

令和8年度 離乳食講座のお知らせ

「離乳食はどうやって作つたらいいのかな?」「3回食になるのに、毎回同じメニューになつてしまふ。」こんな思いのある保護者の方、離乳食講座に参加して他の保護者の方と一緒に学んでみませんか?



にこにこ講座（離乳初期）

参加の目安：5～8か月

4/8 (水)	5/1 (金)	6/4 (木)	7/1 (水)	8/5 (水)	9/1 (火)
10/1 (木)	11/6 (金)	12/4 (金)	R9 1/8 (金)	R9 2/2 (火)	R9 3/2 (火)



かみかみ講座（離乳後期）

参加の目安：9～11か月

4/10 (金)	5/14 (木)	6/10 (水)	7/7 (火)	8/7 (金)	9/4 (金)
10/6 (火)	11/12 (木)	12/9 (水)	R9 1/14 (木)	R9 2/5 (金)	R9 3/5 (金)

内 容

- ・離乳食の調理実習、試食
- ・離乳食の話と相談

歯科衛生士も
お口や食べる様子を
見てくれます♪

会 場

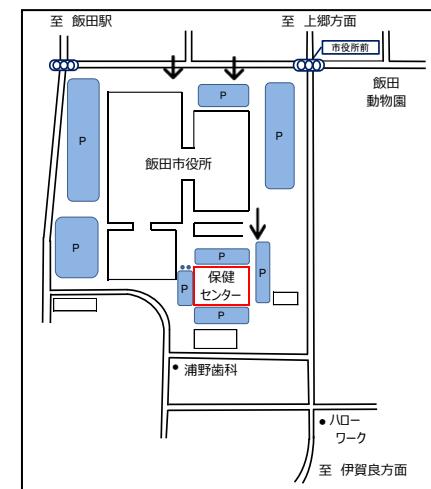
飯田市保健センター
(飯田市大久保町2534)

時 間

10:00～12:00 (受付 9:45～)

持 ち 物

- ・母子手帳
- ・エプロン、マスク、三角巾（バンダナ・大判のハンカチなど）
- ・バスタオル
- ・だっこひも または おんぶひも
(調理はおんぶして行います)
- ・飲み物（水分補給のため）



申込方法

飯田市ウェブサイトよりお申し込み下さい。



定 員

10組（予約制）

※定員に達した場合でもキャンセル等で申込みできる場合が
ありますので、その際はお電話にてお問い合わせください。

受付期間

開催日の前月1日から開催日1週間前まで

動画もご確認いただけます！



飯田市HPでは「離乳食のポイント」
を掲載しています。
こちらもぜひご覧ください。



離乳食の電話相談を行っています。
お悩みがありましたら、
お気軽にご相談ください。

■お問い合わせ■

飯田市保健センター 栄養士

TEL : 0265-22-4511 (内線5537) 8:30～17:15

