おいしく、たのしく、離乳食！

離乳食講習会

に来てみませんか？

要予約（3日前まで）無料

- ☑ 離乳食が初めてで不安
- ☑ 離乳食を始めたけれどこれでいいのかな？
- ☑ 実際に作るところを見てみたい！

参加者同士の友達づくりもできます。お気軽にご参加ください！

時　間　10:00～1時間程度（受付　9:45～10:00）
持ち物　4か月児健診の栄養相談で配布した資料（未受診の方は当日お渡しします）

日程は裏面▶▶▶

初期講習会

対象▶4～6か月児
定員▶8人（先着）
内容▶離乳食のすすめ方
　　冷凍保存の方法

中期講習会

対象▶7～8か月児
定員▶6人（先着）
内容▶手軽に作れる離乳食
　　いろいろな食材を使おう

後期講習会

対象▶9～12か月児
定員▶6人（先着）
内容▶手軽に作れる離乳食
　　手づかみ食べに挑戦！

歯のミニ講話、ご希望の方には個別歯科相談、離乳食の試食（保護者のみ）もあります

4月会場：中央公民館　調理室

〒701-4221　瀬戸内市邑久町尾張465-1

5月～会場：ゆめトピア長船　キッチンスタジオ

〒701-4264　瀬戸内市長船町土師277-4

【お問い合わせ・予約先】
瀬戸内市こども・健康部　健康づくり推進課　栄養士
☎(0869)24-8031　電話受付　平日8:30～17:15
予約は電話または右のQRコード（web申込）から