

F

-5

ふれあいと育み 楽しく学ぶ 食育講座

離乳食、幼児食Q&A

市民講座

講師 ^{ハセガワ}長谷川 ^{トキコ}利希子 (管理栄養士)

時間 10:00～12:00

受講定員 20人

受講料 3,000円

文学

歴史と文化

■テキスト：プリントを配付します。

預り保育 (希望者のみ・先着順) ¥1,500 (全日程分・保険料込)

対象

2ヶ月以上の乳幼児 [預り保育を希望される方は、巻末の「セミナー応募ハガキ」の備考欄に“預り保育希望”と明記の上、当講座と共に申し込みください。]

趣味と実用

🕒 スケジュール

創作と生活

- | | | |
|---|---------|--------|
| ① | 2月14日 月 | 離乳食Q&A |
| ② | 2月21日 月 | 幼児食Q&A |

実務・検定対策

📖 講座内容

子どもの成長・発達に栄養のバランスは大切です。1回目は、離乳食の進め方を中心に、実演を交えて調理の工夫をお話します。2回目は、偏食、少食、遊び食べなど食事に関する悩みなどの事例を紹介しながら野菜を使ったおやつ簡単レシピもお教えします。おいしく楽しく食べる子どもを育てる、食育講座です。

各回共に皆様の悩みや疑問にもお答えします。

ふれあいと育み

👤 講師プロフィール

健康とスポーツ

小児科での乳幼児栄養相談、地域の栄養士グループプリほんの会で、食育講座などを通じた子育て支援の活動をしている。

宗教と生きがい

語学

パソコン