツォーネ」を作ろう。

カルツォーネとはピザ生地にトマトやチーズなどをのせ、折りたたんで三日月型にして焼くパンのことです。香ばしい生地の中からあふれる、チーズと具材のおいしいハーモニー。「無限ガーリックレタス」と一緒にいただきます。※持ち物：エプロン・三角巾


※イメージ画像

時間 10:00～12:30
定員 12名　受講料 1,200円(税込)/人
条件 18歳以上

2水 紀文食品　個別実習
【当社講座初めての方限定】家族が喜ぶ、かまぼこの飾り切りとお重詰め教室

手軽に華やかな、正月蒲鉾の飾り切りとお重の詰め方の基本を学べます。おせち一品一品にはそれぞれ意味がありますので、豆知識も交えながら、正月料理を楽しく学べる料理教室です。
※持ち物：エプロン・三角巾



時間 10:00～11:30／13:30～15:00
定員 各12名　受講料 500円(税込)/人
条件 18歳以上

16水 ヤマキ　グループ実習
鰹節・だし 新たな使い方を発見！（鰹節唐揚げ・レンジでだし巻き卵の素・かちゅー湯）

かつおだしと鰹節で簡単料理（鰹節唐揚げ・レンジでだし巻き卵の素・かちゅー湯）
唐揚げ：かつおだしに漬込んだ唐揚げと沖縄料理のとろろ昆布かちゅー湯を作ります！
※持ち物：エプロン・三角巾



時間 11:00～12:15／14:00～15:15
定員 各12名　受講料 500円(税込)/人
条件 中学1年生以上(油での調理あり)

10木 東海学院大学・アサヒビール　グループ実習
東海学院大学×アサヒビール企画 お酒に合うおつまみレシピを作りましょう！(vol.3)

東海学院大学医療栄養学科の学生考案レシピ4品&アサヒビールによるスマートドリンキング講座でお酒に合うおつまみレシピとお酒の楽しみ方を学びましょう♪
※当日のアルコールの試飲はございません
※持ち物：エプロン・三角巾


※イメージ画像

時間 10:00～11:30／14:00～15:30
定員 各12名　受講料 500円(税込)/人
条件 20歳以上※お酒に関する内容の為、20歳以上とさせていただきます

21月 日本食糧新聞社 パン講師 柴山 倫子　グループ実習
手ごねパン教室！「黒こしょうバゲット」を作ろう。

粗挽き黒こしょうの香りとほどよい刺激が楽しめる、風味豊かなバゲット。大きめに焼いて半分はお持ち帰りに。講座では「生ハムとブロッコリーのシーザーサラダ」を合わせて、クリスマスの食卓を彩ります。
※持ち物：エプロン・三角巾


※イメージ画像

時間 10:00～12:30
定員 12名　受講料 1,200円(税込)/人
条件 18歳以上

14月 ちゃんとごはんSTUDIO　グループ実習
煮込みハンバーグを作ろう！

今回は煮込みハンバーグを作ります！
中濃ソースがメインの黒いデミソースで煮込みます。
クリスマスにぴったりな副菜も作ります！
※持ち物：エプロン・三角巾


※イメージ画像

時間 11:00～12:30
定員 9名　受講料 1,200円(税込)/人
条件 18歳以上

23水 ちゃんとごはんSTUDIO　個別実習
【男性料理教室】煮込みハンバーグを作ろう！

男性向け料理教室第2弾！今回は煮込みハンバーグに挑戦です。中濃ソースがメインの黒いデミソースで煮込みます。ハンバーグをジューシーに仕上げるコツもお伝えします。初心者の方もぜひご参加ください。
※持ち物：エプロン・三角巾


※イメージ画像

時間 11:00～12:45
定員 6名　受講料 1,200円(税込)/人
条件 18歳以上の男性

2026

お申込方法は裏面をご覧ください。

千種若宮大通店ちゃんとごはんSTUDIO

12月度講座申込開始日 11月24日(火)10:00～

お申込はWEBのみとなります
店頭・お電話でのお申込みは出来ませんのでご了承ください

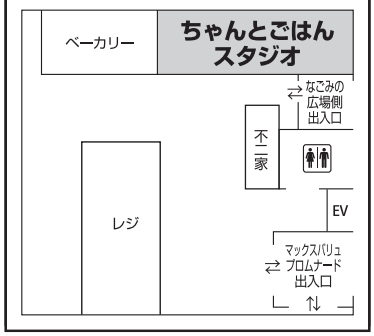
【ちゃんとごはんスタジオWEB申込サイト】
https://www.mv-tokai.co.jp/cg_studio/

