

# かむかむ Smile からのお知らせ

三色丼づくりに挑戦!

2025.

10 /  
18

Saturday

管理栄養士・中川 芽衣子 さんの

子どもと一緒に作る 幼児食



三色丼とおいしいお出汁の  
和食ランチをつくろう

日時：2025.10月18日(土)

- 開場 10:15
- 開始 10:30~12:15
- 定員 親子8組程度
- 対象 2歳~園児のお子さまの親子  
※兄弟で参加の場合は小学校低学年までOK
- 参加費 親子で3,700円(ランチ付き)  
(お子さま1名追加1,200円)
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル  
飲み物(水分補給用)

講師：中川 芽衣子 さん  
(管理栄養士・ベビー用品  
Richellのレシピ監修)



大学卒業後、富山県内の病院や福祉施設で  
管理栄養士としての経験を積み  
現在は離乳食教室や、地域で料理教室をしたり  
富山県栄養士会では食育リーダーとして  
講座を行ったりしています。

参加された  
ママさんのアンケート

## 【ワークショップ内容】

『好き嫌いがある』『野菜を食べない』  
『小食であまり食べてくれない』など  
お子さんの食の悩みはいろいろ...

今回は『和食ランチ』づくり!  
卵を割ってまぜまぜ 鶏そぼろをぐるぐる  
煮干しと昆布のお出汁の香りをくんくん  
五感をつかって  
親子で楽しく  
お料理をしましょう♪



イヤイヤ期の息子ですが  
今日はたくさん  
おいしく食べていました!

お肉が噛めないことへの  
工夫も聞くことができ  
とても参考になった



※かむかむSmileにて  
※写真はイメージです

LINE 公式アカウント  
はじめました!



ID検索 @945aqytg  
こちらからも  
予約お申し込みができます

## お問い合わせ

お電話 ● (0766) 91-3077  
E-mail ● info@comecome-smile.com

## 予約お申込み

ホームページ ● <http://comecome-smile.com/>  
※各イベントページのオーダーフォームからどうぞ



食育クッキングスタジオ

かむかむ  
Smile  
by Shintani D.C.