

令和2年度

1歳4か月
～4歳





離乳食から幼児食へ

ぱくぱく幼児食

金沢区 幼児食教室

離乳食もそろそろ卒業。家族と同じ食卓を囲むようになった頃（1歳4か月～3歳未満対象）の幼児食入門編と、お手伝いもやってみいたい頃（2～5歳未満対象）の、楽しく食べるヒントが学べるお手伝い編の二種類の教室です。簡単に作れて子どもが喜ぶお料理レパートリーが増えるかも♪

ぱくぱく幼児食【入門編】		ぱくぱく幼児食【たのしくお手伝い編】 (金沢区ヘルスマイト主催)	
実施日	対象・内容	実施日	対象・内容
令和2年 6月18日 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●対象 1歳4か月～3歳未満の子と親 ●内容 <ul style="list-style-type: none"> ①栄養士のお話 「離乳食卒業から幼児食へのポイント」 ②おすすめレシピの試食 ③親子体操(3B体操) <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-right: 10px;"> 当日の試食 (量は味見程度です) </div>  </div>	7月22日 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ●対象 2歳～5歳未満の子と親 ●内容 <ul style="list-style-type: none"> ①栄養士のお話 「親子で食事が楽しくなるヒント」 ②おすすめレシピの作り方紹介・お料理のお手伝い・試食 <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-right: 10px;"> 当日の試食 (親子で一皿です) </div>  </div>
9月17日 (木)			
12月3日 (木)		<ul style="list-style-type: none"> ●持ち物 飲み物・タオル・動きやすい服装 	<ul style="list-style-type: none"> ●持ち物 飲み物、(あればエプロンと三角巾)
令和3年 3月4日(木)			

◎食物アレルギーのある方は、お申し出ください。原材料をご案内します。
◎通年申し込みます。

- 会場：金沢区役所 5階502 栄養相談室
- 時間：午前10時30分～12時（受付10時～）
- 定員：親子20組（先着順）
- 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

※FAXの際は、教室名・電話番号・氏名（子）・生年月日（子）参加希望日をご記入ください。