



オンライン

令和3年度

離乳食プチ講座

会議アプリ Zoom を活用して・・・

7～8か月頃から完了期までの具体的な離乳食の進め方をお話しします。

【口の発達に合った食材の形や大きさ、目安量など】

▶対象 Zoom アプリをパソコン・タブレット・スマートフォン等にダウンロードできる方
事前の接続テストにも参加できる方

▶日程

開催日時		申込期間	接続テスト日時	参加対象者の生まれ月
10月12日(火)	①13:30～	9月1日(水) ～28日(火)	10月7日(木) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00	令和3年4月
	②15:00～			
11月16日(火)	①13:30～	10月1日(金) ～11月2日(火)	11月9日(火) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00	令和3年5月
	②15:00～			
12月7日(火)	①13:30～	11月1日(月) ～22日(月)	12月2日(木) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00	令和3年6月
	②15:00～			
1月18日(火)	①13:30～	12月1日(水) ～1月4日(火)	1月11日(火) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00	令和3年7月
	②15:00～			
2月8日(火)	①13:30～	1月4日(火) ～25日(火)	2月3日(木) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00	令和3年8月
	②15:00～			
3月8日(火)	①13:30～	2月1日(火) ～21日(月)	3月3日(木) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00	令和3年9月
	②15:00～			

▶時間 いずれの回も30分程度(予定)。全体のお話の後に質疑応答の時間を設けます。

▶申込方法 上記申込期間に問い合わせ先にてお電話で受付いたします。
受付時間は8:30～17:00です。

▶定員 各回10人(先着順)

▶その他 上記接続テストの前日までに当日使用するミーティングID・パスコード、資料をお送り致します。内容ご確認の上、指定の接続テスト日時に動作確認をしてください。
通信費は自己負担となります。

講座当日は顔が見える状態でご参加いただきます。

★来所の離乳食講習会の再開についてはホームページより最新情報をご確認ください。

▶問い合わせ先 烏山総合支所保健福祉センター健康づくり課
TEL: 3308-8228 FAX: 3308-3036

ホームページは
こちらから



裏

離乳食相談 のご案内



離乳食は赤ちゃんの発育および発達の状況に応じて食品の量や種類、形態を調整しながらすすめていきます。離乳食をすすめていくことで赤ちゃんは自分の力で食べ物を食べられるようになっていきます。

離乳食を始める目安の5～6か月頃は口を閉じて飲み込む練習をし、7か月頃からは食べ方が変化し、食べられる食品の種類も増え始めていきます。

赤ちゃん一人ひとりすすみ方は違います。赤ちゃんの状態に合わせてあせらず、無理なくすすめていきましょう。

離乳食のすすめ方についてのご相談は **電話相談** および **来所相談** を実施しています。また、**すすめ方の参考資料（動画）** も作成しました。

●電話相談 および 来所相談

下記の健康づくり課 栄養士までお気軽にご連絡ください。

●すすめ方の参考資料（動画）

区のホームページにて配信しています。参考にご覧ください。

【せたがや離乳食ラボ】

- ・食材研究所
- ・子どもの食べ方成長日記
- ・めやす量 調査隊

【せたがや離乳食ラボ 離乳食メニュー】

- ・魚のホワイトソース和え 等

【せたがや離乳食 1分動画】

- ・食べさせ方のポイント
- ・ほうれんそう 等

【掲載場所】

世田谷区ホームページ **せたがや動画**
妊娠・子育て



二次元コード

問い合わせ・相談申し込み

烏山総合支所保健福祉センター健康づくり課

T E L : 3308-8228 F A X : 3308-3036