



青森中央短期大学
本田よう一さんと学ぼう！

じいじ&ばあばのための 幼児食講座

祖父母の皆さん、お孫さんのお世話大変ですよ！
時にはおいしい料理でお孫さんを喜ばせてみませんか？
幼児食に使える作りおきを組み合わせ献立に！
さらに肉や卵のそぼろ、野菜で副菜を作り、
メイン料理やスープなどにアレンジします

日時 2025年6月15日(日) 10:30～12:30

対象 未就学児がいる祖父母 20名
(パパ・ママの参加も可)

※お子様と一緒に参加はできません

会場 アピオあおもり 調理実習室
(青森市中央3丁目17-1)

オンライン参加可 (100回線)

持ち物 エプロン・三角巾をご持参ください

ほんだ よういち

講師 本田よう一 先生 (料理家、栄養士)

1983年生まれ。福島県泉崎村出身。2006年から料理家として仕事を開始。
野菜をたっぷり使い、素材の味を活かしたレシピを得意とし、家族みんなで楽しめる味付けに
定評がある。“食べてくれる人にやさしく。作ってくれる人にもやさしく”をモットーとしている。
あったかふくしま観光交流大使として活動中。

【担当したお仕事】

〈テレビ〉きょうの料理、あさイチ、キューピー3分クッキングなど
〈雑誌〉オレンジページ、きょうの料理、栄養と料理、レタスクラブなど
〈新聞〉読売新聞 朝日新聞取材 レシピ提供

地元福島でもTVや料理動画、新聞、フリーペーパーなど、
料理教室や商品開発、webのレシピ考案など幅広く活動中。

【HP】<http://youichi-honda.com> 【YouTube】本田よう一のyoutubekitchen



本田よう一の
youtube kitchen

**参加費
無料**

【お申込み】 右のQRコード又はFAX（裏面の申込書）にてお申込みください

【お問合せ】 青森中央短期大学 研究支援・地域連携課

電話: 017-728-0121 FAX: 017-738-8333

Email: koukaikouza@chutan.ac.jp

【主催】 青森中央短期大学 食物栄養学科 森山洋美

【共催】 あおもり子どもの健康研究会

【助成】 公益財団法人青森学術文化振興財団 令和7年度助成事業

申込QRコード

