

にこにこ・らくらく

食育
体験教室

おんぶでクッキングぐっ〜とね♡

「食育」は、乳児期の母乳育児や離乳食から始まります。

乳児期の大切な栄養・離乳食について学び、

便利で赤ちゃんの育ちに良い『おんぶ』をして、調理をします。

できあがった離乳食は、みんなで楽しく会食しましょう♪♪

助産師によるおんぶの練習・何でも相談、栄養士の食物アレルギーレシピ相談もありますよ♪♪

開催日		場所	内容	対象月齢
2016年 7月	6日(水)	東部ガス	離乳食の始まり	5～6ヶ月
	13日(水)	こみゅーん	2回食の頃	7～8ヶ月
8月	23日(火)	東部ガス	3回食の頃	9～10ヶ月
	27日(土)	こみゅーん	離乳食の始まり	5～6ヶ月
9月	20日(火)	こみゅーん	2回食の頃	7～8ヶ月
	30日(金)	東部ガス	3回食の頃	9～10ヶ月
10月	8日(土)	こみゅーん	2回食の頃	7～8ヶ月
	25日(火)	東部ガス	離乳食の始まり	5～6ヶ月
11月	18日(金)	東部ガス	3回食の頃	9～10ヶ月
	26日(土)	こみゅーん	離乳食の始まり	5～6ヶ月
12月	14日(水)	東部ガス	2回食の頃	7～8ヶ月
	18日(日)	こみゅーん	3回食の頃	9～10ヶ月
2017年 1月	15日(日)	こみゅーん	2回食の頃	7～8ヶ月
	31日(火)	東部ガス	離乳食の始まり	5～6ヶ月
2月	14日(火)	こみゅーん	3回食の頃	9～10ヶ月
	24日(金)	東部ガス	離乳食の始まり	5～6ヶ月
3月	12日(日)	こみゅーん	3回食の頃	9～10ヶ月
	28日(火)	東部ガス	2回食の頃	7～8ヶ月



【定員】東部ガス：10組 / NPOこみゅーん：5組
 【持ち物】エプロン、三角巾、おんぶ紐
 【参加費】無料
 【予約】必要 ※開催日の1ヶ月前から3日前まで

【ご予約・お問い合わせ】

NPOこみゅーん事務局（平日9：00～16：00）
 〒970-8036いわき市平谷川瀬字仲山町20-1
 TEL 0246-23-3303

特定非営利活動法人
 こみゅーん ういず
 Commune with 助産師
 NPOこみゅーん

