

令和8年度 離乳食教室のご案内



離乳食はいつ始めたらいいの？
何を食べさせればいいの？
食べさせるときに気をつけることは？
などなど…

離乳食をスタートする
皆さんのお悩み、解決します。



☆離乳食教室の様子☆

赤ちゃん・ママ・パパ みんなで一緒に参加できます！
祖父母と一緒に参加も OK です。

〔内容〕

- ★栄養士講話
「離乳初期の進め方」
- ★試食体験(大人のみ)
- ★離乳食づくり体験
(希望者のみ)



離乳食教室の後に、
個別相談や身長・体重の計測を
できます。ご希望の方は、
お時間に余裕をもって
ご参加ください。

〔日程〕

4/10 (金)	5/14 (木)	6/5 (金)	7/2 (木)	8/5 (水)	8/28 (金)
10/9 (金)	10/30 (金)	12/23 (水)	1/22 (金)	2/18 (木)	3/19 (金)

これから離乳食を始めるお子さん、離乳食を始めたばかりのお子さんの保護者が対象です。
お子さんの月齢が 4~5 ヶ月ごろの参加をおすすめしています。

〔時間〕 10:00~11:00 (受付時間 9:45~)

〔会場〕 牛久市保健センター

〔持ち物〕 筆記用具、母子健康手帳、お子さんを寝かせる敷物(バスタオル等)。
その他、必要なもの(おむつ、ミルク等)は各自お持ちください。

〔申込方法〕 3~4 か月健診時、こどもの未来応援センター窓口、電話

〔申込締切〕 開催日前日

☆教室開催日に都合がつかない場合は、個別で対応いたします。お気軽にご連絡ください。

(個別対応の場合、試食・離乳食づくり体験はありません)

☆離乳食についての相談は、随時受け付けております。来所・お電話にてご相談ください。



USHIKU
野菜オーケストラ
「キャバリオ」

牛久市 こどもの未来応援センター (保健センター内)

☎029-870-5657

【平日(月~金) 8:30~17:15】