



ママとベビーのハッピータイム

# 離乳食クッキング & プレママ離乳食クッキング



## 離乳食クッキング

2018 8/10・31(金)

託児つき(生後6か月～) アレルギー対応可能

大人のごはんからの取分け離乳食で、  
ランチしながら情報交換♪

Menu

暑い夏にはパパッとごはん

炊飯器de五目豆  
和風ピシソワーズ  
薬味たっぷり変わりそうめん  
すいかシャーベット

場 所：シェルピア高畑建設(株)モデルハウス  
(岐阜市琴塚2丁目8-5)

時 間：10:30～13:00(受付10:15～)

参加費：3,000円(託児代・保険代含む)

講 師：管理栄養士 上垣 由美子

定 員：5名

## プレママ離乳食クッキング

2018 8/21(火)

- ママの体に大切なもの  
～産前・産後～
- 離乳食のすすめ方
- 離乳食体験
- プレママのためのクッキング
  - ・葉酸のつけごはん
  - ・ミックスビーンズのツナマスタード
  - ・お豆腐デザート、他

一足先に余裕のママデビュー  
しませんか？

場 所：レンタルキッチンクックパティオ  
(岐阜市福寿町1-4)

時 間：10:00～12:30(受付9:45～)

参加費：3,000円(保険代含む)

講 師：管理栄養士 上垣 由美子

定 員：8名



# 2018年 月 日( ) 離乳食クッキング 申し込み ※プレママは記入不要

参加者名 (保護者名)		生年月日	
住所	〒		
電話番号		メールアドレス	
※ お子様のお名前	フリガナ	生年月日	
	フリガナ	生年月日	
※アレルギーの 項目をご記入 ください			
※ お子様が当日に 食べる食事	ごっくん期 (5.6ヶ月の頃)    もぐもぐ期 (7.8ヶ月の頃)    かみかみ期 (9~11ヶ月の頃)    ばくばく期 (1歳~1歳半の頃)    もりもり期 (1歳半~2歳の頃)		

保険に加入しますので、生年月日をご記入下さい。  
 個人情報適切に管理し、今後の講座のお知らせなどに使用させていただきます。  
 目的以外には使用いたしません。



※ホームページからもお申し込みできます




## 【託児について】

事前加入の保険適用外に関する費用や損害賠償の費用については一切補償はできません。  
 お子様のエプロン、マグカップ(飲み物)、おむつ、抱っこひも等をご持参下さい。  
 当日、別紙託児申込書をご提出いただきます。(HPからダウンロード又は当日記入)  
 お子様1人追加は1,500円(食事・託児・保険代)となります。  
 ※離乳食を食べている様子を見ながらアドバイスさせていただきますので、事前に授乳を  
 済ませておいて下さい。  
 ※託児は南側のセミナールームにて行います。受付を済ませて、モデルルームにお越し  
 ください。

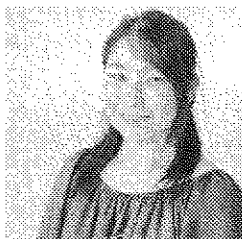
## 【参加・託児申し込み締め切り】

各回講座の1週間前までにお申し込み下さい。 但し、定員となり次第締め切ります。  
 ※キャンセル料は、開催2日前より参加費50%が発生します。



## 次回の離乳食クッキング

9月 7日(金)	~暑さが残る日の名月ランチ~ ・パプリカと挽肉 タイ風バジル炒め ・キャロットラペ    ・かぼちゃと桃のひんやりスープ ・お月見デザート
9月14日(金)	



## ~講師紹介~ 上垣 由美子 <管理栄養士>

病院で管理栄養士として従事後地域活動栄養士として、  
 高齢者施設・地域保健センター等で「食」に関わる。  
 食べることはみんなが笑顔になれる魔法のひとつ・・・。  
 食を通して、楽しいことや必要な情報を伝えていきたいと思っています。

—— 申込・問い合わせ先 ——

<ほっぺの会事務局>

〒500-8076 岐阜市司町40番地の5 みんなの森 ぎふメディアコスモス 市民活動交流センター内ブース02

代表:伊藤 恵 TEL:070-5258-8746 FAX:058(241)1181

(受付:宇野) TEL:070-5332-8747

