

もうすぐ1歳!

令和6年度



ぱくぱく 離乳食講習会



R6. 2

「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)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と試食体験※・個別相談
『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?』
※試食するかはご自身でご判断いただけます。

日 程

開催日	参加対象者の生まれ月	開催日	参加対象者の生まれ月
令和6年 4月12日(金)	令和5年 5・6月	令和6年 10月 4日(金)	令和5年 11・12月
令和6年 6月 7日(金)	令和5年 7・8月	令和6年 12月13日(金)	令和6年 1・2月
令和6年 8月 2日(金)	令和5年 9・10月	令和7年 2月 7日(金)	令和6年 3・4月

時 間 13:30~(45分程度) **受 付** 13:15~

会 場 砧総合支所 2階(世田谷区成城6-2-1) **定 員** 先着15組

申込方法 開催日の前月1日より、下記問い合わせ先にて電話で受付
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 ★1日が土日祝日の場合は直後の開庁日

持 ち 物 母子手帳・お子さんに必要なものなど

そ の 他 裏面「ご来所にあたってのお願い」をご一読ください。

《問い合わせ先》

砧総合支所 保健福祉センター 健康づくり課 事業係
(電話)03-3483-3161 (FAX)03-3483-3167



裏面あり

ご来所にあたってのお願い

会場内は感染防止対策として、事業に従事する職員のマスク着用、換気、および密にならないよう十分配慮し講習会を実施いたします。

また、皆様には下記のとおりご理解・ご協力をお願いいたします。

- ◆ 講習会当日は、ご自宅で検温していただき、お子様や同伴される方が、感染性の病気にかかっている場合や咳・発熱症状があるなど体調がすぐれないときは、日程変更等、ご相談ください。
- ◆ 会場内の混雑を避けるため、お子様お1人につき、保護者お1人でのご来所にご協力願います。なお、ご事情があり同伴者がいる場合は予約時にお知らせください。
- ◆ 保護者の方は、会場内でのマスクの着用にご協力をお願いしております。

離乳食相談のご案内

離乳食のすすめ方、幼児食へのステップアップなどについて電話相談及び来所相談も実施しています。

健康づくり課栄養士まで気軽にご相談ください。連絡先は表面「問い合わせ先」をご確認ください。

また、離乳食に関する資料(動画)を区のホームページで配信しています。参考にご覧ください。

【せたがや離乳食ラボ】

- 子どもの食べ方成長日記
- めやす量 調査隊
- 離乳食 食材研究所



二次元コード



離乳食ラボ研究員 モクモ

【世田谷離乳食ラボ 離乳食メニュー】

- 魚のホワイトソース和え など