

ママ's キッチン

離乳食ってなに？どんなものをあげたらいいの？
なかなか食べてくれない時は、どうしたらいい？



あなたの疑問に管理栄養士がお答えします！
ささいなことでも、お気軽にご連絡ください♪



お食事エプロン
プレゼント

● 教室参加

日程： 5月25日(月)、7月21日(火)、9月28日(月)
11月20日(金)、1月27日(水)、3月19日(金)
時間：13:30~15:30 (受付13:20~)
場所：いきいきライフセンター 費用：無料
内容：離乳食のお話、調理実習、試食
対象：生後10か月くらいまでのお子さんをもつ保護者
定員：10組 (先着順)
申し込み：教室実施の10日前までに健康推進課へ
持ち物：母子手帳、エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

● 個人相談

離乳食のこと、お子さんの食事、お母さんの食事のことなど、気軽に管理栄養士にご相談ください。お電話でも、いきいきライフセンターに来ていただいても大丈夫です。
予約は随時受付中です。不在にしていることもありますので、日程についてはご相談ください。

<お問合せ>

御所市役所 健康推進課 TEL 0745-44-3268
わくわく子育てセンター TEL 0745-62-8060
御所市774-1 (いきいきライフセンター内)
平日 8:30~17:15

● ホームページ (動画)

内容：離乳食を始める前に…

- ・離乳食ってなに？
- ・いつ頃からはじめるの？
- ・離乳食で大切なこと
- 時期にあわせた離乳食
- ・離乳食のポイント
- ・作り方 (動画)
- ・離乳食レシピ



動画を見てくれた人にプレゼント

2種類の動画の最後にキーワードがあります。
右のクーポンにキーワードを書き、切り取って、**4か月児健診の問診時**に保健師に渡してください♪

離乳食スプーンをプレゼントします♡

クーポン

氏名

○	○	○	○
○	○	○	○

離乳食



(市役所記入欄) 令和 年 月 日配布