

報道関係各位

【食べる美容】スキンケアブランド「OSAJI」のブランドディレクターによる美容の原点・食にフォーカスした料理教室を、釜浅商店（浅草・合羽橋）にて開催

2024年2月に発売した書籍『食べる美容』に基づく美容養生食レシピを学ぶイベントを、浅草・合羽橋にある料理道具専門店「釜浅商店」内で行います

健やかで美しい皮膚を保つためのスキンケアライフスタイルを提案する敏感肌ブランドOSAJI（オサジ）を展開する株式会社OSAJI（本社：群馬県高崎市、代表取締役：茂田 正和）のブランドディレクター茂田正和は、書籍『食べる美容』に掲載している美容養生食のレシピを実際に作って学べる料理教室を開催します。第1回を5月24日（金）・25日（土）に開催いたします。



「化粧品の商品開発者のレシピだから説得力があり、とても簡単に美味しくできる」「少しずつ美容のことを知りたいと思った時に、料理から始めるにはぴったり。わかりやすく、味も美味しい」

と口コミでも評判をいただいている料理レシピ本『食べる美容』。著者であるOSAJIのブランドディレクター・茂田正和自らが講師となり、旬を迎えた季節の食材を使いながら4品の作り方を丁寧にレクチャーいたします。

• 食べる美容 | 料理教室in釜浅商店 VOL.1 開催概要

5月 | 自律神経を整える「梅雨」の献立

間もなく梅雨入り。雨が続くと気分が晴れず、身体は血流が悪くなり浮腫みやすくなります。そんな憂鬱な季節には、余分な水分を排出し、身体の代謝を上げて自律神経を整えてくれる食事がおすすめ。この季節に摂るべき栄養を学びつつ、楽しく美味しく、梅雨を乗り越えられる術をお伝えします。

開催日時：2024年5月24日（金） 18時～20時30分

2024年5月25日（土） 11時～13時30分

開催場所：釜浅商店（包丁売場4Fイベントスペース）東京都台東区松が谷2丁目24-1

講師：茂田正和

受講料：10,000円（税込）※材料費込・ドリンク別

定員：各回16名 参加申込方法：Peatixより <https://taberubiyou-cookinglesson1.peatix.com>

申込締切：5月21日（火）まで

内容：海藻豆腐、鯛と三つ葉のサラダ、ほや飯、たこの生姜煮込み 4品

持ち物等：手拭き、筆記用具、エプロン、タッパー類（持ち帰り用）

• 著者メッセージ

料理することは、人生を楽しむための触媒です。

季節を楽しむ。

会話を楽しむ。

食事を楽しむ。

本来、必要な栄養は身体が知っていて、本能的に選ぶことができるはずなのです。

だからこそ、

楽しいという感覚、美味しいという感覚を大事にすることが、何より大切で、

そんな自分の「心地よさ」をきちんと感じることで、

人を美しく、魅力的にするスイッチになると思っています。

食を楽しみながら、自分にとっての「美容」を叶えるヒントが見つかる、

そんな時間になればと、願っています。

【著者プロフィール】



茂田正和（しげた まさかず）

音楽業界での技術職を経て、2002年より化粧品開発者の道へ。

皮膚科学研究者であった叔父に師事し、敏感肌でも安心して使える化粧品づくりを追究する中で、感性を育む五感からのアプローチの重要性を実感。

2017年、スキンケアライフスタイルブランド『OSAJI』を創立しディレクターに就任。2021年にOSAJI店舗に併設のホームフレグランス調香専門店「kako-家香-」（東京・蔵前）が好評を博し、2022年には香りや食から心身の調律を目指す、OSAJI、kako、レストラン『enso』による複合ショップ（鎌倉・小町通り）をプロデュース。2023年は、日東電化工業株式会社の技術を活かした器ブランド『HEGE』を手がける。2023年10月株式会社OSAJI代表取締役就任。

著書『42歳になったらやめる美容、はじめる美容』（宝島社）

公式Instagram：@masakazushigeta

公式サイト：“shigetaの冷蔵庫” <https://shigetanoreizouko.com>

• 書籍情報



タイトル：『食べる美容』

著者：茂田正和

発売日：2024年2月9日（金）

判型：B5版

頁数：カラー144頁

出版社：主婦と生活社

取扱店舗：OSAJI直営店、OSAJI公式オンラインショップ、全国書店、オンライン書店

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000003.000132927.html>



左から 海藻豆腐、太刀魚の南風咖喱、鰻とクレソンのサラダ（『食べる美容』より参考画像）



左から 牛とろろ鍋、銀鱈の紹興酒蒸し、鰻の香味寿司（『食べる美容』より参考画像）

【メディア関係者様 お問い合わせ先】

株式会社OSAJI コーポレート広報担当：酒井

メールアドレス：yoko.sakai@osaji.inc、電話：03-6240-9800

株式会社OSAJIのプレスリリース一覧

https://prtmes.jp/main/html/searchrlp/company_id/132927

【メディア関係者様 お問い合わせ先】

株式会社OSAJI コーポレート広報担当：酒井

メールアドレス：yoko.sakai@osaji.inc、電話：03-6240-9800