



# にこにこ♡らくらく 「離乳食」 おんぶでクッキングっ〜!



「食育」は乳児期の母乳育児や離乳食から始まります。  
乳児期の大切な栄養・離乳食について学び、  
便利で赤ちゃんの育ちに良い「おんぶ」をして、調理をします。  
できあがった離乳食はみんなで楽しく会食しましょう。♪♪  
助産師によるおんぶの練習・何でも相談、栄養士の食物アレルギーレシピ相談もありますよ。



【講師：助産師★栄養士】

【時間】 10：00～12：00 【場所】 NPOこみゆーん(平谷川瀬字仲山町)

開催日	内容	対象
平成30年4月25日(水)	2回食の頃	平成29年8月～平成29年10月生まれ(6・7・8カ月)
5月18日(金)	2回食の頃	平成29年9月～平成29年11月生まれ(6・7・8カ月)
6月24日(日)	3回食の頃	平成29年7月～平成29年9月生まれ(9・10・11カ月)
7月25日(水)	2回食の頃	平成29年11月～平成30年1月生まれ(6・7・8カ月)
8月17日(金)	3回食の頃	平成29年9月～平成29年11月生まれ(9・10・11カ月)
9月2日(日)	2回食の頃	平成30年1月～平成30年3月生まれ(6・7・8カ月)
10月5日(金)	3回食の頃	平成29年11月～平成30年1月生まれ(9・10・11カ月)
11月28日(水)	2回食の頃	平成30年3月～平成30年5月生まれ(6・7・8カ月)
12月2日(日)	3回食の頃	平成30年1月～平成30年3月生まれ(9・10・11カ月)
平成31年1月30日(水)	2回食の頃	平成30年5月～平成30年7月生まれ(6・7・8カ月)
2月15日(金)	2回食の頃	平成30年6月～平成30年8月生まれ(6・7・8カ月)
3月10日(日)	3回食の頃	平成30年4月～平成30年6月生まれ(9・10・11カ月)

【定員】5組

【参加費】無料

【持ち物】ママのエプロン、三角巾、おんぶ紐、赤ちゃん用スプーン、食食用エプロン

【予約】必要\*開催日の1カ月前から3日前まで、お電話でお願いします。

\*アレルギーのある場合は、お知らせください。

【御予約・お問い合わせ】

NPOこみゆーん事務局(平日9:00～16:00)  
〒970-8036 いわき市平谷川瀬2丁目11-12  
Tel 0246-23-3303(さんさんお産)



メール:commune-jyosannin@dream.ocn.ne.jp