

離乳食教室のご案内



離乳食は「食生活」の出発点です。いろいろな食べ物との出会いを大切に【食べる】ことの喜びを伝えていきたいですね。離乳食のはじめ方や進め方、作り方のポイントなど一緒に楽しく学びましょう。



主催：(公社)岐阜県栄養士会 協賛：生活協同組合コープぎふ・(一社)Ritzbaby (リッツベイビー)

カリキュラム	内 容		対 象 年 齢
1 離乳食を 始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食	離乳食の役割と基本 初期の離乳食の進め方	☆おかゆの作り方 ☆かつお、昆布だしの取り方 ☆素材の味を生かしておいしい離乳食 ☆おいしく簡単にするためのグッズ紹介	4 ~ 6 か月
	試食 ☺・おかゆ (うわづみ・つぶし粥・十倍粥)・かつおと昆布だし ・にんじん ・かぼちゃ ・にんじん茹でスープ ・手作りおやつ		
2 モグモグ期 おいしい離乳食	中期の離乳食の進め方	☆舌でつぶせる固さのおいしい離乳食	6 ~ 8 か月
	試食 ☺・十倍粥 ・にんじん ・五目麺 ・手作りおやつ ・かつおと昆布だし ・にんじん茹でスープ ・白身魚		
3 カミカミ期 おいしい離乳食	後期の離乳食の進め方	☆一食分のメニュー紹介	9 ~ 11 か月
	試食 ☺・五倍粥 ・野菜のそぼろあん ・すまし汁 ・手作りおやつ		
4 パクパク期 おいしい離乳食	完了期の離乳食の進め方	☆一食分のメニュー紹介 ☆一食分で食べる量の目安の説明	12 ~ 18 か月
	試食 ☺・軟飯 ・ポークビーンズ ・味噌汁 ・手作りおやつ		

※試食食材は変更の場合もございます。ご了承ください。

日時 月1回 土曜日 一部 10時～ 二部 11時10～ (各50分)

☆日時をご確認の上、ご予約ください。

対象 各回の対象年齢に該当するおこさまとその保護者

※託児はありません。抱っこ紐を持参していただくよう、よろしく申し上げます。



定員 各カリキュラム 10名 (予約制)

参加費 1,000円 (初回のみテキスト代130円が別途必要です)

開催地 コープぎふ 岐阜南支所 3階大会議室 羽島郡岐南町八剣北 1-209

※3階の会場フロアまでの移動は階段のみとなります。お越しの際は足元に十分お気をつけください。



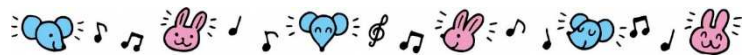
参加者の皆様に
離乳食用サンプル
をご用意して
います。



カリキュラム日程

月	7	8	9	10	11	12	1	2	3
日	28	25	22	6	17	15	26	23	16
曜日	土	土	土	土	土	土	土	土	土
1. 離乳食を 始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食		一部 10:00 ～ 10:50		一部 10:00 ～ 10:50		一部 10:00 ～ 10:50		一部 10:00 ～ 10:50	
2. モグモグ期 おいしい離乳食		二部 11:10 ～ 12:00		二部 11:10 ～ 12:00		二部 11:10 ～ 12:00		二部 11:10 ～ 12:00	
3. カミカミ期 おいしい離乳食	一部 10:00 ～ 10:50		一部 10:00 ～ 10:50		一部 10:00 ～ 10:50		一部 10:00 ～ 10:50		一部 10:00 ～ 10:50
4. パクパク期 おいしい離乳食	二部 11:10 ～ 12:00		二部 11:10 ～ 12:00		二部 11:10 ～ 12:00		二部 11:10 ～ 12:00		二部 11:10 ～ 12:00

申し込み先



岐阜県栄養士会事務局 ☎500-8384 岐阜市藪田南 1-11-12 岐阜県水産会館 4 階

FAX : 058-278-5234

E-MAIL : info@gifu-eiyo.or.jp

参加希望の時間帯・カリキュラム名に○をつけ、必要事項を明記の上、岐阜県栄養士会事務局まで FAX またはメールでお知らせください。

申し込み期限： 募集人数に達した時点で申込終了とさせていただきます。

【離乳食教室 申込書】

____月____日		10時～		11時10分～	
保護者名	ふりがな 氏名	TEL 番号	ふりがな 名前	生年月日	
				現在	____カ月 ____月____日 生まれ
住所 連絡先 ※緊急時に連絡がとれるものでお願いいたします。		〒 _____ 市		携帯電話：	
電話：		E-MAIL：			

お問い合わせ先 離乳食教室専用ダイヤル ☎ 090-1418-7251

(平日9時～16時 電話に出られないときは折り返しご連絡いたします)

※確認のため、受付完了後ご連絡させていただきます。