



「おんぶ」しながら



離乳食を作ってみましょう！！

「食育」は乳児期の母乳育児・離乳食から始まります。

栄養士の指導のもと離乳食を作ってみませんか？

他のお母さん方と共におんぶをして離乳食を作りましょう。

出来上がった離乳食はみんなで試食します！

… どうぞ気軽にご参加ください♪♪

* 栄養士と助産師がいますので離乳食について・子育てについてもご相談ください。

* 同じ内容を3回開催します。

日付	時刻	場所	申し込み先
平成28年 12/8(木)	10:00 ~12:00 (受付:9:45)	棚倉町保健センター 1階 調理実習室 (棚倉町)	武地恵美子 monkkikkies1968@docomo.ne.jp
平成28年 12/12(月)	10:00 ~12:00 (受付:9:45)	間の原コミュニティーセンター 1階 調理実習室 (西郷村)	郷 喜子 og54okihsoy31og.mw.um@docomo.ne.jp
平成29年 1/17(火)	10:00 ~12:00 (受付:9:45)	間の原コミュニティーセンター 1階 調理実習室 (西郷村)	辺見間智子 magokoro@y7.dion.ne.jp

◎対象：妊婦さんまたは生後4～7ヵ月までの児と母 10組(先着)

◎持ち物：おんぶひも、バスタオル、母子手帳、
児のお出かけセット(おむつ、おしりふき、水分補給のための飲物)
エプロン、三角巾、おしぼり

* 申し込み方法：実施日の1週間前までに

下記の内容をそれぞれの申し込み先にメールでお申込みください。

- ①氏名
- ②在住市町村名
- ③何人目(妊娠中または参加のお子さん)
- ④出産予定日または出産日
- ⑤連絡先(携帯または自宅の電話番号)

主催：一般社団法人福島県助産師会白河会



協力：特定非営利活動法人JEN (ジェン)

