

2021年



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

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	5日(火)13:30 21日(木)9:30
初期・中期	5～8ヶ月ごろの 離乳食	12日(火)9:30
後期・完了期	9～1歳6ヶ月ごろの 離乳食	19日(火)13:30



こどもえいようおはなし会～鉄分編～

19日(火)9:30

- ・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

赤ちゃんもママと一緒に楽しい雰囲気でお話します♪



おしゃべり♪ひろば

21日(木)13:30

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、「夜泣きの赤ちゃん！集まれ！！」です。

夜泣きにお困りのお子さん、

夜泣きだったけど乗り越えたお子さん、

夜泣きじゃないけどお話を聞いてみたい方も大歓迎です。

年齢制限はなく、何歳でもご参加いただけます。



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 (離乳食後期)

(B=ベビー・F=フード・Z=罪悪感・K=軽減・M=メニュー)

21日(木) 13:30 14:00 14:30

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、
と思い企画しました！

おやこ献立を学ぼう (離乳食・後期)

定員：3組

19日(火) 14:00

ママと赤ちゃん3組の同時開催になります。

大人のご飯から離乳食の取り分けて、どうやってするの？

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。

卵・小麦・乳製品を使用します。

でざーとくらぶ(短時間・個別栄養相談)

6日(水) 10:30 11:00 11:30

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

5日(火)11:00

7日(木)11:00

12日(火)10:30

14日(木)9:30

「離乳食がすすまない」「食べムラ」

「好き嫌いが多い」

「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。

お子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A	5～6ヶ月ごろの 離乳食	1日(金)10:30 12日(火)10:30
中期A	7～8ヶ月ごろの 離乳食	14日(木)10:30
後期A	9～11ヶ月ごろの 離乳食	21日(木)10:30
完了期A	1歳～1歳6ヶ月ごろの 離乳食	19日(火)10:30 *29日(金)10:30 *保育なし2組

*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。

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	8日(金)10:30
後期	1歳ごろから	13日(火)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。



別刷りのパンフレットをご覧ください。