

令和2年度

4～5ヶ月頃
の赤ちゃん



はじめての離乳食♪

ごっくん離乳食

金沢区 離乳食教室

「はじめての離乳食はわからないことがいっぱい・・・」離乳食のかんたんな作り方や進め方を学んで、楽しく離乳食をすすめていきましょう♪歯みがき準備の話も合わせてお伝えします。

歯みがきスタートへ

歯科衛生士が歯みがき準備や保護者のお口の健康についてアドバイスをします。



お話・DVD

離乳食の始め方や食べさせ方のポイント、お口の動きを映像で見られます。



体験と試食

食材をつぶして離乳食を作る体験&試食



かんたんに作るコツあり♪

上半期		下半期	申込方法等
令和2年 4月24日(金)		10月23日(金)	
5月29日(金)		11月27日(金)	
6月26日(金)		12月11日(金)	
7月31日(金)	令和3年 1月29日(金)		
8月28日(金)	2月26日(金)		
9月25日(金)	3月26日(金)		

- ・通年申し込めます。
- ・目安の月齢は4～5ヶ月頃ですが、それを超えても受講できます。
- ・下記の電話番号にお申込みください。FAXでのお申込みは、教室名・電話番号・お子様の氏名・生年月日・希望月をご記入願います。
- ・試食は「おかゆ・人参・だし汁」です。試したことのないお子様は、保護者のみの試食とさせていただきます。

- 対象:これから離乳食をはじめる子(4～5か月頃)と保護者
- 会場:金沢区役所5階栄養相談室
- 時間:午前10時～11時30分(受付9時30分より)
- 定員:保護者と子20組(先着順)
- 持ち物:赤ちゃんの下に敷くタオル等

「はじめての離乳食なので不安でしたが、離乳食をあげるイメージができました。来週から早速はじめてみようと思います」
昨年度の参加者アンケートより

【申込み・問合せ先】
金沢福祉保健センター 健康づくり係
(金沢区役所 4階408)
電話: 045-788-7842
FAX: 045-784-4600

スマートフォンから
予約できます!

