



離乳食って難しい？ 不安や悩みをズバッと解決！

令和5年度



離乳食後期教室 カミカミ教室

【お悩み座談会】

カミカミ教室開始前(9:40頃~)に、離乳食のお困りごとや知りたいことをお伺いいたします。

その内容を教室でお伝えいたしますので、是非教室開始前の「お悩み座談会」にもご参加ください。

3回食の頃の目安量や、味のバリエーションについて、手づかみ食べや、大事な栄養について説明してくれるんだって！



おいしい♡



健康会館で開催している

親と子の健康相談と同日開催！

教室終了後に計測や個別相談（保育・母乳・歯科・栄養等）の希望がある方は、カミカミ教室申し込み時に、合わせてご予約ください。

西砂学習館や上砂会館で開催される親と子の健康相談でも、教室内容のお伝えや資料のお渡しを行っています

- ◆ 対象 3回食になる頃のお子さん
(おおむね8~10か月児)とその保護者
- ◆ 時間 10:00~10:30
- ◆ 定員 12組(先着順)
- ◆ 参加方法 お電話でお申し込みください
各日程2か月前から予約受付
- ◆ 持ち物 母子健康手帳 筆記用具
- ◆ 会場 立川市健康会館
(高松町3-22-9)



実施日 (水曜日)	対象のお誕生日 (おおむね)
R5年4月26日	R4年6・7・8月
5月24日	7・8・9月
6月28日	8・9・10月
7月26日	9・10・11月
8月23日	10・11・12月
9月27日	11・12・1月
10月25日	12・1・2月
11月22日	R5年1・2・3月
12月は開催なし	
R6年1月31日	3・4・5月
2月28日	4・5・6月
3月27日	5・6・7月

※託児はありませんが、マットを用意しますので、親子でご参加いただけます。
※教室内容が変更することがありますので、ご了承ください。

参加
無料！

■お問い合わせ

立川市健康推進課母子保健係
☎042-527-3234
(平日) 8:30~17:00