

【平成30年度】

もぐもぐごっくん教室



対象 おおむね5か月～6か月児

『離乳食』とは、母乳や育児用ミルクで育ってきた赤ちゃんが、約1年かけて少しずつ固さや形ある食事に慣れ、食べ物を上手に噛んで食べることができるようになるまでの基礎トレーニング食です。赤ちゃんは、ミルクを飲むことは生まれながらに身につけていますが、食べることは「体験学習」によって覚えるのです。

この教室では、離乳食をいつから始めたらいいの？果汁は飲ませていいの？どのくらい食べさせたらいいの？などなど離乳食の基本的な知識についてお話しています。また、同じ位の月齢の子どもたちが参加していますので、情報交換の場にもなります。お気軽にご参加ください！

～ 教室の日程表 ～

4月	平成30年4月10日（火）	10月	平成30年10月10日（水）
5月	平成30年5月9日（水）	11月	平成30年11月14日（水）
6月	平成30年6月13日（水）	12月	平成30年12月5日（水）
7月	平成30年7月11日（水）	1月	平成31年1月16日（水）
8月	平成30年8月8日（水）	2月	平成31年2月13日（水）
9月	平成30年9月12日（水）	3月	平成31年3月6日（水）

- ☆ 場所 青葉ビル研修室1・2
- ☆ 時間 受付10:00～
開会10:15～11:30
- ☆ 持ち物 母子健康手帳
バスタオル

教室の内容

- ◆離乳期の口腔機能について
- ◆離乳食の進め方（初期食）
- ◆試食（初期の離乳食の紹介、試食）
- ◆身体・体重測定 個別相談



申し込み方法

2日前までに健康推進課母子保健係までお電話ください。

電話 **0193-22-0179**



試食も準備してお待ちしています！



◆栄養士から◆

初めての離乳食でも、久しぶりの離乳食でも大歓迎！
かんたんな作り方、食べさせ方などをアドバイスします。「試食」もお楽しみに♪

◆歯科衛生士から◆

離乳食を上手に食べられるかは、お口の成長も重要なポイントです。
お口の状態をみながら、焦らず、ゆっくりすすめていきましょう！

◆図書館から◆

この時期本の読み聞かせも大切！スタートブックのお話もあります♪

