

<離乳食講座 I>

(5~6ヶ月)

日時: 2月1日(金)

10:00~12:00

定員: 6組(託児あり)

- ・離乳食前半のお話と実技
- ・離乳食を始める子、始めたばかりの子
- ・試食は親のみ
- ・当日のご利用は予約者のみ

<離乳食講座 II>

(9ヶ月~)

日時: 2月15日(金)

10:00~12:00

定員: 6組(託児あり)

- ・離乳食後半のお話と実技
- ・大人からの取り分け方など
- ・試食は親のみ
- ・当日のご利用は予約者のみ

<幼児食講座>

(2、3歳児)

日時: 2月22日(金)

10:00~12:00

定員: 6組(託児なし)

メニュー: いわし料理

- ・子供と一緒に実習、試食
- ・前回の受講者は不可
- ・当日のご利用は予約者のみ

離乳食講座 I
離乳食講座 II
幼児食講座

参加者募集 (予約をお願いします)

予約の方法は、こどもの森の開放時間にお越し頂き、申し込み用紙にご記入下さい。

12月20日(木)から受付開始。

電話での仮予約は1月4日(金)からになります。

1月31日(木)までに必ず申し込み用紙の記入にお越し下さい。

(予約受付・問い合わせ: ☎36-1311)



こどもの森では月曜日午前中に離乳食相談(予約不要)を行っています。

離乳食、幼児食でお悩みの方は、こちらもご利用下さい。

4つのお皿のげんキッズレシピ



おせちに~

リンゴきんとん



<材料> 大人2人分と幼児1人分

- ・さつまいも...400g
- ・リンゴ...1/2個
- ・くちなしの実...1個
- ・砂糖...100g
- ・みりん...大さじ1と1/2

<作り方>

- ① さつまいもは2cmの厚さに輪切りにし水にさらす。
- ② くちなしの実はガーゼに包み軽くたたいて潰す。
- ③ たっぶりの水に①、②を入れて柔らかく茹で、さつまいもだけを取り出し、熱いうちに裏ごしをする。
- ④ リンゴは皮付きのままちょう切りにし、みりんをひと煮立ちさせた鍋に砂糖と共に加え、しんなりするまで煮て火を止める。
- ⑤ ④の鍋に③を加えて木べらで練り上げる。

2月の予定

- ★離乳食相談 毎週月曜日
- ★野菜と仲良し 毎週木曜日
- ★離乳食講座 I 2月1日(金)
- ★離乳食講座 II 2月15日(金)
- ★幼児食講座 2月22日(金)
- ★赤ちゃんひろば 2月19日(火)
- ★栄養相談 2月14日(木)
- ★おはなし広場 2月5日(火)
- ★簡単ストレッチ 2月19日(火)
- ★きんかん狩り 2月12日(火)



こどもの森の開放日は月、火、木曜日です。
金曜日は講座開催日のため、開放していません。