

令和7年度

離乳食教室

◆内 容： 講義

- ・離乳食初期・中期のポイント
- ・食物アレルギーが心配な食品の進め方ほか

調理体験・試食

- ・簡単だしの作り方
- ・裏ごしやすりつぶしの体験
- ・保存方法ほか



◆受付時間：13：15～13：30

◆定 員：12 名程度

◆開催日程：裏面をご覧ください。

◆参加費：無料

◆開催会場：旭市保健センター（旭市横根 3520 番地）

◆持ち物：母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾、ハンドタオル
※教室中はなるべくマスクの着用をお願いします。
(託児希望の方) バスタオル・ミルク・オムツ・お気に入りのおもちゃ
だっこ(おんぶ)ひも など
※持ち物には名前の記入をお願いします。

託児を希望する方へ

託児は、保育士・旭市保健推進員が行います。
感染症予防対策や事故防止に努めてお預かりさせていただきます。
赤ちゃんが泣き止まない時は教室の途中でもご協力いただく場合があります。
授乳は保護者の方をお願いしております。



～ 一緒に疑問を解決しましょう ～

何から始めればいい？
食べさせてはいけないものは？
食器の消毒は必要？
ミルクの量は今まで通り？
時短できる方法が知りたい！



～ 参加者の声 ～

- ・実際作ってみて、粒の大きさや、どれくらいのとろみにすればいいか、よくわかりました。
- ・夫と参加し、離乳食を作るにあたっての手間、苦労等を一緒に勉強できて良かったです。



◆日程と対象 生後4～6か月児の保護者対象

日 程	対象児（目安）
4月 15 日(火)	10～12 月生まれ
5月 19 日(月)	令和 6 年 11 月～ 令和 7 年 1 月生まれ
6月 17 日(火)	令和 6 年 12 月～ 令和 7 年 2 月生まれ
7月 23 日(水)	令和 7 年 1～3 月生まれ
8月 18 日(月)	2～4 月生まれ
9月 17 日(水)	3～5 月生まれ
10月 21 日(火)	4～6 月生まれ
11月 10 日(月)	5～7 月生まれ
12月 16 日(火)	6～8 月生まれ
令和 8 年 1 月 16 日(金)	7～9 月生まれ
2月 10 日(火)	8～10 月生まれ
3月 17 日(火)	9～11 月生まれ

【問合せ】 旭市こども家庭課母子保健班

【申込み方法】 ① WEB 申込み

② 乳児健診当日

Web 申し込みフォーム

