

もうすぐ1歳！

# ぱくぱく離乳食講習会

令和8年度（2026年度）

「離乳食を食べてくれない…」 「料理が大変で…」  
 「おっぱいやミルクばかり欲しがって…」 など  
 お子さんのお食事に心配がありお困りの方向けの講座です（予約制）

▶対象 10か月から1歳ごろまでの赤ちゃん（第1子）の保護者  
 ※託児はありません。

▶内容 離乳食から幼児食へのすすめ方のお話  
 『離乳食と授乳のバランス』 『3回食のリズム 離乳食から幼児食へ』  
 『手づかみメニューってどうすればいいの？』  
 『おやつはあげたほうがいいのかな？』等 試食があります（任意）

開催日	申込受付開始日	参加者の生まれ月
令和8年(2026年)4月15日(水)	令和8年(2026年)4月6日(月)～	令和7年(2025年)5・6月
6月17日(水)	6月3日(水)～	7・8月
8月19日(水)	8月5日(水)～	9・10月
10月21日(水)	10月7日(水)～	11・12月
12月16日(水)	12月2日(水)～	令和8年(2026年)1・2月
令和9年(2027年)2月17日(水)	令和9年(2027年)2月3日(水)～	3・4月

\*次年度も同様に開催の予定です。

日程につきましては1月以降に健康づくり課にお問い合わせ下さい。

▶時間 13:30～14:30（受付 13:15～13:30）

★講座終了後、個別相談ができます

▶会場 烏山総合支所2階 第2会議室  
 （世田谷区南烏山6-22-14）

▶定員 先着10組

▶申し込み 受付開始日より、電話にて予約受付（裏面参照）  
 受付時間 8:30～17:00（土日祝日を除く）

★定員になり次第、受付終了

▶持ち物 母子手帳・筆記用具・お子さんに必要なもの

※ お車での来所はご遠慮ください。



# 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および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。

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** および **来所** で実施しています。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。

## 【新型コロナウイルスを含む感染症への対策】

感染症予防対策として、従事する職員のマスク着用、アルコール消毒、換気を実施しております。会場には基礎疾患のある方もいらっしゃいますので、保護者の方はマスク着用にご協力をお願いいたします。



《予約・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

電話：03-3308-8228

FAX：03-3308-3036

