Plenus

News Release

2026 年 11 月 20 日

各位

株式会社プレナス

プレナス「明日の元気は食事から」食育プログラム

元なでしこジャパン・宮間 あやさんと体験！
スポーツ×食育 親子教室

12 月 20 日（日）東京・中央区立城東小学校で無料開催

株式会社プレナス（本社：中央区銀座、社長執行役員：金子 史朗）は、持ち帰り弁当の「ほっともっと」、定食レストランの「やよい軒」、しゃぶしゃぶと本格飲茶の「MK レストラン」、そしてラーメン店の「KAYAVA.」を、2026 年 10 月末現在国内に 2,819 店舗展開しております。

当社は、食を通じてスポーツに取り組むすべての方を応援しています。また、各地域で実施される野球大会やサッカー大会を応援し、地域スポーツの活性化に取り組んでいます。

このたび当社は、その取り組みの一環として、12 月 20 日（日）に元なでしこジャパンの宮間 あやさんとともに、小学校 1～2 年生のお子さまとその保護者を対象としたイベント「元なでしこジャパン・宮間あやさんと体験！ スポーツ×食育 親子教室」を、東京・中央区立城東小学校にて無料開催します。

本イベントでは、当社のメッセージである「明日の元気は食事から」のもと、スポーツ体験や食育プログラムに加え、当社が展開する「ほっともっと」のおにぎりや、こだわりの金芽米を通じて、楽しく「食べることの大切さ」を学んでいただきます。

■宮間 あや氏　プロフィール



宮間 あや（みやま あや）

1985 年 1 月 28 日生まれ、千葉県出身。B型。
ポジションは MF。
2003 年 3 月、『国際親善試合』のタイ戦で代表デビュー。
五輪は北京、 ロンドン大会に出場。W杯は 2003 年アメリカ大会から 4 大会連続出場。
2011 年、『FIFA 女子ワールドカップ』で優勝を飾る。
2012 年より、日本女子代表の主将を務める。
『アジア年間最優秀選手賞』（2011 年、2012 年、2015 年）を受賞。
2016 年度のシーズンを最後に、現役を引退。

■イベント内容

1． スポーツプログラム

元なでしこジャパンの宮間 あやさんによる、親子で楽しめる身体の動かし方のプログラムです。手や身体を使ってボールを扱います。お子さまには「身体を動かすことって楽しい」という印象を持っていただき、保護者の方にはその姿を応援していただけますと幸いです。



2. 食育プログラム
運動と常に相互関係を持つ「食事」の重要性についてお伝えします。また、普段食べているメニューが「赤・黄・緑」のどの栄養グループに当たるかをクイズ形式で学びます。



3. 食の体験
運動後には、当社の強みである“ごはん”を用いた「ほっともっと」のおにぎりを親子で楽しんでいただきます。また、「ほっともっと」で使用している「金芽米(三合)」をプレゼントいたします。ご家庭でもお楽しみください。



■イベント開催概要

イベント名	プレナス「明日の元気は食事から」食育プログラム 元なでしこジャパン・宮間 あやさんと体験！ スポーツ×食育 親子教室
日時	12 月 20 日(日)13 時 30 分～15 時 50 分 ※13 時～13 時 30 分 受付
会場	中央区立城東小学校 東京都中央区八重洲 2-2-1
対象者	小学校 1～2 年生のお子さまとその保護者
募集人数	30 組 60 名 ※抽選とさせていただきます。
参加料	無料
募集期間	11 月 20 日(金)～12 月 6 日(日)
申込方法	以下 URL よりご応募ください。 https://20261220-plenus.hp.peraichi.com 当選された方には、12 月 7 日(月)以降に当社からイベント参加メールをお送りします。
主催	株式会社プレナス
後援	中央区
特典	おにぎり、「ほっともっと」の金芽米(三合)、食育パンフレット

■当社のスポーツ支援
当社は長きにわたり、食を通じてスポーツをするすべての方を応援しています。また、サッカー大会や野球大会など、各地域で開催されるスポーツ大会の応援を行い、地域スポーツの活性化に取り組んでいます。
当社のスポーツ支援内容 https://www.plenus.co.jp/sports/support/