

令和5年度

# すこやか離乳食教室



「離乳食」はお子さんにとって、食の自立への第一歩です！  
離乳食教室では、月齢にあわせた離乳食の進め方・作り方を、  
栄養士が講話や調理のデモンストレーションを通してお伝えします♪

【内 容】 全2回 { 1回目：離乳食の開始から生後8か月ごろまでの進め方  
2回目：生後9か月ごろから離乳食の完了までの進め方 }

※ 日程表よりAコース・Bコースのどちらかをご選択ください。

講話（離乳食・歯科）、調理のデモンストレーションなど

【時 間】 前半 9：15～10：15（受付 9：00～9：15）

後半 11：00～12：00（受付 10：45～11：00）

【持ち物】 母子健康手帳・筆記用具・だっこひも（おんぶひも）・バスタオル

【費 用】 無料

【場 所】 郡山市保健所1階 栄養指導室・調理実習室

【定 員】 各コース16組（前半8組、後半8組）※初めて参加される方優先

【申込み】 予約開始日から電話またはウェブで受け付けます。

（電話受付：平日8：30～17：15）

離乳食動画公開中♪  
ぜひご覧ください。



ウェブ受付について  
「こおりやま市ニコニコ予約サイト」にご登録の上、お申し込みください。



## ＜ 教室日程表 ＞

誕生月	Aコース		Bコース		予約開始日	
	1回目	2回目	1回目	2回目		
2023年	1月生	5月25日(木)	9月7日(木)	5月30日(火)	9月14日(木)	4月3日(月)
	2月生	6月22日(木)	10月5日(木)	6月29日(木)	10月12日(木)	5月1日(月)
	3月生	7月20日(木)	11月2日(木)	7月27日(木)	11月9日(木)	6月1日(木)
	4月生	8月17日(木)	12月7日(木)	8月24日(木)	12月14日(木)	7月3日(月)
	5月生	9月21日(木)	2024年1月11日(木)	9月28日(木)	2024年1月18日(木)	8月1日(火)
	6月生	10月19日(木)	2月8日(木)	10月26日(木)	2月15日(木)	9月1日(金)
	7月生	11月16日(木)	3月5日(火)	11月30日(木)	3月7日(木)	10月2日(月)
	8月生	12月21日(木)	4月9日(火)	12月26日(火)	4月11日(木)	11月1日(水)
	9月生	2024年1月25日(木)	5月9日(木)	2024年1月30日(火)	5月16日(木)	12月1日(金)
	10月生	2月22日(木)	6月6日(木)	2月29日(木)	6月13日(木)	2024年1月4日(木)
	11月生	3月14日(木)	7月4日(木)	3月21日(木)	7月11日(木)	2月1日(木)
	12月生	4月18日(木)	8月1日(木)	4月25日(木)	8月8日(木)	3月1日(金)
2024年	1月生	5月23日(木)	9月5日(木)	5月30日(木)	9月12日(木)	4月2日(火)
	2月生	6月20日(木)	10月3日(木)	6月27日(木)	10月10日(木)	5月1日(水)
	3月生	7月18日(木)	11月7日(木)	7月25日(木)	11月14日(木)	6月3日(月)

申込み・問合せ先：郡山市保健所 健康づくり課 TEL 024(924)2900