



# ちゃんごはん STUDIO

お申込はこちら▶▶▶   
※お申込はWEBのみとなります。

6月度講座申込開始日  
**5月26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。

「ちゃんごはんスタジオ」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。

※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。

**3水** エスエスケイフーズ  
「休日のガツンとにんにくタレッシング」で  
海鮮ペロンチーノを作ろう!

休日のガツンとにんにくタレッシングを使って、美味しい海鮮ペロンチーノを作ります。カット野菜や冷凍のシーフードミックスを使用するので、時短調理が可能です。※持ち物:エプロン・三角巾


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

グループ実習 

**20土** ちゃんごはんSTUDIO  
【親子で】お豆腐の入ったお団子で  
和風オリジナルパフェを作ろう!

お豆腐と白玉粉だけで作れる簡単なお団子レシピを作ってみましょう! あんこや生クリームなどを使ってオリジナルパフェを作りましょう! ※持ち物:エプロン・三角巾 ※1家族3名まで参加可能 ※お申し込みの「同行者」の欄に参加者全員のご家族のお名前を入力してください。


時間 11:00~13:00 定員 3家族(大人1名お子さま2名まで) 受講料 1,000円(税込)/1家族 条件 小学1年生以上のお子さまがいる親子(お孫さんの参加歓迎)

個別(家族)実習 

**9火** ちゃんごはんSTUDIO  
柚子胡椒でお手軽に!  
グリーンカレー

グリーンカレーは「青唐辛子」と「ココナッツミルク」を用いて作られる爽やかな辛味が特徴のタイカレーの一つです。なかなか手に入りにくい「青唐辛子」の代わりに柚子胡椒を使った簡単レシピをお教えます。※持ち物:エプロン・三角巾 ※辛味に弱い方はお控えください


時間 11:00~12:30 定員 6名 受講料 800円(税込)/人 条件 18歳以上

グループ実習 

**22月** カゴメ  
やさいとさかなの美味しい  
「やさかな」ごはん教室

魚と野菜を使った「やさかな」メニューをご紹介します! 今回は、「基本のトマトソース」を使用した鮭のフレッシュトルティーヤロールを作ります。また、「野菜生活」を使ったカラフル団子の作り方もご紹介いたします。※持ち物:エプロン・三角巾


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

グループ実習 

**11木** おとうふ工房いしかわ  
【当社講座初めてご参加の方限定】  
おとうふ工房いしかわ主催 簡単! 竹ざるお豆腐作り体験

おとうふ工房いしかわ直伝の竹ざるを使ったおとうふ作り体験を行います。豆乳や大豆を使ったお菓子などご試食付きです。※持ち物:エプロン・三角巾


時間 11:00~12:00/13:30~14:30 定員 各12名 受講料 800円(税込)/人 条件 小学4年生以上

個別実習 

**24水** 日本食糧新聞社 パン講師 柴山 倫子  
手ごねパン教室!  
「グリッシーニ」を作ろう。

こねるのが簡単&2次発酵なしで作れるイタリアのパンを、フランス風オーロラソースで仕上げる「なめらかポテトグラタン」といただきます。お持ち帰り分のパンも一緒に焼き上げます。※持ち物:エプロン・三角巾

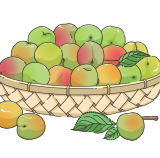
時間 10:00~12:30 定員 12名 受講料 1,200円(税込)/人 条件 18歳以上

グループ実習 

**12金** JAわかやま 和歌山県田辺市  
梅のプロが教えます!  
青梅加工体験教室

和歌山から梅のプロをご招待し、梅シロップ作り体験や簡単な梅干しの仕込み方を紹介します。梅ジャムなどの試食も実施します。※持ち物:エプロン・三角巾


時間 11:00~11:45/13:00~13:45 定員 各12名 受講料 500円(税込)/人 条件 18歳以上

個別実習 

**25木** 株式会社 Mizkan  
初夏のクッキング  
~お酢を使った魚介メニューと簡単デザート~

初夏の食卓にピッタリ! お酢と旬の野菜や魚介を使った主菜レシピ、さらに飲むお酢で作る簡単デザートレシピを学べる料理教室です。※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

グループ実習 

**15月** キューピー  
キューピー商品で作る お酒に合う!  
健康「やさかな」レシピ講座

キューピーのドレッシングを使ったお酒に合うやさかなレシピを作ってみよう! 当日はサッポロビールのビール講座も実施します! ※当日のお酒の試飲はございません ※持ち物:エプロン・三角巾


時間 11:00~13:00 定員 12名 受講料 500円(税込)/人 条件 20歳以上(お酒のセミナー有)

グループ実習 

**29月** 日本食糧新聞社 パン講師 柴山 倫子  
手ごねパン教室!  
「トマトバジルパン」を作ろう。

水の代わりにトマト缶で仕込む夏らしいパンに、「夏野菜のラタトゥイユ」を合わせていただきます! お持ち帰り分のパンも一緒に焼き上げます。※持ち物:エプロン・三角巾


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

グループ実習 


**19金** ちゃんごはんSTUDIO  
【申し込み不要】  
従業員イチオシ商品試食会!

申し込み不要! 参加費無料! の試食会です。5種類のイチオシ商品を少量ずつ提供します。ちゃんごはんSTUDIOを開放しますので開催時間内いつでもお越しください。新しい商品の発見につながるようご提案いたします。※食材が無くなり次第終了となります。

時間 10:00~13:00(出入り自由) 定員 なし 受講料 無料 条件 なし

試食会 

主婦の方に向けたテーマはもちろんのこと、お子さま向けの親子料理教室や男性も気軽に参加いただける内容の料理教室も予定しております。  
たくさんの方のご参加お待ちしております!



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ごはんSTUDIO

# 6月度講座申込開始日 5月26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/](https://www.mv-tokai.co.jp/cg_studio/)



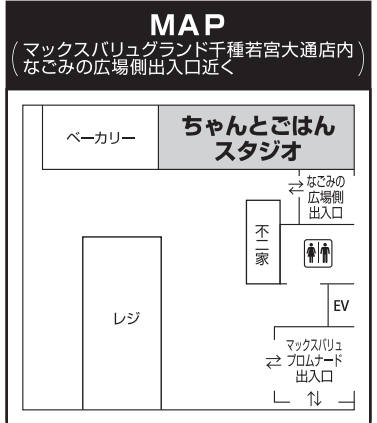
- ・お申込はインターネットでのお申込限定となります。マックスバリュグランド千種若宮大通店サービスカウンターではお申込み出来かねますのでご了承ください。
- ・お申込は各講座実施日の2日前18時に締め切らせていただきますが、先着順で定員になった場合、その時点でお申込みを締め切らせていただきます。
- ・インターネットからお申込みされる際、入力されたメールアドレスにご予約確認の自動返信メールをお送りしております。
- この自動返信メールが届かない場合は、「@ga.mv-tokai.com」のドメインを登録設定いただくか、迷惑メールフォルダのご確認をお願いいたします。
- また、ご入力いただいたメ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。

- ・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時までにご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・提供することはありません。(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(アイオン)アプリ  
のダウンロードが必要です。

