

がんばりすぎない料理のコツ、
子どもの食の大切さ楽しさを伝えます。

- 楽しく食べよう!
- ↳ ママも笑顔で楽しいお食事タイム
- 食べることは元気のもと
- 包丁いらすの簡単クッキング
- こまったをシェアしよう

フリーク時間もあるので
こまったを相談できます



がんばりすぎないで!
みんなのこまったを解決?

管理栄養士による 子育て応援食事講座

食べたり
食べなかったりする

自分で食べて
くれない

上手に噛めない
やわらかいものが好き

落ち着いて
食べない

食べてくれるものばかり
作ってもいいの?

みんなは
どれくらいの量を
食べているのかな?

料理をする
時間がなくて...

みんなはどんなものを
食べているのかな?

講師: JUNSHIN SPORTS CLUB 栄養アドバイザー 青島千恵
(管理栄養士、常葉大学短期大学部保育科非常勤講師)

対象

離乳食を卒業して、
幼児食にむけての食事をしている子どもと保護者

定員: 15組 (原則お子様1名と
ご夫婦でもお母さん、お父さんだけでも
気軽にご参加ください。)

最小催行人数: 3組

ちょっとした
キッズスペースがあるので、
お父さんも一緒に
安心してきてね

11月20日 日
11:00-12:00

れんげじスマイルホール
スポーツゾーン

持ち物

飲み物、タオル、
赤ちゃんのお出かけセット

参加費
無料

募集締切日: 11月18日 金 申込予約はこちら

主催: 指定管理者 株式会社ティップネス

