

《離乳食講座Ⅰ》

(5~6 ヲ月)

日時:2月2日(金)

10:00~12:00

定員:6組(託児あり)

・離乳食を始める子、始めたばかりの子

・離乳食前半のお話と実技です

・試食は親のみです

・当日のひろばはお休みです



《離乳食講座Ⅱ》

(9 ヲ月~)

日時:2月16日(金)

10:00~12:00

定員:6組(託児あり)

・大人からの取り分け方など

・離乳食後半のお話と実技です

・試食は親のみです

・当日のひろばはお休みです



《幼児食講座》

(2、3 歳児)

日時:2月23日(金)

10:00~12:00

定員:6組(託児なし)

いわしを使ったメニューを予定しています。

幼児との食事でどんなところに気を付けたらいいのかわ

一緒に考えてみましょう

・子供と一緒に実習、試食をします。

・昨年幼児食講座を受講した方は受講できません

参加者募集 (予約してね)

ひろばの時間においていただき申し込み用紙にご記入ください。12月21日(木)から受付開始。

電話での仮予約は1月4日(木)からになります1月25日(木)までに必ず、

申し込み用紙の記入に来てください。

(予約受付・問い合わせ: 36-1311)



こどもの森では月曜日午前中に離乳食相談(予約不要)を行っています。

離乳食、幼児食でお悩みの方はそちらもご利用ください。

4 つのお皿のげんキッズレシピ

伊達巻

材料

卵...5個

長芋...5センチくらい

はんぺん...100グラム

調味料

砂糖...大さじ4

だし汁...50ml

塩...小さじ1/2

本みりん...大さじ2



作り方

- ① はんぺん、長芋を一口大に切り、といた卵と一緒にミキサーに入れて混ぜる
- ② ①に調味料を加え軽くミキサーで混ぜる
- ③ オープン皿にオープンシートをひき②の卵液をいれ、200℃のオープンで20分焼く
- ④ 熱いうちに鬼すだれに移してまいて冷ます

2 月 の 予 定

- | | |
|----------|----------|
| ★離乳食相談 | 毎週月曜日 |
| ★野菜となかよし | 毎週木曜日 |
| ★離乳食講座Ⅰ | 2月2日(金) |
| ★離乳食講座Ⅱ | 2月16日(金) |
| ★幼児食講座 | 2月23日(金) |
| ★臨床心理士講座 | 2月6日(火) |
| ★赤ちゃんひろば | 2月6日(火) |
| ★おはなしひろば | 2月13日(火) |
| ★簡単ストレッチ | 2月20日(火) |
| ★栄養相談 | 2月22日(木) |

こどもの森のひろば開館日は月、火、木曜日です。金曜日は講座開催日の為ひろばはお休みです。