



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人

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	24日(火) 13:30
初期・中期	5～8ヶ月ごろの離乳食	5日(木) 9:30
後期・完了期	9～1歳6ヶ月ごろの離乳食	20日(金) 13:30

こどもえいようおはなし会～鉄分編～

定員：4人

26日(金) 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します♪



おしゃべり♪ひろば

定員：各4人

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、「便秘ちゃん！集まれ！！」です。

便秘のエピソードをお持ちの方、今は便秘じゃないけどお話を聞きたい方もぜひご参加ください。

便秘にまつわる食事のエピソードをお話しませんか。

あつまれ幼児食ちゃん！ ～便秘のお悩み おしゃべりしよう～	1歳6ヶ月～2歳11ヶ月児 とママ	27日(金) 13:30
あつまれ離乳食ちゃん！ ～便秘のお悩み おしゃべりしよう～	離乳食を始めている 5ヶ月～1歳6ヶ月児 とママ	17日(火) 9:30

離乳食・調理教室

定員：各3人

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	12日(木) 10:30 24日(火) 10:30
中期A	7～8ヶ月ごろの離乳食	25日(水) 10:30
後期A	9～11ヶ月ごろの離乳食	19日(木) 10:30
完了期A	1歳～1歳6ヶ月ごろの離乳食	27日(金) 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。

おいしく鉄分補給・調理教室

定員：各3人

前期	9カ月ごろから	17日(火) 13:30
後期	1歳ごろから	31日(火) 10:30

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

こどもごはん相談室

定員：各1人

25日(水) 14:00

31日(火) 14:00

「離乳食がすすまない」「食べムラ」「好き嫌いが多くて…」

「今の食事量で栄養バランスは大丈夫かな」

「離乳食を基準に大人のアレンジメニューが知りたい」

「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。



このマークのある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。

開催日は、受付までお問い合わせください。

でざーとくらぶ(短時間・個別栄養相談)

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。

おやこ献立を学ぼう (離乳食後期・完了期)

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って、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。