

令和3年度

離乳食教室のご案内

健康センターでは、離乳期にあるお子さんをお持ちの保護者の方を対象に「離乳食教室」を開催します。

離乳食の進め方や作り方など基本的なことを学びましょう！



クラス名	対象	日程	広報掲載日	申込開始日	時間
ゴックンクラス (初期) 5、6か月頃の 食事	4～5か月児の 保護者	4月14日(水)	4/1	4/1	10時から 11時10分まで
		5月25日(火)	5/1	5/6	
		6月15日(火)	5/15	5/17	
		7月14日(水)	6/15	6/15	
		8月18日(水)	7/15	7/15	
		9月2日(木)	8/15	8/16	
		10月1日(金)	9/15	9/15	
		11月12日(金)	10/15	10/15	
		12月21日(火)	12/1	12/1	
		1月18日(火)	12/15	12/15	
		2月2日(水)	1/15	1/17	
3月2日(水)	2/15	2/15			
モグモグ カミカミ クラス (中・後期) 7か月以降の食事	6～9か月児の 保護者	4月20日(火)	4/1	4/1	10時から 10時50分まで
		6月24日(木)	6/1	6/1	
		9月1日(水)	8/15	8/16	
		11月16日(火)	11/1	11/1	
		2月15日(火)	1/15	1/17	
持ち物	・ミルク(お湯なども含む)などお子様の外出に必要なもの ・バスタオル				

グランパ・グランマの ための離乳食教室	離乳食を始めるまたは、 その期間中のお孫さんをお 持ちの祖父母	9月28日(火)	9/1	9/1	10時から 10時50分まで
		2月16日(火)	2/1	2/1	

場 所	いずれも健康センター	参加費	無料
お問い合わせ お申し込み	青梅市健康センター 電話 23-2191		
注意事項	・次のいずれかに該当する場合は、ご参加を控えてください。 (ア)来館前に自宅で検温を行い、「37.5度以上の発熱」または「平熱と比べて1度以上高い」場合 (イ)体調不良(咳など風邪の症状、息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、味覚を感じない等)の方 ・保護者の方はマスク着用での参加をお願いいたします。 ・新型コロナウイルス感染症予防のため、講義のみで試食はありません。 ・健康センターへご来所の際は、入り口で手指のアルコール消毒をお願いいたします。		

※ 対象の月齢は、おおよその目安です。ご都合に合わせてご参加ください。

※ 新型コロナウイルスの流行状況等諸般の都合により中止となる場合があります。最新情報は、市ホームページをご確認ください。