

株式会社 マルエツ

東京都豊島区東池袋 5-51-12 〒170-8401
広報 TEL:03-3590-0016 FAX:03-3590-4642

2013年3月7日



マルエツの料理&カルチャー教室「いーとぴあ」 2013年 春からの100講座 ご案内

マルエツ「いーとぴあ」の2013年度前期の講座募集開始にあたり、概要についてご案内いたします。

マルエツは首都圏最大の食品スーパーマーケットとして、「お客さまの笑顔のある食卓を応援」することをめざし、「食」と「暮らし」を豊かにする情報発信と実践の場として、料理&カルチャー教室「いーとぴあ」を運営しています。

1991年4月に開講以来22年間にわたり、延べ13万人の方にご利用いただいております。年々増える受講者の皆様のご要望にお応えして、今年度前期（4月～9月）の講座も、およそ100講座をご用意しました。



料理の基本から、世界の料理、600kcalのヘルシー定食なども学ぶことができ、親子ペアの講座や男性限定の講座、介護に関する講座、ワイン、フラワーアレンジメント、かしいお洗濯など、料理以外にも、ご自分のライフスタイルにあった講座を見つけていただけるラインアップとなっています。また、マルエツ30店舗で展開する「キッチンいーとぴあ」では、売場と連動したメニューを「いーとぴあ」の栄養士が監修し試食・提案を実施しています。

◇講座の概要

1. 「1回完結イベント講座」と「全5～6回コース講座」
2. 入会金：無料（受講料は講座ごとに異なります）
3. 受講期間：2013年4月～9月
＜申込み受付開始3月1日～＞
4. 申込み方法：FAXまたは郵送、直接「いーとぴあ」窓口
※講座内容等の詳細は、当社ホームページをご参照ください。

URL ; <http://www.maruetsu.co.jp/>



◇おもな講座のご紹介

☆「キューピー3分クッキング」藤井恵先生の「お手軽・おしゃれなおうちごはん」（1回）
番組でお馴染みの著名な料理研究家 藤井恵先生をお迎えして、気負わないのに
おしゃれなおうちごはんレシピをご紹介します。

☆介護をサポートする講座も登場（1回）

介護食士・女子栄養大学生涯学習講師 松村信子先生による介護食をおいしく、簡単に作る講座や、介護に対するお悩み解消方法や心のケアについて「頑張らない介護を応援！
楽な介護の仕方」（無料）もご用意しています。

☆「日本味めぐり 郷土料理を楽しもう」（6回コース）

「ご当地グルメ」ブームの中、ご当地人気料理を郷土料理店の店主に教わります。
お客様アンケートで人気の高かった北海道の「いか飯」、沖縄県「ラフテー」などを
ご家庭でも再現していただけます。

☆大好評の子供料理教室「クッキングギャオス」（6回コース）

小学1年生から中学生を対象に学年別にお料理をはじめ、栄養の話や、マナーの話、
お買物体験（マルエツ蔭店）などを通じ、豊かな食体験を育むお手伝いをします。

☆「楽しい男の料理」(6回コース)

基本的な家庭料理の作り方とコツをご紹介します。「照り焼きのコツ」「パン粉のつけ方、焼き方のコツ」「ホイル焼き」など基本を身につけ、応用が利く構成となっており、初心者にうれしい講座です。

◇「いーとびあ」の全講座

●1回完結イベント講座 65講座

数字は講座数

お楽しみイベント	19	料理研究家を講師に迎えた講座で、本格料理、手打ちパスタ&ドルチェなどが充実しています。
親子でわくわくイベント	5	親子ペアで楽しくお料理していただけます。
カルチャーイベント他	32	ワインセラー、ビール&ハイボールセラーで 家飲み充実。
カルチャーイベント(無料)	9	メタボ予防・改善や、お洗濯マイスターに聞くお役立ち講座

●5~6回コース講座 37講座

クッキングコース	10	家庭料理の定番からパーティーメニューまで多彩です。
旬のお楽しみバラエティコース	4	「楽しい世界の料理」「おうちでごちそう! 素敵なおもてなし」など、身近な食材でバラエティ豊かなメニューを。
パン作り・お菓子各コース	10	ホシノ天然酵母パン教室や初級から上級のお菓子作りなど。
キッズクッキングコース	3	調理技術だけでなく、栄養知識や食事マナーなどが学べます。
カルチャーコース	10	アロマトリートメントでリラックス、メディカルハーブ検定試験対策講座もご用意しています。

◇「いーとびあ」はこんな教室です

●管理栄養士が講座をサポートします。

管理栄養士の資格をもつスタッフにより、安心して楽しい講座を開設しています。

●託児室が利用できます。

お母様が安心して受講できるよう、ベテランの保育士が、お預かりいたします。(有料)

●初めての方に1,050円の体験受講もあります。

「いーとびあ」がはじめての方は、5~6回コースの講座の中から1回に限り1,050円で体験受講していただけます。(イベント講座・カルチャー6回コース除く)

●バリアフリーの施設です。

車椅子用トイレの設置や、通路では段差をなくしスロープに手すりを設置しています。

●移動昇降式調理台を設置しています。(写真右上)

車椅子ご利用の方やお子様などが調理実習しやすいように、高さが変わる調理台を設置しています。



「いーとびあ」の概要

- 住所：埼玉県蕨市中央3-22-30
- 交通：JR京浜東北線「蕨駅」西口から徒歩7分
- 電話：0120-082-499
- 施設：調理実習室 ホール、カルチャー教室、託児室
- ニュースリリースに関する
問い合わせ先：広報IR部 加納・瀧澤
電話03-3590-0016



以上