





# 令和6年度 離乳食教室日程表




\*お子さんを家庭でみるのが難しい場合は託児を受付けています。(もぐもぐごっくん、わくわく) 教室の予約と合わせてお申込みください。



◆ いずれの教室も予約制(先着8名)です。 電話でご予約ください。		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
もぐもぐごっくん離乳食教室 4か月児健診受診後～生後7か月頃 (講義とデモンストレーション、実習)	まめなが一番館 【斐川町上庄原 1760-1】 13:30～15:00(受付 13:15～)	22(月)	27(月)	24(月)	22(月)	26(月)	30(月)	28(月)	25(月)	16(月)	27(月)		17(月)
	高松コミュニティセンター 【松寄下町 761-1】 13:30～15:00(受付 13:15～)	3(水)		4(火)		6(火)		8(火)		3(火)		12(水)	
わくわく離乳食教室 生後7か月～10か月頃 (講義とデモンストレーション、実習)	古志コミュニティセンター 【古志町 1122-6】 10:00～11:30(受付 9:45～)	16(火)	21(火)	11(火)	9(火)	20(火)	10(火)	22(火)	19(火)	10(火)	21(火)	18(火)	11(火)
pakupaku らんど離乳食教室 生後10か月～1歳6か月頃 (講義とデモンストレーション)	隣保館 【上塩冶町 2657-1】 10:00～11:30(受付 9:45～)		14(火)		2(火)		3(火)		12(火)		7(火)		4(火)
妊婦・乳幼児健康相談	栄養士・保健師・助産師・ 歯科衛生士が相談に応じます	●毎月、お近くの子育て支援センターなどで行っています。 日程等は広報いずも、ぼくとわたしのカレンダー、出雲市のホームページなどでご確認ください。											

 **もぐもぐごっくん離乳食教室** ……栄養士の説明を聞きながらゆっくり離乳食のスタート時の不安を解消します。調理実習があります。

★持ってくるもの 母子健康手帳・筆記用具・エプロン・スリッパ(まめなが一番館のみ)  
離乳食パソレット(4か月児健診時に配布)・食材費 100円

 **わくわく離乳食教室** ……離乳食がワンパターンになりがちな2～3回食の頃、不安や悩みを話し合しましょう。調理実習があります。

★持ってくるもの 母子健康手帳・筆記用具・エプロン・離乳食パソレット(4か月児健診時に配布)・食材費 100円

 **pakupaku らんど離乳食教室** ……1日3回の離乳食になると「パクパク・モグモグ」お口の機能も気になります。お口の機能をわかりやすく  
歯科衛生士が説明します。また、栄養士が離乳食や幼児食の進め方などについてのお話をします。

★持ってくるもの 母子健康手帳・筆記用具・食材費 100円 \*お子さんの試食がありますので一緒にご参加ください♪

～お願い～

\*発熱や風邪の症状がある場合は、参加をお控えください。

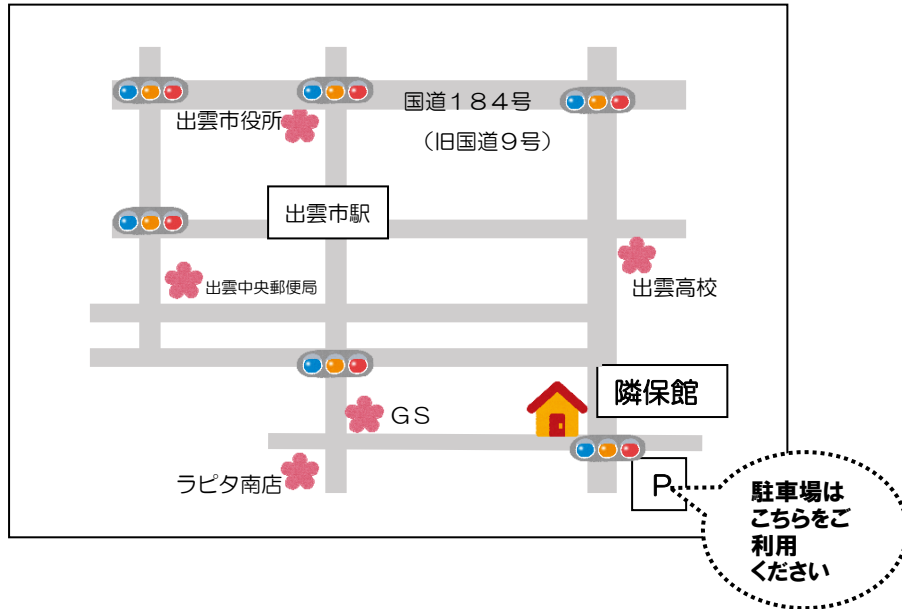
\*調理実習中は、マスクの着用にご協力ください。



■出雲市役所 健康増進課 母子保健係  
電話 21-6981

\*離乳食等について電話でも相談できます  
ので、お気軽にご相談ください

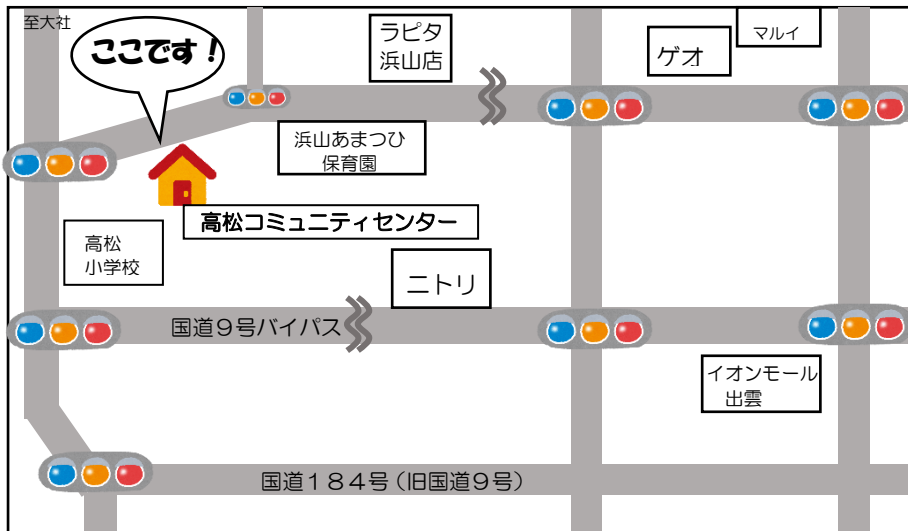
●隣保館（Pakupakuらんど離乳食教室会場）



●まめなが一番館（もぐもぐごっくん離乳食教室会場）



●高松コミュニティセンター（もぐもぐごっくん離乳食教室会場）



●古志コミュニティセンター（わくわく離乳食教室会場）

