

予約制

# はじめての離乳食

「離乳食ってなに?」「なかなか食べてくれない…」「ステップアップするにはどうしたらいいの?」  
など、悩みはありますよね。

食事は生きていく中で私たちと切り離せないとても重要なものです。

特に乳児期の食事は、これからの食生活だけでなく咀嚼や嚥下の基礎となります。

今回は食事の基礎となる「離乳食」と、私たちの「体と栄養」の関係についてお話いたします。

また離乳食の進みに合わせたフードモデルの展示もあります。



## ～ 内容 ～



- ① 離乳食・咀嚼と嚥下
- ② 食べた方がよい栄養素
- ③ 腸と便の関係
- ④ 簡単なレシピ紹介



日時:2021年11月13日(土)14時30分～1時間程度

場所:クオーレにしこく ホール

※事前に、予約をお願いいたします。

HP から予約ができます。



定員になりましたら締め切らせていただきます。

【ご利用にあたってのお願い】

☆マスクの着用、検温、手洗いのご協力をお願いいたします。



ナーサリースクールクオーレにしこく

国分寺市泉町 3-37-23 マーベラスパレス1F

TEL:042-320-3660