



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：(一社) Ritzbaby (リッツベイビー)

【開催内容】 11月改訂版

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 ☆おいしく簡単に作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。

対象 各回の対象年齢に該当するおさまとその保護者

※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。

日時 月1回 土曜日 10時 ~ 15時 (各カリキュラム 50分×4コマ)

☆カリキュラム日程をご確認の上、

好きな時間帯に興味があるカリキュラムを予約してください。

開催地 リフォームナベヤ 〒500-8367 岐阜県岐阜市宇佐南町3丁目7-14

TEL : 058-215-0500 / FAX : 058-215-0505

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)



カリキュラム日程

日 程		10:00～10:50	11:10～12:00	13:00～13:50	14:10～15:00
第1回	9月30日 (土)	1 離乳食を始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食	2 モグモグ期 おいしい離乳食	1 離乳食を始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食	2 モグモグ期 おいしい離乳食
第2回	10月21日 (土)	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食
第3回	11月18日 (土)	1 離乳食を始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食	2 モグモグ期 おいしい離乳食	1 離乳食を始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食	2 モグモグ期 おいしい離乳食
第4回	12月16日 (土)	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食
第5回	1月20日 (土)	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食
第6回	2月3日 (土)	1 離乳食を始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食	2 モグモグ期 おいしい離乳食	1 離乳食を始めましょう ゴックン期 おいしい離乳食	2 モグモグ期 おいしい離乳食
第7回	3月10日 (土) ※3日からの変更になります	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食	3 カミカミ期 おいしい離乳食	4 パクパク期 おいしい離乳食

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
TEL:058-278-5230



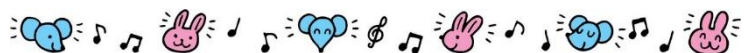
FAX : 058-278-5234

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～	13時～	14時10分～
1	離乳食を始めましょう・ゴックン期おいしい離乳食		2 モグモグ期 おいしい離乳食	
3	カミカミ期 おいしい離乳食		4 パクパク期 おいしい離乳食	
ふりがな 保護者名	おこさま	ふりがな 名前	_____月 _____日 生まれ	
		生年月日	現在 _____月 _____日	
住所	〒 _____ 市			
連絡先 ※緊急時に連絡がとれるもの をお願いします。	電話：	携帯電話：		
	E-MAIL：			

お問い合わせ先 藤澤まで
☎ 090-1410-0850 (月・水・金 午後1時～3時)