

2018年6月6日
マックスバリュ西日本株式会社

マックスバリュ段原店クッキングステーションにて
**5/12(土)第3回食育教室「朝ごはんを食べよう！」を
開催しました！！**

マックスバリュ西日本株式会社（本社：広島県広島市南区／代表取締役社長：加栗 章男）は、2018年5月12日（土）、マックスバリュ段原店のクッキングステーションにて親子で参加する第3回食育教室を開催しましたので、ご案内申し上げます。

食べることは生きることの源であり、子どもの頃からの豊かな食の体験の積み重ねは、健康でいきいきとした生活を送る基礎となります。発育・発達していく子どもたちに「食」の基礎知識や「楽しく食べる方法」を伝えたいとの思いから、「食」が身近なスーパーマーケットであるマックスバリュ段原店のクッキングステーションにて、毎月第2土曜日に食育教室を開催しています。

第3回目のテーマは「朝ごはんをきちんと食べよう！」と題して、『早寝早起き朝ごはん』をきちんと実践することで、生活のリズムが整い活発な毎日が送れることを説明しました。紙芝居や食材のイラストを使って話し、バランスの良い朝食の献立を各自で考えてもらいました。後半は献立の一つとして「コンソメスープ」を作って試食しました。生ではたくさん食べられないレタスも、スープに入れておいしくたくさん食べていました。

●イベント概要

日 時 2018年5月12日（土）①10時～ ②11時30分～
実施場所 マックスバリュ段原店クッキングステーション
実施者 柳橋 由実 先生（栄養士）
参加者 小学生以下のお子さま（保護者含む）約7名
実施内容 第3回食育教室「朝ごはんをきちんと食べよう！」



●クッキングステーションについて

マックスバリュ段原店クッキングステーションでは、店内の食材を使って料理の楽しさを提供し、旬の料理やバランスの良い料理をご提案しています。専任の栄養士が食材に関する知識をもとにお客さまの食のお悩み・ご相談にお応えしています。

以上