

はじめての mama & baby

予約制

# 離乳食講座

ゴックン期の離乳食を知ろう

「おかゆ」の作り方や分量、また食材の固さや調理方法についてお話します。赤ちゃんを連れてお気軽にご参加ください。

試食もあるよ♪

## 対象月齢

生後5～6か月頃

離乳食をこれから始める予定  
または、開始1週間ぐらいの  
赤ちゃん



## 講座内容

離乳食をスタートする際の準備品や  
スタートから1か月のすすめ方



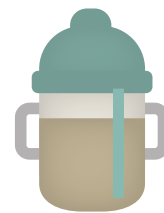
日程：9月15日(金)・29日(金) 各日  
10月13日(金)・27日(金) 14:00～15:00

【参加費】200円 【定員】各回5名（先着順で受付）

【講師】栄養士 宮本 美香

【持参するもの】

- 離乳食スプーン
- ハンドタオル
- スタイ
- 母子手帳
- 水分（赤ちゃん用麦茶、白湯など）



パパの参加も大歓迎！

講座会場

お申込み・お問い合わせ



089(917)8211

月曜～金曜 9:00～17:00

松山市衣山1丁目221-1

フィットネスクラブレフコ敷地内・大倉ガラス南隣

子育てネットワークえひめ  
セミナールーム  
(子育てひろばくーふぁん横)