



2026.  
5 /  
30  
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

『簡単！ホットサンドをつくろう』

挟んで、焼いて、できあがり！  
ママと一緒に作ってみよう～

日時：2026.5月30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。

【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『ホットサンド』づくり！  
外はサクッ中はフワッ 食べてニッコリ  
五感をつかって  
親子で楽しく  
お料理をしましょう♪



『自分が作った！』  
という体験をすることで 苦手な野菜も  
食べれるようになるかもしれませんよ♡  
子どもの「やりたい」を尊重しながら  
親子で楽しい時間を  
過ごしましょう  
中川さんがママの悩みに応え  
幼児食のポイント や いろいろな  
提案をさせていただきますよ！



※昨年度 かむかむSmileにて

※写真はイメージです

『氷見市』と 姉妹都市  
刃物のまち『関市』の 貝印さまより  
ご参加のみなさまにプレゼント！



お問い合わせ

TEL (0766) 91-3077  
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.