

# 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18日（金） 10：00～11：30  
【場所】 蕨崎市民交流センター ニコリ 1階 調理室  
【対象】 蕨崎市民で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  
普段使っている離乳食のスプーン

- 【予約開始日】 9月13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 栄養士

イベント予約はこちらから