

2023年7月26日
マックスバリュ東海株式会社

マックスバリュ浜松助信店ちゃんごはんスタジオ 浜松市と協同で料理教室&健康講座開催！

～郷土料理「ぼく飯」と浜松市の野菜を使った料理を作ります！～

マックスバリュ東海株式会社（本社：静岡県浜松市東区／代表取締役社長：作道 政昭）は、7月28日（金）に「マックスバリュ浜松助信店ちゃんごはんスタジオ」にて、浜松市と協同で、「料理教室及び健康講座」を開催いたしますので、ご案内申し上げます。

「ちゃんごはんスタジオ」は、食と健康に関する情報や、当社の商品・旬の食材のおいしい食べ方を発信し、調理方法なども体験していただけるキッチンスタジオで、料理教室や食に関する講座などを実施しております。現在、マックスバリュグランド千種若宮大通店（名古屋千種区）と、マックスバリュ沼津南店（静岡県沼津市）にあり、マックスバリュ浜松助信店（浜松市中区）が3か所目の設置となります。



マックスバリュ浜松助信店のオープンにあわせて、店舗2階に新設する「ちゃんごはんスタジオ」イメージ画像

このたび開催する講座では、地元をさらに知っていただく機会として、浜名湖周辺の郷土料理「ぼく飯」と地場野菜を使用した料理の調理実習とともに、健康的な食生活を送るためのポイントなどお話しします。また、「健康」について意識を高めるきっかけとなるよう、野菜摂取状況を簡単に測定できる「ベジメータ®」をご用意いたします。お買い物と合わせて、気軽に野菜摂取状況の測定を体験していただけます。

当社は、今後も食に関する様々な活動を通じ、健康でより豊かな食生活の実現に貢献してまいります。

【7月28日の料理教室&健康講座概要】

開催時間：①10：00～11：30、②13：30～15：00

参加者：（受講者）一般のお客さま（参加予約をいただいた方）、
（講師）浜松市、ちゃんごはんスタジオスタッフ

内容：浜名湖周辺の郷土料理「ぼく飯」と地場野菜を使用した料理の調理実習、
健康的な食生活についての講座

【7月28日「ベジメータ®」測定会】

開催時間：①12：00～13：00、②15：30～16：30

参加者：各回先着30名（当日誰でもご参加いただけます）

内容：「ベジメータ®」で、野菜摂取状況を測定していただけます。

想いを形に、「おいしい」でつながる。



マックスバリュ東海株式会社

〒435-0042 静岡県浜松市東区篠ヶ瀬町1295番地1
URL <https://www.mv-tokai.co.jp>

【お問い合わせ先】

戦略部 広報・IR・社会貢献グループ
TEL 053-581-7099

【ご参考：マックスバリュ浜松助信店ちゃんとごはんスタジオ講座スケジュール】 ＜7月スケジュール＞

<p>7/28金 2回開催</p> <p>実践</p> <p>浜松市×ちゃんとごはん うなぎを使った郷土料理「ぼく飯」を作ろう</p> <p>浜名湖周辺の郷土料理「ぼく飯」と浜松市の野菜を使った「うなぎ料理」の調理実習を行います。浜松市産野菜と、健康的な食生活のポイントもお伝えします。※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 10:00～11:30/13:30～15:00 定員 12名 条件 小学1年生以上</p>	<p>7/28金 2回開催</p> <p>申し込み不要</p> <p>浜松市×ちゃんとごはん ベジメータ®測定会!</p> <p>野菜足りていますか? ベジメータ®で簡単に、あなたの野菜摂取状況がわかります。 ※測定には食品プレゼント (測定時間約10分)</p> <p>受付時間 12:00～13:00/15:30～16:30 定員 各回先着30名 条件 どなたでもご参加いただけます</p>	<p>7/29土 2回開催</p> <p>実践</p> <p>ハウス食品 ハウス食品ロングセラー商品を食べて学ぼう!</p> <p>パーメントカレー、とんがりコーン、フルーチェなどハウス食品のロングセラー商品のオススメと食べ方を紹介します。フルーチェを使った調理実習もあります。※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 10:00～11:00/13:00～14:00 定員 各12名 条件 小学1年生以上</p>	<p>7/30日 2回開催</p> <p>セミナー</p> <p>マックスバリュ東海食育インストラクター 滝野 良 プリの秘密を探ろう!</p> <p>大きなプリが切り身になるまでをお見せします。プリのお腹の中を詳しく説明。プリの切り身の試食もあります。</p> <p>時間 10:00～12:00 定員 12名 条件 小学1年生以上</p>
---	--	--	--

