

はじめてでも安心★保健センター管理栄養士による

離乳食教室

前期

4～7 か月児の保護者向け
初期・中期の進め方と調理実演

2024.4.17[水], 5.15[水], 6.19[水]
7.17[水], 8.21[水], 9.18[水]
10.16[水], 11.20[水], 12.18[水]
2025.1.15[水], 2.12[水], 3.12[水]

後期

8～12 か月児の保護者向け
後期・完了期の進め方と調理実演

2024.5.22[水], 7.31[水]
9.25[水], 11.27[水]
2025.1.22[水], 3.19[水]

時間 10:00～11:30

場所 佐伯区役所別館 4階 栄養相談室 (佐伯区海老園1丁目4番5号)

予約 ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」で開催月の1日から先着20名
※難しい場合は、お電話で(1日が休日の場合は、次の平日から)



教室の様子や
参加者の声は
こちらから

- お願い
- ・お子様連れで来ていただけますが、託児はしていません。
 - ・必要な方は、ベビーカーや抱っこひもをご持参ください。
(ベビーカーのままお部屋に入っていただけます。)
 - ・発熱等の症状がある場合は参加をご遠慮ください。



食育講座

こちらもおすすめ、
大人の食事も考えてみましょう

0歳児の保護者向け
大人の食事(元氣じゃけん定食※)の調理実演・試食と
取り分け離乳食の紹介

2024. 6.27[木], 10.10[木]

時間 10:00～11:30

場所 佐伯区役所別館 4階 栄養相談室

予約 ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」で 先着15名

- ・試食は大人のみです。
- ・食材料費300円程度ご負担いただきます。

※「元氣じゃけん定食」とは健康に配慮した栄養バランスのとれた定食です。



電話でのご相談も
お気軽にどうぞ

【お問い合わせ・離乳食のご相談】

佐伯保健センター(地域支えあい課)

TEL:(082)943-9731 FAX:(082)923-1611