

令和7年度



『離乳食講習会』のお知らせ

健康センターでは、離乳食の時期に応じて、2コースの離乳食講習会を実施しています。
ぜひご参加ください♪

★初めてつくる離乳食コース

栄養士より、離乳食を始める時期を中心とした、離乳食の作り方や進め方、
あると便利な器具やフリージングのコツについてお話しします。
離乳食の試食と裏ごし体験があります。(試食は保護者のみ)



- 《対象》 4～5か月児(第1子)の保護者
- 《定員》 25組(申込先着順)
- 《持物》 母子健康手帳、筆記用具
- 《時間》 13:30～15:00

日程	対象	申込開始日
5月1日(木)	令和6年11～12月生	3/24(月)～
6月24日(火)	令和7年1～2月生	5/22(木)～
8月19日(火)	令和7年3～4月生	7/23(水)～
10月30日(木)	令和7年5～6月生	9/22(月)～
12月25日(木)	令和7年7～8月生	11/25(火)～
2月24日(火)	令和7年9～10月生	1/22(木)～

★レパートリーを増やそう!ステップアップコース

栄養士より、離乳食が2回、3回と増えていく時期を中心に、食品の使い方や
調理方法、歯科衛生士より乳児のお口の話をしします。
離乳食の試食があります。(試食は保護者のみ)

お肉やお魚がうまく
進まない方にもおす
めです♪

- 《対象》 7～10か月児の保護者 ※第2子以降のお子さまも対象です
- 《定員》 25組(申込先着順)
- 《持物》 母子健康手帳、筆記用具
- 《時間》 13:30～15:00

日程	対象	申込開始日
5月20日(火)	令和6年7～10月生	4/22(火)～
7月23日(水)	令和6年9～12月生	6/23(月)～
9月9日(火)	令和6年11～2月生	8/7(木)～
11月6日(木)	令和7年1～4月生	10/7(火)～
1月20日(火)	令和7年3～6月生	12/22(月)～
3月24日(火)	令和7年5～8月生	2/25(水)～



★申し込み方法

二次元コードを読み取り、多摩市公式ホームページの
予約受付フォームからご予約ください。
ご予約お待ちしております!



★問合せ★
多摩市 健康福祉部 健康推進課(多摩市立健康センター)
TEL 042-376-9177