

はじめての mama & baby

# 離乳食講座

予約制



「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。気軽に参加してみませんか？あかちゃんを連れてご参加ください。

平成30年 1月12日(金)・26日(金)

2月 9日(金)・23日(金)

3月 9日(金)・23日(金)

【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

## ゴックン期

対象：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週間くらいの赤ちゃんとその家族

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か月の進め方について

各日  
10:30～11:30

## モグモグ期

対象：生後7～8か月頃、離乳食開始後1か月以上経過している赤ちゃんとその家族

内容：2回食頃の離乳食の量や固さ、食材の進め方について

各日  
12:00～13:00

## カミカミ期

対象：生後9～11か月頃、離乳食の悩み(※)がある赤ちゃんとその家族(※手づかみ食べを嫌がる、食べない…など)

内容：手づかみ食べと、カミカミ期に多い困りごとについて

各日  
14:00～15:00

### 【持参するもの】

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

### 【離乳食講座会場】

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)

松山市衣山1丁目221-1 TEL 089(917)8211  
フィットネスクラブ レフコ敷地内 大倉ガラスの隣り

お問い合わせ・申し込み

子育てひろば くーふぁん・くりっぷでの申込受付となります。参加希望の方はスタッフまでお声掛けください。