

令和6年度

もぐもぐ・ごっくん教室のご案内

(離乳食教室)

生後5か月から6か月頃になると、離乳食が始まってきます。この教室では、離乳食とは何か？始める時期や進め方は？手軽な離乳食づくりのコツは？といったことをお話します。同じくらいの赤ちゃんを持つお母さんたちとお話しながら、離乳食やこの時期の赤ちゃんの体について学んでみませんか？



*日 時：

| | | | |
|-----------|--|------|-----------|
| 5月21日(火) |  10:00~12:00 (受付時間 9:45~10:00) | 申込締切 | 5月14日(火) |
| 6月18日(火) | | // | 6月11日(火) |
| 7月23日(火) | | // | 7月16日(火) |
| 9月10日(火) | | // | 9月3日(火) |
| 10月8日(火) | | // | 10月1日(火) |
| 11月19日(火) | | // | 11月12日(火) |
| 1月21日(火) | | // | 1月14日(火) |
| 3月18日(火) | | // | 3月11日(火) |

*場 所：宮津市福祉・教育総合プラザ（ミップル4階）クッキングルーム
★昼の部屋で実施しますので、お気軽にご参加ください！（赤ちゃん用の布団あり）

*内 容：離乳食の進め方についての話、調理実習（管理栄養士）
赤ちゃんの発達や育児についての話（保健師）

*対 象：生後4か月～8か月の乳児とその保護者（保護者のみの参加も可能です。）

*定 員：各回4組（先着順）※初めて参加する方を優先します。

*持ち物：・母子健康手帳、赤ちゃんに必要と思われるもの
・エプロン、三角巾、手ふきタオル（調理実習がある場合）

*申込方法：申込締切日までに健康増進係(0772-45-1624)へお申込みください。

◎災害や気象警報等により、中止する場合があります。