・お申込はインターネットでのお申込限定となります。マックスバリュグランド千種若宮大通店サービスカウンターではお申込み出来かねますのでご了承ください。
・お申込は各講座実施日の２日前18時に締め切らせていただきますが、先着順で定員になった場合、その時点でお申込みを締め切らせていただきます。
・インターネットからお申込みされる際、入力されたメールアドレスにご予約確認の自動返信メールをお送りしております。
この自動返信メールが届かない場合は、「@ga.mv-tokai.com」のドメインを登録設定いただくか、迷惑メールフォルダのご確認をお願いいたします。
また、ご入力いただいたメールアドレスが間違っていた場合も自動返信メールが受信できませんので、ご注意ください。
・連絡先のお電話番号はハイフンなしでご入力ください。
※講座によってご参加いただける条件が異なります。詳しくは表面をご覧ください。
※お申込は、ひと月につき、お1人様３講座までとさせていただきます。(沼津南店、千種若宮大通店、浜松助信店、オンライン料理教室の各申込が合算されます。)
※スーパーマックスデー、お客さま感謝デーなど各種割引企画の対象外となります。※受講料は参加費・材料費込となっております。

ご参加当日について ※当日までに持ち物の確認をお願いいたします。

当日の持ち物
□筆記用具 □マスク □上履き □ハンドタオル
※実習の場合はエプロン・三角巾もご準備ください。

MAP
(マックスバリュグランド千種若宮大通店内 なごみの広場側出入口近く)



・開始時間の15分前までに「ちゃんとごはんスタジオ」へお越しください。開始時間から15分以上遅れた場合、スタジオへの入室をお断りさせていただく場合がございます。予めご了承ください。
・教室風景を撮影し、当社の広報活動に使用させていただく場合がございます。
・テレビなどのマスコミ取材が入る場合もございますので、ご了承ください。
・教室終了時間が前後する場合がございます。ご了承ください。
・講座のお申込受付は２日前の18時までです。講座当日の受付はご遠慮させていただきます。
・安全管理のため、ご予約いただいたお客さまのご参加を原則としております。代理の方のご参加はお断りさせていただきますので、予めご了承ください。
・スタジオに入室される際は、アルコール消毒にご協力ください。
・万が一体調がすぐれない場合は参加をお控えください。
・講座にご参加されるご本人様または同居されているご家族が、病院にて感染症と診断された場合、感染や症状の度合いに関わらず、スタジオへの入室をお断りさせていただく場合がございます。
※感染症・・・新型コロナウイルス、はしか、水疱瘡、おたふく風邪、インフルエンザ、ノロウイルス、プール熱等
・お申込時にご記入いただいた方以外は、セミナー・実習にご参加いただけません。予めご了承ください。
・調理実習時にはマスクの着用をお願いします。
・食品衛生上、内容によっては料理のお持ち帰りは出来かねる場合がございます。
・材料の都合等により、多少内容変更が生じる場合がございます。
・天災及びその他諸事情によりお申込の教室が中止となる場合がございます。
・講座当日の資料やおみやげは、受講いただいた方のみお渡しいたします。講座の途中からご参加された場合や、講座を欠席された場合は、お渡しできかねますので予めご了承ください。

■駐車料金について …入庫時から3時間無料。以降30分毎に200円　※平日1日最大料金1,000円
イオンタウンアプリのアプリクーポンを事前精算機にご提示いただくと、さらに1時間無料(最大4時間)

お支払いについて

・講座当日はSTUDIO内にあるキャッシュレスレジにてお支払い下さい。講座開始1時間前から受け付けています。
・AEON Pay、WAON、Suica、iD、QUICpay、イオンギフトカードでのお支払いが可能です。
・現金、クレジットカードでのお支払いは出来かねますので予めご了承下さい。

キャンセルについて

・WEBからお申込いただき、無断欠席やキャンセルが２回以上続く場合、次回のお申込が出来なくなる場合がございますのでご注意ください。
・お申込をキャンセルする場合は、お申込後に届くご予約確認メールに記載のご案内から参加日の２日前18時までに手続きをお願いいたします。
キャンセル締め切り以降のキャンセルについては、受講料をお支払いいただきますのでご了承ください。
・マックスバリュグランド千種若宮大通店サービスカウンターでのキャンセル受付は対応出来かねますのでご了承ください。
同様にお電話でのキャンセルも対応出来かねますのでご了承ください。

個人情報について

・お預かりした個人情報は、イベント運営のみに利用させていただきます。当該業務の委託に必要な範囲で委託先に提供する場合を除き、個人情報をお客さまの承諾なく第三者に開示・提供することはございません。(法令等により開示を求められた場合を除く)イベント終了後速やかに破棄いたします。
・管理責任者：マックスバリュ東海(株)
・個人情報に関するお問い合わせはこちら→お客さま相談室　TEL：053-581-9100(受付時間 9：00 ～ 17：00)
※お問い合わせの際は、「ちゃんとごはんスタジオ」の教室タイトルをお伝えください。

お問い合わせ先 千種若宮大通店ちゃんとごはんSTUDIO　■TEL：052-715-7705

Instagram
レシピやオススメ商品など
くらしの「おいしい情報」をお届けします

YouTubeチャンネル
ちゃんとごはん ONLINE STUDIO
“食”に関するお悩み解決動画や調理動画等を
当社管理栄養士が中心となり配信していきます。

マックスバリュ東海 管理栄養士発信
毎日の食事を楽しくする情報をお届け！
ちゃんとごはんごはん通信

イオンのトータルアプリ
iAEON
支払いもポイントも
おトクもこれひとつ。
限定クーポン配信中
※AEON Payのご利用には、iAEON(アイイオン)アプリのダウンロードが必要です。