

# 簡単で楽しい 離乳食づくり

パパも  
ママも

食べるの大好き！ ～おっぱい、ミルクと並行して  
始める離乳食(中後期)講座～

気持ちが軽～くなる、離乳食についてのお話と離乳食作り  
の講座です。作った後は、お子さんと一緒に試食を楽しみ  
ましょう。

**10月8日(土)**

**10:30～12:30**

**定員:9名**

食物アレルギーをお持ちのお子さんは、お申込の際  
にお知らせください。

講師:金津 志保子さん(栄養士)

妊婦さんと赤ちゃんの食事に詳しい栄養士さんです。

《メニュー》リトットをメインに季節の野菜を使って9品程度作ります。

《持ち物》普段使っているスプーン(大人用と子ども用)

食事用エプロン、お手ふき(材料費として100円いただきます)。

※調理中は、ひろばでお子さんをご家族の方で見させていただきます。  
保育体制のとれない方は、ご相談ください。

※9月17日からのお申込になります。