

平成 30 年 4 月 16 日

キュレーションサイト「by S(バイエス)」、料理動画サイト「kurashiru」で 朝、ごはんの大切さ、手軽に作れるメニュー配信中（最終話）

公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構（米穀機構）

消費拡大事業部

米穀機構 消費拡大事業部では、「朝、ごはんをきちんと食べようキャンペーン事業」の一環として、**キュレーションサイト「by S」**と**料理動画サイト「kurashiru」**を活用して、20 歳代の女性を主人公に、朝、ごはんをきちんと食べる習慣をつけることで、仕事も、身体も、心もよい状態にむかっていくという内容をストーリー仕立てで掲載し、併せて、調理スキルがなくても、簡単にできる朝のごはん料理を動画で紹介しています。

「by S」 注）外部サイトへリンクします。

◆[ストーリー#4「27 歳、サホの場合」【最新話】を読む](#)

『転職、結婚、海外転勤…アラサー女性に「決断」はつきもの。備えておきたいアレって？』

◆[ストーリー#3「28 歳、ユイコの場合」を読む](#)

『彼のために疲れるの、もうやめた。アラサーの「変わりたい」に答える 1 週間プログラム』

◆[ストーリー#2「27 歳、ミウの場合」を読む](#)

『もやもや・イライラが 3 日続いたら試してみて。朝の「あの香り」で今日が変わるかも』

◆[ストーリー#1「27 歳、チナミの場合」を読む](#)

『+10 分でできるエネルギーマネジメント術。いい女に漂う「余裕」が身につくって』

「Kurashiru」 注）外部サイトへリンクします。

忙しい朝にもおすすめの簡単朝食レシピ

◆[「手作り！3 種のふりかけおにぎり」【最新】を見る](#)

◆[「鮭のねばねば贅沢丼」を見る](#)

◆[「ふわふわ卵のカニカマあんかけご飯」を見る](#)

◆[「しらすと卵チーズのとろとろごはん」を見る](#)