

《離乳食講座Ⅰ》

(5～6 ヲ月)

日時:11月10日(金)

10:00～12:00

定員:6組(託児あり)

- ・離乳食を始める子、始めたばかりの子
- ・離乳食前半のお話と実技です
- ・試食は親のみです
- ・当日のひろばはお休みです



《離乳食講座Ⅱ》

(9 ヲ月～)

日時:11月17日(金)

10:00～12:00

定員:6組(託児あり)

- ・大人からの取り分け方など
- ・離乳食後半のお話と実技です
- ・試食は親のみです
- ・当日のひろばはお休みです



《親子クッキング》

(2、3歳児)

日時:11月24日(金)

10:00～12:00

定員:8組(託児なし)

メニュー:

小松菜の蒸しパン

- ・子供と一緒に実習、試食をします
- ・2回連続での受講はできません

参加者募集 (予約してね)

ひろばの時間においていただき申し込み用紙にご記入ください。9月21日(木)から受付開始。

電話での仮予約は10月1日(日)からになります10月31日(火)までに必ず、申し込み用紙の記入に来てください。

(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。

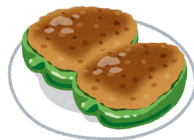
離乳食、幼児食でお悩みの方はそちらもご利用ください。

4つの皿のげんキッズレシピ

ピーマンカップのグラタン

材料 (4人分)

- ・ピーマン…2個
- ・うどん…80グラム
- ・クリームコーン…80グラム
- A {
 - ・ツナ缶…30グラム
 - ・塩、コショウ…少々
 - ・チーズ(ピザ用)…8グラム



作り方

- ① ピーマンの種とワタを取る。
- ② うどんをキッチンばさみで3センチくらいの長さに切る。
- ③ ②にAを加えて混ぜ①にスプーンで詰めてチーズをのせる
- ④ オーブントースターで3から4分焼く。

11月の予定

- ★離乳食相談 毎週月曜日
- ★野菜となかよし 毎週木曜日
- ★離乳食講座Ⅰ 11月10日(金)
- ★離乳食講座Ⅱ 11月17日(金)
- ★親子クッキング 11月24日(金)
- ★赤ちゃんひろば 11月14日(火)
- ★おはなしひろば 11月14日(火)
- ★栄養相談 11月30日(木)
- ★簡単ストレッチ 11月21日(火)
- ★秋のお味噌汁を作ろう 11月7日(火)
- ★妊婦さんの料理教室 11月8日(水)
- ★ママのための防災講座 11月16日(木)
- ★石うす体験 11月28日(火)

こどもの森のひろば開館日は月、火、木曜日です。
金曜日は講座開催日の為、ひろばはお休みです。