＜8月スケジュール＞

<p>4金 セミナー</p> <p>バスクリン お風呂博士が教える! 秋にむけての入浴法</p> <p>実はあまり知られていないお風呂の効果をお話します。肩こりや冷え症などに効果的な、あなたにピッタリな入浴法を提案します。睡眠改善や熱中症対策など、気になる悩み解決にお役立てください。色々な入浴剤の香りや色でお楽しみ下さい。</p> <p>時間 11:00～12:00/14:00～15:00 定員 各12名 受講料 500円(税込)/人 条件 小学1年生以上</p>	<p>23水 実習</p> <p>坂庄物産 伊豆産のほしいたけ教室</p> <p>静岡県伊豆地域で生産される肉厚のしいたけをご紹介します。おいしい乾しいたけの選び方、水戻しのコツをお伝えし、椎茸スーアキの調理実習をします。※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>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 中学1年生以上</p>
<p>8火 実習</p> <p>東洋水産 マルちゃん焼そば祭り! ソースで煮込んで作る焼そば教室</p> <p>8月8日はマルちゃん焼そばの白「ソース」を煮込んで作る「マルちゃん正統焼そば」の調理実習を行います。他の種類の焼そばの試食もあります。焼そばの裏話もまじえながらの料理教室です。</p> <p>※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 12:00～13:00 定員 12名 受講料 500円(税込)/人 条件 中学1年生以上</p>	<p>25金 実習</p> <p>日本食品製造 簡単オートミール「米化」ダイエット/ヘルシーレシピ byこれぞう</p> <p>オートミールブームの仕掛け人=これぞうさんと一緒に! つくろう!! オートミール「米化」の魅力満載の簡単レシピ。</p> <p>※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 10:30～12:00/13:30～15:00 定員 各12名 受講料 500円(税込)/人 条件 中学1年生以上</p>
<p>9水 実習</p> <p>キュービー 夏休み企画! 親子でマヨネーズ手作り体験</p> <p>手作りマヨネーズ体験を通じて、野菜を食べる事の大切さを学びましょう。※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>※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。</p> <p>時間 11:00～12:30/14:00～15:30 定員 各親子6組(1家族3名まで) 受講料 1,000円(税込)/1家族 条件 小学1年生以上</p>	<p>28月 実習</p> <p>味の素×ちゃんとごはん ワンポイントテクニックで野菜嫌いを克服! 「ラブベジ®」料理教室</p> <p>「大根の切り方テク」「ピーマンの苦みを和らげる方法」でおいしくクッキング!</p> <p>※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 11:00～13:00 定員 6名 受講料 500円(税込)/人 条件 18歳以上</p>
<p>17木 実習</p> <p>坂の上ファミリークリニック 簡単料理 そうめんをアレンジしてみよう!!</p> <p>夏バテ防止、バランスのいい簡単料理で、ストレスなく満足できる料理の調理実習。そうめんとわらび餅を作ります。試食後は、簡単なストレッチ体操を行います。講座後は、健康相談や介護相談もできます。</p> <p>※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 10:30～12:30 定員 12名 受講料 500円(税込)/人 条件 18歳以上</p>	<p>30水 実習</p> <p>雪印ビーンスターク 大人の粉ミルクを使って簡単調理!</p> <p>今話題のたんぱく質を手軽に調理! 大人の粉ミルクを使った簡単調理のご紹介。</p> <p>※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 10:30～12:00 定員 12名 受講料 500円(税込)/人 条件 18歳以上</p>
<p>21月 実習</p> <p>伊藤園 急須で入れる「冷茶」の美味しい入れ方</p> <p>水で入れることで、甘み成分がたっぷり出る冷茶の入れかたをお伝えします。暑い夏にピッタリ! おいしい冷茶を愉しみましょう。</p> <p>時間 10:00～11:00 定員 12名 受講料 500円(税込)/人 条件 小学4年生以上</p>	<p>31木 実習</p> <p>ビエトロ 「時短・簡単・失敗なし」ビエトロで楽々クッキング</p> <p>味付けは「ビエトロだけ」時短・簡単・失敗なし。ビエトロで夏野菜をたっぷりおいしく、「野菜ソムリエ」と一緒に作りましょう。</p> <p>※持ち物：エプロン・三角巾</p> <p>時間 10:00～12:00/13:30～15:30 定員 各12名 受講料 500円(税込)/人 条件 18歳以上</p>



お申込はこちら



※お申込はWEBのみとなります。

申込・キャンセル締切
**各講座実施日の
2日前18:00まで**

想いを形に、「おいしい」でつながる。



マックスバリュ東海株式会社
〒435-0042 静岡県浜松市東区篠ヶ瀬町 1295 番地 1
URL <https://www.mv-tokai.co.jp>

【お問い合わせ先】
戦略部 広報・IR・社会貢献グループ
TEL 053-581-7099