

# しっかり食べよう教室～離乳食コース～

幼児食の進め方や、生活リズムについて学ぶ教室です。

保健師の講話や、管理栄養士による幼児食レシピのご紹介もあります！

ぜひお気軽にご参加ください♪

**対象** 11 か月～1 歳 6 か月頃のお子さんの保護者

**内容** 講話「虫歯予防とかむ機能」（歯科医師）  
「生活リズムの大切さ」（保健師）  
「離乳の完了から幼児食へ」（管理栄養士）

## 日程・場所

日時		場 所	予約受付期間	定員
令和7年 6月19日(木)	13時30分 ～ 14時45分	泉野福祉健康センター	令和7年 5月27日(火)～6月11日(水)	10名
7月11日(金)		元町福祉健康センター	6月17日(火)～7月3日(木)	
9月4日(木)		駅西福祉健康センター	8月12日(火)～8月27日(水)	
10月16日(木)		泉野福祉健康センター	9月16日(火)～10月8日(水)	
12月8日(月)		元町福祉健康センター	11月11日(火)～11月28日(金)	
令和8年 3月10日(火)		駅西福祉健康センター	令和8年 2月17日(火)～3月2日(月)	

※管轄の福祉健康センター以外でも参加ができます。

## 保育室について

- ・託児は要予約です。申し込み多数の場合は、先着順となります。
- ・託児をご利用の方は、教室が始まる10分前までにお越しください。

## 持ち物

母子健康手帳、筆記用具

（保育室をご利用の方は水分補給のお茶、着替え、おむつなど）

## 予約及び問合せ先

予約受付開始日以降に電話でお申し込みください。

金沢市保健所 地域保健課

☎076 - 234 - 5102

（平日8時30分～17時15分）

