



# 離乳食講座



赤ちゃんが、色々な食べ物を食べられるようになり、すくすく育っていく姿を見るのはうれしい限りです。でも、毎日の離乳食作りはたいへんですね。

この離乳食講座では、講話や実習で離乳食の進め方や作り方を説明しています。

離乳食作りのコツもわかりレパートリーも増えます。希望コースにお申し込みください。

対象：生後5～11か月頃の乳児の保護者

令和5年 6月 2日(金)	【スタートコース】 生後5～6か月頃「ゴックン期」のはなし 時間：9時30分～10時30分 (受付時間：9時15分～9時30分) 定員：12名
9月 1日(金)	
12月 1日(金)	【ステップアップコース】 生後7～11か月頃「モグモグ期・カミカミ期」のはなし 時間：10時45分～11時45分 (受付時間：10時30分～10時45分) 定員：16名
令和6年 3月 1日(金)	

持ち物：母子健康手帳、バスタオル、お手拭き  
 ※ステップアップコースの方は、エプロン、三角巾も。  
 備考：講座の間、お子さんは保育をします。参加費は無料。  
 申込締切：各日3日前まで。先着順ですので、お早めにお申し込みください。

## ★オンラインでも参加できます★

ZOOMで、ご自宅から離乳食講座に参加できます。

詳しくは裏面をご覧ください。

### ●内容(予定)

- ・離乳食の始め方・進め方のはなし
- ・離乳食の作り方のポイント
- ・質問コーナー(事前質問あれば) など

## 動画配信しています！

綾部市公式動画チャンネルで離乳食の動画をアップしています。こちらもご活用ください♪

初期



中・後期



地域子育て支援センター  
と共催しています。

申し込み、お問い合わせは

・綾部市 福祉保健部 保健推進課 母子保健担当  
 綾部市青野町東馬場下15番地の6(綾部市保健福祉センター)  
 電話 42-0111 FAX 42-5488  
 E-mail [hokensuisin@city.ayabe.lg.jp](mailto:hokensuisin@city.ayabe.lg.jp)



・クレヨンひろば (せんだん苑こども園内) 電話 43-2547  
 ・おひさまひろば (中筋幼児園内) 電話 42-1588  
 ・たけのっ子くらぶ (綾東こども園内) 電話 45-1488  
 ・さくらんぼ広場 (吉美こども園内) 電話 42-0296

# オンライン離乳食講座に参加の方へ

ZOOM で、ご自宅から離乳食講座に参加できます。

申込は、お電話もしくは右の QR コードからできます。お子さんのお名前、生年月日、希望の日時・コース、メールアドレス、事前質問（あれば）をお伝えください。

申込締切は実施日の 1 週間前までです。



WEB 申込フォーム

## 【参加時にご用意いただくもの】

- ・マイク、カメラのついているスマートフォンやタブレット
- ・インターネット環境
- ・スタートコースの方は、ゆで野菜・すり鉢（準備できる方のみ）



## 【講座の参加方法】

講座 2 日前までに、申込時のメールアドレスに参加用 URL、ミーティング番号、パスコードを送ります。万が一、前日になってもメールが届かない場合は、電話で問い合わせしてください。

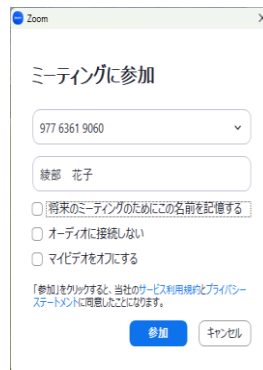
開始 10 分前からログイン可能です。参加用 URL または、ZOOM アプリから下記の方法で参加してください。

①



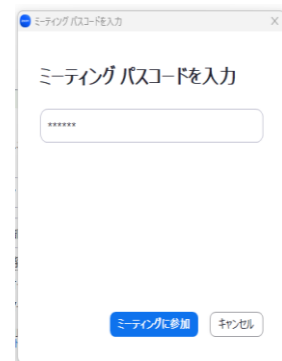
ミーティングに参加を選択します

②



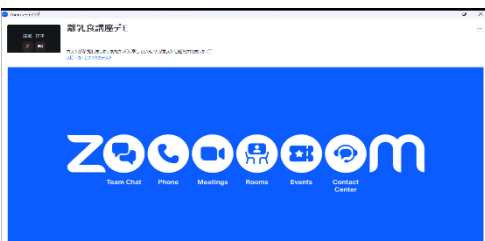
事前に送られた、ミーティング番号とお名前（出席者に表示されます）を入力してください。

③



事前に送られた、パスコードを入力してください。

④



講座の準備ができましたら、入室を承認します。このまましばらくお待ちください。

⑤



入室が完了しました！カメラは「オン」、マイクは「オフ」にしてご参加ください。

## 【お願い・注意事項】

・チャット機能による質疑応答はできません。事前にいただいたご質問について、内容や時間の都合により講座内でお答えできない場合があります。後日個別にご連絡する場合がありますのでご了承ください。

- ・zoom の利用は無料ですが、通信費は参加者負担です。
- ・通信環境により配信が途切れたり、不安定になることがあります。
- ・参加用 URL、ミーティング番号、パスコードを第三者に教えないでください。
- ・オンライン講座の様子を録画・録音することは禁止します。
- ・周囲の雑音やカメラに映る背景から個人情報等が漏洩しないよう利用環境を整えてください。