



# ちゃんとごはん STUDIO

お申込はこちら▶▶▶



※お申込はWEBのみとなります。

5月度講座申込開始日

4月24日(水)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

「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。

※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。

**8水** ちゃんとごはんSTUDIO **個別実習**

**鶏むね肉を使って、つるつる食感の水晶鶏を作ろう!**

パサパサな食感になりがちな、鶏むね肉をつるつるな食感の水晶鶏に調理します。中華スープと一緒に作ります。  
※持ち物:エプロン・三角巾

時間 11:00~12:30  
定員 6名  
受講料 700円(税込)/人  
条件 18歳以上




**26日** 江崎グリコ **個別実習**

**【親子企画】アイス選びのポイントを知ろう!実際にアイス作りを体験して、アイスの原材料や添加物について、楽しく学びませんか?**

アイス選びのポイントを知ろう!実際にアイス作りを体験して、アイスの原材料や添加物について、楽しく学びませんか?食品素材だけで作り上げたアイスクリーム「牧場しぼり」の担当者が、アイスの原材料や添加物についてレクチャー。アイスを選ぶ際に見ておきたいポイントも伝授します!※持ち物:エプロン・三角巾

※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 10:00~11:30 / 14:00~15:30  
定員 各6家族(1家族2名まで) 受講料 1,000円(税込)/1家族  
条件 小学生以上のお子さまがいる親子



**15水** ちゃんとごはんSTUDIO **個別実習**

**オートミールを米化してみよう!**

オートミールを米化して、召し上がっていただきます。オートミールの栄養についてもお伝えします。  
※持ち物:エプロン・三角巾

時間 11:00~12:30  
定員 6名  
受講料 700円(税込)/人  
条件 18歳以上



**27日** ちゃんとごはんSTUDIO **個別実習**

**アスパラと鮭で、スティック春巻きを作ろう!**

アスパラガスと鮭を使って、スティック春巻きを作ります。余ったアスパラガスで中華炒めと一緒に作ります。  
※持ち物:エプロン・三角巾

時間 11:00~12:30  
定員 6名  
受講料 700円(税込)/人  
条件 18歳以上




**20日** キリンビバレッジ **セミナー**

**「午後の紅茶と【紅茶の世界】を楽しもう」**

「午後の紅茶」に使われている茶葉の紹介や、3種の「午後の紅茶」と4種の食材を使って12通りの食べ合わせの体験(フードペアリング)、アレンジティーもご提供します!紅茶の奥深い世界をお楽しみください!※おみやげもあります!

時間 11:00~12:00 定員 12名  
受講料 500円(税込)/人 条件 中学生以上




**28日** 日本食糧新聞社 パン講師 柴山 倫子 **グループ実習**

**パン教室!パン作り初心者さんもぜひ。人気の塩パンを作ります。当講座は成形から行います。**

パン生地は一次発酵までを事前に講師がSTUDIOで仕込みます。皆さんには成形から行っていただきます。  
※持ち物:エプロン・三角巾

時間 10:00~12:30  
定員 12名  
受講料 1,000円(税込)/人  
条件 18歳以上




**21日** 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!パン作り初心者さんもぜひ。香ばしいコーンパンを作ります。**

焼き立てパンを手作りカレーと一緒にいただきます!手ごねて試食までを2時間30分で行います。  
※持ち物:エプロン・三角巾

時間 10:00~12:30  
定員 12名  
受講料 1,000円(税込)/人  
条件 18歳以上



**29水** キーコーヒー **個別実習**

**飲み比べ・ハンドドリップを学べるコーヒー講座**

産地別ブレンドコーヒーの飲み比べを実施!喫茶店で飲むような美味しいコーヒーを自宅で淹れる方法をご紹介します。  
※持ち物:エプロン・三角巾

時間 10:30~12:00 / 13:30~15:00  
定員 各6名  
受講料 500円(税込)/人  
条件 小学生以上



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

# 5月度講座申込開始日 4月24日(水) 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/)



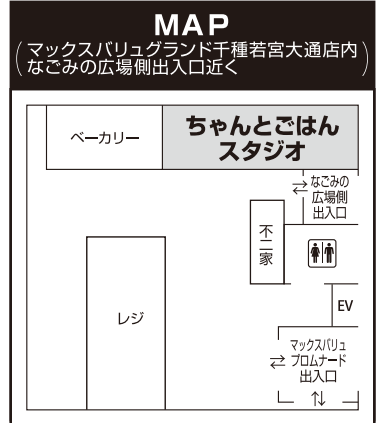
- ・お申込はインターネットでのお申込限定となります。マックスバリュグランド千種若宮大通店サービスカウンターではお申込み出来かねますのでご了承ください。
- ・お申込は各講座実施日の2日前18時に締め切らせていただきますが、先着順で定員になった場合、その時点でお申込みを締め切らせていただきます。
- ・インターネットからお申込みされる際、入力されたメールアドレスにご予約確認の自動返信メールをお送りしております。
- この自動返信メールが届かない場合は、「@ga.mv-tokai.com」のドメインを登録設定いただくか、迷惑メールフォルダのご確認をお願いいたします。
- また、ご入力いただいたメ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20分毎に100円 ※平日1日最大料金1,000円

電子マネーWAONにてご入場の方…電子マネーWAONでの1円以上お買い上げまたはチャージで、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。
- ・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からお申し込また、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。
  - ・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。

