

ママのための食育講座

～お味噌汁からの取分け離乳食作り～

離乳食の
進め方が
分からない！



大人の食事と
離乳食・・
どっちも
作るのが大変だ！

日頃、離乳食に対していろんなモヤモヤを抱えていませんか？

今回は旬のお野菜を使った「お味噌汁」を作りながら
各離乳期に合わせた形態に取り分けていきます。

離乳食で困っていること、悩んでること、分からないこと。
1つ1つの結び目をほどくお手伝いをさせていただきます！



主催： 蕨崎市 保健課

共催： 蕨崎市子育て支援センターにら★ちび

- 【日時】 10月12日（金） 10：00～11：30
【場所】 蕨市民交流センター ニコリ 1階 調理室
【対象】 蕨市民で6ヶ月児からの保護者（10名）※すでに離乳食を始めていること
【参加費】 200円
【持ち物】 エプロン・三角巾・ハンカチ・筆記用具

- 【予約開始日】 9月14日（金） 10：00～（HPまたは電話）
蕨崎市子育て支援センターにら★ちび ☎ 0551-23-7676

☆教室の時間は無料で託児を利用できます。

希望される方は9時50分までに子育て支援センターへお越し下さい。



～お願い～

託児の希望者の方でキャンセルされる場合は、前日までにお知らせください。
当日キャンセルは、場合によりキャンセル料が発生することがありますので
ご承知ください。

- 【内容】 ① お味噌汁からの取分け離乳食作り（ゴックン期～モグモグ期）
～玉ねぎ（淡色野菜）・小松菜（緑黄色野菜）・さつまいも（いも類）・絹ごし豆腐～
② ごはんのおとも作り（出汁をとった昆布の活用）
③ 離乳食の試食&お昼ごはん（大人のみ）



- 【講師】 蕨崎市健康づくり課 管理栄養士