



パパ・ママ・ベビーのハッピータイム 大人のとりわけ離乳食 & パパがつくる離乳食

パパ離乳食クッキング 2018. 9. 2 (SUN)

パパのこだわり手料理と、一緒につくれるベビーのごはん
ママとベビーはスキンシップと、未来を生きるトークタイム!



場 所：北東部コミュニティセンター2階
料理教室・教養娯楽室（岐阜市福富迎田6）

時 間：10:00～13:00（受付9:30～）

参加費：1家族3,000円（資料・材料・保険代含む）

定 員：16組

持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル
筆記用具、お子様のエプロン、飲み物

講 師：上垣 由美子・三浦 真由美（管理栄養士）
早田 千佳代

（保育士・わらべうたベビーマッサージインストラクター）
伊藤 恵（食育指導士、ダイバーシティ・ナビゲーター）

ママ&ベビー
✦ふれあいタイム
✦家事シェアを活かし
自分らしい未来を生きよう！
トークタイム

昨年の
パパ離乳食
クッキングより



まめ豆ハンバーグの
ロコモコ丼
手作りだしの根菜汁
きのこと
パプリカのマリネ
バナナプリン *Menu*

離乳食クッキング 2018. 9/7.14.28 (FRI)

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♪

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）

持ち物：エプロン、三角巾、
手拭きタオル、筆記用具
お子様のエプロン、飲み物

定 員：5名

託児つき（生後6か月～）
アレルギー対応可能

9/7.14

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

講師：上垣 由美子

9/28

現役ママのバランス離乳食

- ・彩りスティック
おにぎり
- ・ロールキャベツ
- ・サラダブーケ
- ・豆腐の
レアチーズケーキ

講師：三浦 真由美

平成30年度 ～あなたの思いをかたちに～
岐阜市市民活動支援事業 採択事業



【主催】ほっぺの会

2018年 月 日() 離乳食クッキング 申し込み

参加者名 (保護者名)		生年月日	
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) ぱくぱく期 (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

ほっぺの会

検索



【パパ離乳食クッキングについて】

当日はパパは調理室へ、ママとお子さまは教養娯楽室にお越しください。
 ママとお子さまは、動きやすい服装でお越しください。
 お子様1人追加は1,500円(食事・保険代)となります。
 パパの料理が出来ましたら、ご家族で食事をしていただきます。

【離乳食クッキング・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。

【すべての講座への参加・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

10月5・12日 (金)	【家族でハロウィンパーティー】 白身魚と野菜のトマトシチュー、ジャック・オ・ランタンのごはん ハロウィンカラーのサラダ、かぼちゃのデザート
10月19・26日 (金)	【季節を感じる彩りランチ】 鮎ごはん、野菜の花畑鍋、 カップサラダ、ヨーグルト蒸しパン

— 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

