

# 「離乳食」のおはなし

## ～離乳食は食べることの「はじめの一步」～

**\* 離乳食の段階を見てみよう \***

赤ちゃんにとって離乳食は食べることの『はじめの一步』  
「どんな食品からはじめたらよいのだろう…」 「食材の硬さってどれくらい？」  
「始めてみたけど、あまり食べてくれない…」 など戸惑うことはたくさんありますよね。  
離乳食のお話を聞いたあとに、実際に栄養士さんが実演してくれます。

\* 日程・対象： **2019年3月7日（木）** 主に中区近隣在住の親子  
※月齢は目安です。各ご家庭の進行状況にあわせてお申し込みください。

① **10:20～10:50**

★離乳食を始める前～始めたばかりの親子

（おおよそ4ヶ月～5ヶ月） 10組

①に参加された方はそのまま②にもご参加いただけます。

② **11:00～12:00**

★離乳食を進めている親子（おおよそ6ヶ月～11ヶ月） 15組

\* 申込方法：2月21日（木） 10:00～

のんびりんこ窓口にて先着順（TELも可）

※お申し込み時に離乳食について聞いてみたい事などありましたらお伝えください

\* 講師：りぼんの会 長谷川栄養士（のんびりんこ栄養士相談担当）

\* 内容：①離乳食の始め方、お粥の作り方など

②離乳食の進め方、離乳食・食材の扱い方の実演

基本的な離乳食の食材の調理方法から、扱いにくい食材・知っておくと便利な調理方法まで実際にデモンストレーションしてくれます♪

※終了後、質問タイムを設けます。

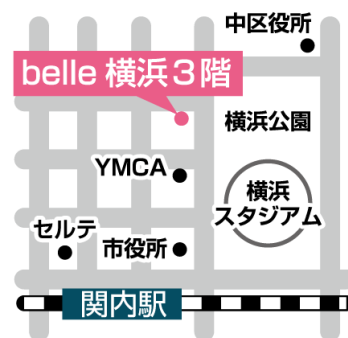
\* 会場：中区地域子育て支援拠点 のんびりんこ

☎045(663)9715

横浜市中区住吉町1-12-1 belle 横浜3階

URL: <http://www.nonbirinco.com>

◆のんびりんこ案内図→



【申込時に頂いた個人情報は本事業以外の目的で利用いたしません】

### ★りぼんの会★

管理栄養士6人で活動。地域での子育て支援や介護予防に関する講座を行っています。

主催：横浜市中区地域子育て支援拠点 のんびりんこ

<「のんびりんこ」は横浜市より公益財団法人横浜YMCAが受託して運営しています。>

協力：りぼんの会

