

# 離乳期講習会のご案内

厚別保健センターでは、生後3～8か月頃のお子様を子育て中の方を対象に、「離乳期講習会」を開催しております。ぜひご参加ください。

## 離乳期講習会1「ごっくん離乳食」

**日 時** 毎月第2水曜日  
10:00～11:00  
(受付:9:45～)

**対 象** 生後3～5か月頃

**内 容** ★離乳食の始め方について  
★離乳食づくり体験

## 離乳期講習会2「もぐもぐ・かみかみ離乳食」

**日 時** 毎月第2水曜日  
13:30～14:30  
(受付:13:15～)

**対 象** 生後7～8か月頃

**内 容** ★離乳食の進め方について  
★離乳食づくり体験  
★むし歯予防について

**持ち物** 筆記用具、バスタオルなどお子さんに必要なもの。

**定 員** 各会先着12組、完全予約制です。

**申込方法** 電話及び窓口でお申込みください。

※詳しい日程は裏面をご覧ください。



**感染症予防・拡大防止のため、御協力をお願いします。**

【付き添い】最小限の人数でお願いします。基本はお子様お一人に対して、保護者の方お一人でお願いします。

【検 温】参加される方はご自宅で検温をお願いします。平熱よりも高い、または37.5度以上の場合はお控えください。

【マスク】マスクの着用をお願いします。

【風邪症状】参加される方及び同居のご家族に発熱、のどの痛み、咳、などの症状がある時、体調がすぐれない時は、参加をお控えください。

【アルコール消毒】会場での手指消毒にご協力ください。

【お問い合わせ先】 厚別保健センター管理栄養士 (TEL: 895-1881)



# 開催日程について

【開催日程】 ※4月、5月、11月はお休みです。

6月9日(水)	7月14日(水)	8月11日(水)
9月8日(水)	10月13日(水)	12月8日(水)
1月12日(水)	2月9日(水)	3月9日(水)

## 【受付時間】

離乳期講習会1「ごっくん離乳食」は9時45分から

離乳期講習会2「もぐもぐ・かみかみ離乳食」は13時15分から  
受付時間のお間違いのないようにお越してください。

## 【申込先】

厚別保健センター (Tel: 895-1881)

電話、または窓口で直接お申込みください。

完全予約制となっております。

