



くすのき健康栄養センター主催 乳幼児期に向けた 食育セミナー



お子様と一緒にご参加いただけます！

＜ 講話編 ＞

噛む力を育てる 乳幼児食の基本

噛むことには想像以上にたくさんの利点があり、こどもの心身の発達のためにもとても重要です。離乳開始のできるだけ早い段階から、噛む力を育てるための工夫をしていきましょう。

～内容～

乳幼児期の食生活と食べる機能の関係
しっかり噛めるお口を育てるポイント
乳幼児期の食生活 Q&A

★ 開催日 10月29日(火)
★ 時 間 14:00～15:30
(開場は開始時間の20分前より)

★ 参加費 500円

★ 講 師

大阪樟蔭女子大学
健康栄養学部講師 管理栄養士

上田 由香理 先生



＜ 実践編 ＞

時短でやさしい 離乳食作りのコツ

離乳食の栄養のポイントや食事の大きさ・硬さ、時短レシピなどをお伝えします。調理のお手本や試食もあります。現在お悩みをお持ちの方やそろそろ離乳食が始まる方もぜひご参加ください。

～内容～

開始～完了まで時期に合わせた食材の変化
簡単フリージング&時短テクニック
赤ちゃんとのふれあいあそび

★ 開催日 11月16日(土)
★ 時 間 14:00～15:30
(開場は開始時間の20分前より)

★ 参加費 500円

★ 持ち物 お子様用スプーン

★ 講 師 くすのき健康栄養センター
管理栄養士

お問い合わせ・申し込み先

大阪樟蔭女子大学 大学院附属

くすのき健康栄養センター

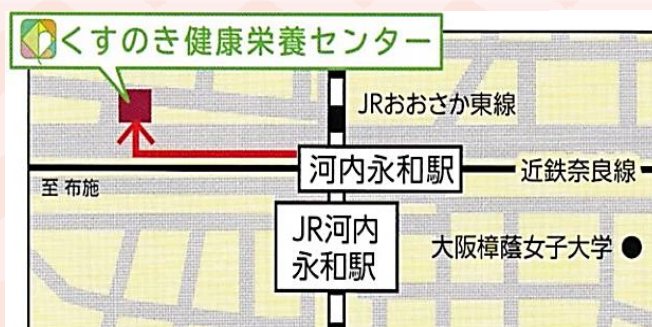
大阪府東大阪市長栄寺2番12号

Tsunagaruビル4階402

TEL/FAX 06-7506-9780

(受付 10:00～19:00 月～木曜日)

詳細は
裏面へ



近鉄河内永和駅またはJR河内永和駅より布施方面へ徒歩3分
1階シズメガネさんの建物 入口裏手側