

令和6年度 中央公民館すくすく健康相談

離乳食・幼児食相談



幼児食・ 離乳食相談

テーマに合わせた
資料配付あり♪

令和 6年度 日程	テーマ	内容
4月24日(水)	歯の本数に 合わせた進め方	食事で口腔機能を育てましょう。
6月26日(水)	家庭でできる食中毒予防	食中毒の危険は1年中
8月21日(水)	こどもの水分補給	熱中症を予防しましょう！
10月23日(水)	野菜を食べやすく	苦手な野菜も食べやすくなるレシピ
12月24日(火)	肉を食べやすく	こどもが食べやすくなる工夫
令和7年 2月26日(水)	こどもの肥満を防ぎましょう	こどもの健康を守る大切な習慣

離乳食相談

取り分けて作る
離乳食レシピ配布あり

*一口サイズの試食を用意しますが、状況によっては中止する事があります。

令和 6年度 日程	メニュー	テーマ
5月22日(水)	豆腐ハンバーグ	鶏肉と豆腐で柔らかい和風なハンバーグ
7月24日(水)	ラトウユ	夏野菜をトマト缶で煮込みます
9月25日(水)	生鮭の照り焼き	いつもの生鮭を一手間で照り焼き風に
11月22日(金)	とん汁	寒い日にお勧め！身体が温まります♪
令和7年 1月22日(水)	ホワイトシチュー	取り分けが簡単！一緒に食べよう♪
3月19日(水)	豆腐と白身魚のうま煮	中華風の味付けで食がすすみます。