

令和6年度 離乳食教室のお知らせ

～9か月ごろからの進め方～

託児は
ありませんが
お子様連れで
参加できます

🍷お誕生日頃編🍷

実施日	予約開始日	実施日	予約開始日
R6年 5/10(金)	4/1(月)	11/29(金)	10/1(火)
7/8(月)	6/3(月)	R7年 1/10(金)	12/2(月)
9/6(金)	8/1(木)	3/7(金)	2/3(月)

【時間】午前10時～11時半

【対象】9～12か月児の保護者（西区の方優先） 先着20組（要予約）

【内容】9か月以降の離乳食進め方のお話、参加者同士の情報交換会

【会場】西区地域福祉センター 3階大会議室



【予約方法】電話（294-6235）もしくは子育て応援アプリ「母子モ」からご予約ください。

家族の食事から作れる、とりわけ離乳食。

家族の食事を作る過程で、使える食材を取り出して、月齢に合わせて仕上げ、離乳食にすることもできます。離乳食作りが楽になり、赤ちゃんも家族と同じものが食べられて食事が楽しくなります。

3つのタイミング

- ① まだ食べられない食材を入れる前
- ② 大人の味付けをする前
- ③ 油っぽい食材を使う前

出典：令和元年度子ども・子育て支援推進調査研究事業「『授乳・離乳の支援ガイド』の普及啓発に関する調査研究」

《予約先・相談先》

広島市西保健センター（地域支えあい課）

担当 管理栄養士

TEL：（082）294-6235

FAX：（082）294-6113

手づかみ食べは大切

ポイント1

初めはスティック状のゆで野菜などからスタート

慣れてきたら、小判型など形状を変えて。最初は歯茎で噛める柔らかいものを、徐々ににおにぎりなどいいでしょう。



ポイント2

汚れてよいエプロン



ポイント3

床にビニールシート等を敷いておけば後片付けも楽

