

NEWS

オンラインで栄養指導 & お料理教室が体験できるコラボイベント



「めざまし茶づけ」×「教えて！今先生」 オンラインお料理教室を実施

株式会社 永谷園(社長:五十嵐 仁、東京都港区)とNPO 法人キッズドア(代表:渡辺 由美子、東京都中央区)は、母子世帯を対象に、食の栄養素や朝ごはんを食べることの大切さなどについて学べる「めざまし茶づけ」×「教えて！今先生」オンラインお料理教室を2021年8月28日(土)に実施しました。今回は、「めざまし茶づけ」サイトでも、その魅力や朝ごはんにおける“3つのスイッチ”について語っていただいている今里衣(こん さとえ)先生を講師としてお招きし、栄養素についての講義や“栄養満点・時短・節約”をコンセプトにしたアレンジレシピを実演でご紹介しました。

「めざまし茶づけ」×「教えて！今先生」オンラインお料理教室企画概要

《開催日程》 2021年8月28日(土) 10:30~11:30

《開催場所》 登壇者:K.D.C.,(キムチドリアンカルダモン (<https://kdc-foodlab.com/>))より Zoom 配信
参加者:各地より Zoom にて参加

《参加人数》 350名(キッズドアのファミリーサポートに登録している方を対象に募集)

《企画趣旨》 母子世帯のお母さんを助け、子どもたちの未来をつくる、栄養満点・時短・節約レシピを届ける。
ご家庭のキッチンで一緒に調理をしながら親子で参加できる、
「めざまし茶づけ」の今先生のオンライン栄養指導 & お料理教室の配信。

《配信内容》

① 栄養指導

- ・教室に貼ってある3色栄養表のお話
- ・五大栄養素のお話
- ・朝ごはんの大切さ
- ・親子で一緒にお料理する利点

② 今先生おすすめの「めざまし茶づけ」アレンジレシピ

- ・ばくだん茶づけ
- ・冷やしB.L.T.茶づけ



▲ 配信の様子

「めざまし茶づけ」アレンジレシピ▶



講師:今 里衣 氏(東京都学芸大学附属世田谷小学校 栄養教諭)



2011年4月東日本大震災直後の宮城県で栄養教諭となる。2016年度より現職。子どもが楽しく食事をとりながら、栄養や献立に興味を持ってもらえるよう、工夫をこらした日々の献立づくりや給食業務、食に関する指導に励む。著書に『まかせてね 今日の献立シリーズ(汐文社より)』がある。

「めざまし茶づけ」とは

「めざまし茶づけ」とは、「早く！急いで！」が口ぐせになってしまう朝のバタバタに、ササッとつくれるお茶づけを食べようという朝ごはん習慣のご提案です。朝ごはんをきちんと食べることで、朝が苦手なお子さまの“3つのスイッチ（あたま、からだ、おなか）”を入れることを目的としています。



めざまし茶づけ特設サイトでは、「教えて！今先生」と題し、“3つのスイッチ”と“めざまし茶づけの魅力”について、今先生へのインタビューの内容を掲載中です。

(めざまし茶づけ特設サイト：<https://www.nagatanien.co.jp/brand/ochaduke/mezamashi.html>)

(教えて！今先生：<https://www.nagatanien.co.jp/brand/ochaduke/teacher.html>)

お問い合わせ先

お客様からのお問い合わせ先：(株)永谷園 お客様相談室

Tel. 0120-919-454

報道各位からのお問い合わせ先：(株)永谷園ホールディングス

Tel. 03-3432-2519