

もぐもぐ教室に来ませんか？

これから離乳食を始めたいけど、調理の仕方が分からない・・・！始めてみたけど、不安・・・。
そんなお母さんに！

基本の離乳食について、管理栄養士と一緒に実際に調理実習と試食をしてみませんか？
天然だしのとり方、薄味のお味噌汁（塩分濃度）についても学べます。

対 象：離乳食開始前～始めたばかりのお子さんと保護者（生後5か月頃～）

内 容：離乳食についての講話・調理実習・試食

日 程：令和2年 ~~4月 8日（水）~~

~~5月14日（木）~~

~~6月 5日（金）~~

7月10日（金）開催検討中

8月 6日（木）

9月10日（木）

10月 7日（水）

11月13日（金）

12月 4日（金）

令和3年 1月13日（水）

2月 5日（金）

3月 4日（木）



＊『離乳食を始めましょう』

糸島市ホームページにて閲覧することができます。

会 場：健康福祉センター あごら 2階 ふれあい交流室・調理実習室

時 間：10:00～12:00（受付 9:45～）

持ってくるもの：①母子手帳 ②この資料「離乳食の進め方」 ③エプロン・おてふき

④おんぶ紐・ベビーカー（お子さんと一緒に調理室に入ります）

⑤お子さん用お食事エプロン・おくちふき（食べさせる場合）

【問い合わせ】 糸島市子育て世代包括支援センター いとハピ

（健康づくり課・母子保健係）

開所時間 8:30～17:15（日・月・祝日を除く）

電話 092-324-9994

※参加は無料、完全予約制です。毎月10名までとなっておりますのでお早めにご予約ください。
皆さんお気軽にご参加くださいね♪

