



～オンライン講座をはじめ、充実の講座をラインアップ～  
**マルエツの料理&カルチャー教室「いーとぴあ」**  
**2022年度前期講座のご案内**

マルエツでは、「お客さまの笑顔のある食卓」を応援するため、「食」と「暮らし」を豊かにする情報発信と実践の場として、1991年より料理&カルチャー教室「いーとぴあ」を運営しています。

2022年度前期講座（4～9月）の開始にあたり、講座の概要についてご案内いたします。なお、7～9月のオンライン講座とイベント講座は、5月中旬頃にホームページでご案内いたします。

今期より本格的にスタートしたオンライン講座では、プロのレッスンからメーカーとのコラボイベントまで5つの講座をラインアップ。また、「いーとぴあ」の館内で開催する講座では、パンやお菓子づくり、嬉しいプレゼントが付く「メーカーコラボイベント」といった、お気軽にご参加いただける1回講座のほか、キッズクッキングや男の料理などのコース講座まで、幅広い世代の方に受講いただける内容となっています。

さらに、「いーとぴあ」は「日本栄養士会 認定栄養ケア・ステーション」として地域の皆さまの健康をサポートさせていただく拠点の1つにもなっています。管理栄養士・保育士らによる専門的な立場から、一人ひとりに合わせた栄養相談や育児相談などを対面だけでなく、オンラインでもご参加いただけます。（予約制・有料）



2022年度前期講座  
パンフレット

なお、「いーとぴあ」では受講生の皆さまに安心してご利用いただくため、講座数や定員数の見直しや館内の換気など、さまざまな感染症予防対策を講じたうえで運営しています。ぜひ、お気軽にご参加ください。

### 「いーとぴあ」のおすすめ講座

### 「オンライン講座」（4～6月は5講座、7月以降も開催：有料）

画面越しに皆さまと一緒に料理をする講座と、講師による料理実演&質問コーナーの講座、2つのタイプをご用意。

<オンライン講座の一例>

講座名	内容
お家で楽しむカフェメニュー (一緒に料理)	ひと手間かけるだけで美味しく作れるカフェメニュー。盛り付けやお皿選びのポイントをお伝えします。
デザートで素敵なヘルシーライフ! (料理実演&質問コーナー)	ミネラルや食物繊維がギュッとつまっているデザート（なつめやしの実）のお話と美味しい食べ方をご紹介します。
親子でもちもちボンデケーキを作りましょう! (一緒に料理)	ブラジルのおやつ「ボンデケーキ」。ご家庭でも作りやすい材料で、チーズ入りのもちもちボンデケーキを講師と一緒に作りましょう。



## 講座の概要

- (1) 入会金 無料（受講料は有料、講座ごとに異なります）  
 (2) 受講期間 2022年4月～9月  
 (3) 申し込み方法 全てWEBから  
 ※初めての方は受講生登録（無料）を行い、お申し込みください  
 ※WEBでの申し込み方法、講座内容等の詳細は、当社ホームページをご覧ください  
<https://www.maruetsu.co.jp/osusume/eatpia/>  
 (4) 講座内容

**<1回講座 19講座>** ※7～9月のオンライン講座とイベント講座は、5月中旬頃にホームページでご案内

コース名	講座数	内容
オンライン講座	5	画面越しに一緒に料理をしたり、プロやメーカーの講師による料理実演や質問コーナーなど、オンラインでも楽しく学べます。
イベント講座	7	パンイベントでは、天然酵母でコッペパンとクッキーづくりを学びます。メーカーコラボイベントは、食品メーカーの食材を活かしたさまざまな料理や活用法、知識が学べます。うれしいプレゼント付です。
お菓子講座 パン講座	7	お菓子講座では、初めての方におすすめの基本講座から、レポートリーが増えるアレンジ講座までをご用意しています。 パン講座では、初めてでも簡単にできるやさしいパンづくり講座から、身近な素材やお惣菜を使ったおしゃれなパンや、香り豊かなスパイスやハーブなどが楽しめるパンづくりまで、多数の講座がございます。



**<コース講座 9講座>**

コース名	講座数	内容
キッズクッキングコース 男性限定コース	3	包丁の持ち方や食事のマナー、栄養知識について実践を通して学べ、さらに献立作成にもチャレンジする小～中学生対象の講座と、基本的な家庭料理のコツを学ぶ男性限定の講座です。
カルチャー講座	6	ハーブや薬膳・漢方について学んだり、トールペイントや絵手紙、小学生対象の書道教室など、さまざまなジャンルの講座をご用意しています。



- (5) 受講に際して
- ①託児ルームをご利用いただけます。  
 お子さまをお持ちの保護者の方が安心して受講できるよう、保育士がお子さま（1～12歳）をお預かりいたします。  
 ※予約制：1回1人550円（税込）
- ②講座の見学や体験受講（一部講座）が可能です。  
 ご見学は、事前連絡のうえお越しください。体験講座は、一部のカルチャー講座、キッズクッキングが対象となります。  
 詳しくは、「いーとぴあ」までお問合せください。

「いーとぴあ」の感染症予防対策

【受講時の皆さまへのお願い】

- (1) 体調の確認を必ずお願いいたします。  
体温（37.5度未満）、せきがでない、激しいのどの痛みがない、腹痛・下痢がない等
- (2) マスクの着用をお願いいたします。
- (3) 手洗い・手指の消毒をお願いいたします。
- (4) 調理中は手袋を着用の上、作業いただきます（手袋は「いーとぴあ」にて配布）。
- (5) テーブルの配置は向かい合わせではなく、講義形式（間隔を空けて着席）とさせていただきます。
- (6) 試食の際は、黙食をお願いいたします。なお、パン講座・お菓子講座の試食は中止しています。

【「いーとぴあ」での取り組み】

- (1) スタッフ全員で、健康チェック、マスクの着用、手洗い、手指の消毒、館内・設備の清掃、消毒作業を実施しています。
- (2) 館内の換気を実施し、受付に飛沫防止シートを設置しています。
- (3) 講座により定員数を減らしています。

「いーとぴあ」の概要

住所 : 埼玉県蕨市中央3-22-30  
 電話 : 0120-082-499（受付時間 10:00~17:00）  
 施設 : 駐車場、調理実習室、ホール、カルチャー教室、託児ルーム  
 URL : <https://www.maruetsu.co.jp/osusume/eatpia/>  
 アクセス :





「いーとぴあ」では、講座の様子や料理・作品を SNS にアップしています！  
「Instagram」、「Facebook」をチェック！！



「Instagram」


[https://www.instagram.com/maruetsu\\_eatpia](https://www.instagram.com/maruetsu_eatpia)



「Facebook」


<https://www.facebook.com/warabi.eatpia>





いーとぴあはおかげさまで、2021年に30周年を迎えました。  
これからも笑顔のある食卓を応援いたします。

30周年特設ページはこちら ▶



■お問い合わせ先 経営管理部（広報） 都築・古澤 （電話 03-3590-0016）

以上