

## 小売店主催マクロビオティック料理セミナー 「はじめてのマクロビオティック」The Earth (東京)



▲若い男性の方も多く参加いただきました。

7/28(日)東京港区のThe Earth様で、『はじめてのマクロビオティック』として、料理セミナーを開催しました。

The Earth様は大井町駅より徒歩10分ほどの場所にあり、店内にはオーガニック食品の他に、プロテインやBCAAなどを取扱われ、ボディメイクの相談などでもできるオーガニックショップです。

平沢インストラクターにご担当いただきマクロビオティックの基本的な内容について座学形式で行いました。マクロビオティックの定番メニュー【玄米ご飯 ごま塩、たくあん添え、みそ汁 玉ねぎ、わかめ、麩入りベジミートの生姜焼き】のデモンストレーションを見ていただき、

日時：2019年7月28日(日)  
場所：The Earth(東京)  
時間：10:00～12:00  
講師：平沢きよみ(リマクッキングスクールインストラクター)  
参加人数：10名



▲味噌汁の調理実習



▲美味しかった!と好評でした

味噌汁は皆様と一緒に調理実習も行いました。

参加者の中で玄米ごはんを初めて食べたという方に、“玄米の美味しさにびっくりした”と感激していただきました。

参加いただいた方の大半が、マクロビオティックについて知らないとの事でしたが、平沢インストラクターの分かりやすい説明と、実体験に基づいたエピソードトークも相まって会場は大いに盛り上がりました。

ご参加いただきありがとうございました。

オーサワジャパンでは、小売店様主催の様々なセミナーをご用意しております。  
セミナー企画にご興味のある店舗様は、お気軽に営業本部までお問い合わせください。  
レポート：オーサワジャパン 営業本部 小西