

2018年10月17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 10/13(土)第8回食育教室「秋のおいしい食べもの」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10月13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8回食育教室「秋のおいしい食べもの」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8回目は「秋のおいしい食べもの」と題して、秋が旬の野菜を話し合い、その効能を勉強しました。さらに、さつまいもやしめじ、ゴボウなどをそれぞれ店頭から選んできて、豚汁に調理しました。子どもたちは旬の野菜をよく知っていて、間違えずにすぐに店頭から持ってきていました。そして、ゴボウなど硬い野菜も丁寧に気を付けて刻み、アツアツのおいしい豚汁が出来上がりました。

子どもたちは集中して作業し、保護者の方からも「家庭では子どもにゆっくりお手伝いさせられないことが多いですが、クッキングステーションで野菜を選ぶところから始め、切る、炒める、煮込む、味付けするといったすべての流れをじっくりと経験できて良かったです」との感想をいただきました。

### ●イベント概要

日時 2018年10月13日（土）①10時～ ②11時30分～ ③14時～  
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 三島 瞳 先生（管理栄養士）  
参加者 小学生以下のお子さま（保護者含む）約20名  
実施内容 第8回食育教室「秋のおいしい食べもの」



### ●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