

4か月健診後の

# 離乳食講習会のご案内



## ～はじめての離乳食編～

離乳食のすすめ方や、身近な食材を使って簡単にできる離乳食づくりのコツを学んで、スムーズに離乳食を始めましょう！離乳食に関する不安や疑問もお気軽にご相談ください。ご参加お待ちしております。

《日時・場所》 午後1時30分～2時50分 【受付：午後1時15分～】

日程	場所
平成30年 4月20日(金)	南区役所保健福祉センター 1階 栄養指導室 (ヘルスピア21内)
6月1日(金)◎	
8月10日(金)	
10月12日(金)	
12月7日(金)◎	
平成31年 2月8日(金)	

- 《内 容》
- ・離乳食のすすめ方のお話
  - ・調理の実演
  - ・月齢にあわせた離乳食の展示
  - ・試食（保護者の方のみ）
  - ・個別相談

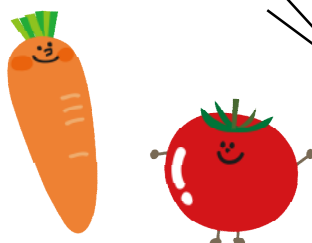
◎印の日は、終了後に「プレママ・パパとの交流会」を行っています。赤ちゃんと一緒にぜひご参加ください♪（終了後～3時30分）

《持ち物》 母子健康手帳

《費用》 無料

《申込み》 事前予約制  
前日までに電話または窓口にてお申込みください。

《申込先》 南区役所保健福祉センター 子どもはぐくみ室 子育て相談担当  
Tel 681-3574（午前8時30分～午後5時まで）



離乳食レシピ公開中



京・食ねっと