



離乳食・こどもえいよう教室のご案内



すべてのご予約はRESERVAからになりました。

お問い合わせはお電話でも！ 06-6152-9120



離乳食・おはなし会

定員：各4組

その時期に合わせた〈離乳食の基本〉をお話します。

「離乳食って、どうやって作るの？」

「始めてみたけど、こんな感じでいいのかな？」

などなど、ママたちからの質問に管理栄養士がゆっくりお答えします♪

月齢の近いママと「こんな時どうしてる？」など共通する困りごとお話しませんか？

離乳食を始める前に	初期から完了期まで離乳食 ダイジェスト版	14日(火)13:30 24日(金)13:30
初期・中期	5～8ヶ月ごろの 離乳食	2日(木)13:30 21日(火)9:30
後期・完了期	9～1歳6ヶ月ごろの 離乳食	7日(火)13:30



こどもえいようおはなし会～鉄分編～

定員：各4組

9日(木)9:30

28日(火)13:30

- ・赤ちゃんはどうして離乳食が必要なの？
- ・体の中の「鉄」はどんな働きをしているの？
- ・食事から「鉄」をとるには？・・・など

赤ちゃんもママも一緒に楽しい雰囲気でお話します♪



おしゃべり♪ひろば

定員：各4組

ママと赤ちゃんが集まってワイワイおしゃべりする会です。

今月は、「第2子ちゃん・第3子ちゃん！集まれ！！」です。

毎日、バタバタと忙しい、2人目・3人目育児。

ごはん・お風呂・お出かけ、どうやって過ごしていますか？

あつまれ幼児食ちゃん！ ～第2子ちゃん・第3子ちゃん！集まれ！！～	1歳6ヶ月～2歳11ヶ月児 とママ	28日(火)9:30
あつまれ離乳食ちゃん！ ～第2子ちゃん・第3子ちゃん！集まれ！！～	離乳食を始めている 5ヶ月～1歳6ヶ月児 とママ	30日(木)13:30



このマークのあるおはなし会に参加された方に限定企画！！

管理栄養士が主催の「おはなし会」または「おしゃべり♪ひろば」にご参加いただいたママと赤ちゃんがご参加いただける会です。

BFZKM (離乳食中期)

(B=ベビー・F=フード・Z=罪悪感・K=軽減・M=メニュー)

30日(木) 10:30 11:00 11:30

定員：各1組

ベビーフードを使ったカンタンアレンジメニューを提案します♪
ベビーフードを使用することに罪悪感を持たれるママが多く、、、
食材をちょい足しすることで、罪悪感軽減メニューを提案出来たら、
と思いつきました！

おやこ献立を学ぼう (離乳食完了期)

定員：各1組

14日(火) 11:00 11:30

16日(木) 13:30 14:00 14:30

ママと赤ちゃん1組づつのご参加になります。
大人のご飯から離乳食の取り分けて、どうやってするのか？
取り分けしやすいメニューや、離乳食にアレンジするコツをお話します。
実際の料理の試食もできます。

でぎーとくらぶ(短時間・個別栄養相談)

21日(火) 13:30 14:00 14:30

定員：各1組

からだに優しいミニデザート付き、ママと赤ちゃん1組づつ対応させていただきます。

こどもごはん相談室

定員：各1組

16日(木)14:00

21日(火)14:00

30日(木)13:00 14:00

「離乳食がすすまない」「食べムラ」

「好き嫌が多い」

「今の食事量で栄養バランスは大丈夫かな」

「食事」・「栄養」・「成長」・・・など

ママの気分転換も兼ねてお気軽にご相談ください♪

管理栄養士が個別でゆっくりお話しさせていただきます。

離乳食・調理教室

定員：各3組

説明をしながら目の前で調理を見学できます。

ご希望であれば、ご試食も可能です。

アレルギーのある方は予約時にご相談ください。

教室中はお子様をお預かりすることもできます。

お客様の飲み物はご持参ください。
その他は、ご用意しております。

初期B	5～6ヶ月ごろの 離乳食	2日(木)10:30 28日(火)10:30
中期B	7～8ヶ月ごろの 離乳食	21日(火)10:30
後期B	9～11ヶ月ごろの 離乳食	24日(金)10:30 保育なし2組
完了期B	1歳～1歳6ヶ月ごろの 離乳食	16日(木)10:30

*偶数月はAこんだて、奇数月はBこんだて、になります。

*乳・卵・小麦は、完了期Bこんだてのみ使用します。

そのほかの各教室は、3大アレルギーを使用しません。

Saturday離乳食・調理教室

(赤ちゃん1名・大人2名参加型・託児はございません)

赤ちゃんパパ・ママ、 定員：2家族まで

赤ちゃんママ・おばあちゃん など、

お子様1名+大人2名まで3人で一緒のご参加となります。

平日の教室とは異なり、赤ちゃん、ご兄弟の託児はございません。

またご兄弟と一緒にのご参加はご遠慮願います。

後期B	9～11ヶ月ごろの 離乳食	11日(土) 10:00
-----	------------------	--------------

*内容は、上記の通常の離乳食教室と同じ内容になります。

おいしく鉄分補給・調理教室

定員：各3組

前期 9カ月ごろから 28日(火)13:30

後期 1歳ごろから 9日(木)10:30

食事にも間食にもできる手軽なメニューで、鉄分もしっかりとれる軽食を提案、調理いたします。