令和８年度

離乳食教室のご案内

「そろそろ離乳食を始めようかな？」、「どのくらいの量をあげるのかな？」、
「どうやって進めていったらいいのだろう…」、
離乳食を始める前の不安や疑問に管理栄養士、保健師がお答えします。

お子さんの月齢が近い保護者さまの交流の場にもなっています。
お子さんの成長に合わせて楽しく離乳食を進めましょう。

開催日	対象生年月日範囲	申込期間
4月24日(金)	令和7年11月1日～令和7年12月31日	4月1日(水)～20日(月)
6月24日(水)	令和8年1月1日～令和8年2月28日	6月1日(水)～22日(月)
8月19日(水)	令和8年3月1日～令和8年4月30日	8月3日(月)～17日(月)
10月21日(水)	令和8年5月1日～令和8年6月30日	10月1日(木)～19日(月)
12月16日(水)	令和8年7月1日～令和8年8月31日	12月1日(火)～14日(月)
令和9年2月17日(水)	令和8年9月1日～令和8年10月31日	令和9年2月1日(月)～15日(月)

定員　１２組

場所　阿児アリーナ　調理室

時間　10時～11時30分（受付時間：9時45分～9時55分）
※当日、託児をご利用の方は、当日のお子さんの様子についてお聞きしますので、9時45分までにお越しください。

内容　離乳食の進め方について(講話)、調理実習、意見交換、歯のお話

持ち物　母子健康手帳、筆記用具、エプロン、タオル（手拭き用）、飲み物(水筒など)

託児ご利用の方

オムツ・使用済のオムツを入れる袋・おしり拭き・タオル(1枚)・バスタオル(1枚)・ミルク(調乳用のお湯、湯冷ましもご用意ください)・お茶(水分補給用)・その他託児に必要なもの
★ミルク、お茶は必要に応じてご用意ください

Webでも申し込みができます

参加費は無料です。
託児は定員がありますので、
お早めにお申し込みください。
託児は健やか♥しま応援隊、
保健センタースタッフが担当します。

申込方法

申込期間中に、下記へお申し込みください。
※日程は変更する場合があります。

問い合わせ・申し込み先：
志摩市役所健康推進課(保健センター)
志摩市阿児町鵜方3098-1
母子保健係　0599-44-1100