

令和6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<br>(初期)<br>5、6か月頃の<br>食事          | 4～5か月児の<br>保護者                                                                                                                        | 4月10日(水)  | 3/15  | 3/15  | 午前10時<br>から<br>午前11時10分<br>まで |
|                                           |                                                                                                                                       | 5月28日(火)  | 5/1   | 5/1   |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 6月20日(木)  | 5/15  | 5/15  |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 7月10日(水)  | 6/15  | 6/17  |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 8月28日(水)  | 8/1   | 8/1   |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 9月24日(火)  | 9/2   | 9/2   |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 10月22日(火) | 10/1  | 10/1  |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 11月21日(木) | 11/1  | 11/1  |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 12月17日(火) | 11/15 | 11/15 |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 1月21日(火)  | 12/15 | 12/16 |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 2月18日(火)  | 1/15  | 1/15  |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 3月7日(金)   | 2/15  | 2/17  |                               |
| モグモグ<br>カミカミ<br>クラス<br>(中・後期)<br>7か月以降の食事 | 6～9か月児の<br>保護者                                                                                                                        | 4月11日(木)  | 3/15  | 3/15  | 午前10時<br>から<br>午前11時15分<br>まで |
|                                           |                                                                                                                                       | 6月25日(火)  | 6/1   | 6/3   |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 8月27日(火)  | 8/1   | 8/1   |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 10月29日(火) | 10/1  | 10/1  |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 12月18日(水) | 11/15 | 11/15 |                               |
|                                           |                                                                                                                                       | 2月21日(金)  | 1/15  | 1/15  |                               |
| 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<br>・バスタオル                                                                                                 |           |       |       |                               |
| グランパ・グランマの<br>ための離乳食教室                    | 離乳食を始めるまたは、<br>その期間中のお孫さんをお<br>持ちの祖父母                                                                                                 | 9月17日(火)  | 8/15  | 8/15  | 午前10時から<br>午前10時50分<br>まで     |
|                                           |                                                                                                                                       | 2月25日(火)  | 2/1   | 2/3   |                               |
| 場 所                                       | 青梅市健康センター                                                                                                                             |           | 参加費   | 無料    |                               |
| お問い合わせ<br>お申し込み                           | こども家庭センター(健康センター内) 電話番号 23-2191                                                                                                       |           |       |       |                               |
| 注意事項                                      | ・次のいずれかに該当する場合は、ご参加をお控えください。<br>(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<br>(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 |           |       |       |                               |

※ 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。

※ 天候等、諸般の都合により変更・中止になる場合があります。

最新情報は、市ホームページ等をご確認ください。