

かむかむ Smile からのお知らせ



2026.

10 /
31

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！肉まんをつくろう！』

親子でおいしいハロウィンを
楽しんでみませんか？

日時：2026.10月31日（土）

【ワークショップ内容】

- 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 3,800円（ランチ付き）
（お子さま・大人 共に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）

『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『簡単！肉まん』づくり
親子で こねこね 包んで ぎゅっぎゅっ
蒸して ホカホカ
五感をつかって
親子で 楽しく
ハロウィンクッキング～♪



※写真はイメージです

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。

『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♡
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！



『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.