

離乳食教室のご案内

離乳期は、食事や生活リズムが形づくられる大切な時期です。

離乳期から生活リズムを整え、食べる意欲を育み、食べる楽しさを体験することで、“食を楽しめる子”に成長します。そのために離乳食は重要です。

離乳食教室に参加して、離乳食の基本の進め方を学んでみませんか？

| 日にち | 対象生年月日 | 日にち | 対象生年月日 |
|----------------|----------------------|----------------|------------------|
| R8年 4月9日(木) | R7年 9月10日～11月9日 | 10月7日(水) | R8年 3月8日～5月7日 |
| 5月19日(火) | 10月20日～12月19日 | 11月5日(木) | 4月6日～6月5日 |
| 6月9日(火) | 11月10日 ～R8年1月9日 | 12月2日(水) | 5月3日～7月2日 |
| 7月7日(火) | R7年12月8日 ～R8年2月7日 | R9年 1月6日(水) | 6月7日～8月6日 |
| 8月18日(火) | R8年 1月19日～3月18日 | 2月3日(水) | 7月4日～9月3日 |
| 9月1日(火) | 2月2日～4月1日 | 3月3日(水) | 8月4日～10月3日 |

●会場：佐屋保健センター

●受付時間：午前9：30～10：00

★教室開始前に自由に体重計測ができます。

(教室は約1時間30分)

●持ち物：母子健康手帳、バスタオル

●内容：離乳食についての講話

(離乳初期～離乳完了期)

離乳食の作り方・食べさせ方の実演

●予約方法

「4か月児健診問診票」の離乳食教室希望日記入欄に第1候補日・第2候補日をご記入ください。当日保健師と参加日を決めましょう！

●定員：15名

★お子さんが第1子の方は、参加をお願いします。

第2子以降の方もご参加いただけます。

参加者の声

- ・作り方のデモンストレーションがあり分かりやすかった。
- ・食べさせ方は書籍に書いていないため、勉強になった。
- ・裏ごし、つぶしの違いがよく分かった。
- ・離乳食スタートに対する不安が少し減り、参加してよかった。

教室の様子/

