



離乳食のおはなし

～離乳食は食べることの「はじめの一歩」～

2026年2月5日（木）



- 赤ちゃんにとって離乳食は食べることの『はじめの一歩』
- 「食材の硬さってどれくらい?」「始めてみたけど、あまり食べてくれない…」など
- 戸惑うことはたくさんありますよね。講座では基本的な離乳食の食材の調理方法から、
- 知っておくと便利な調理方法まで実際にデモンストレーションしてくれます♪

◆対象：主に中区近隣在住の親子

◆時間・内容：

① 10:00～10:30

離乳食を始める前～始めたばかりの親子（おおよそ4～5ヶ月） 10組
内容：離乳食の始め方、お粥の作り方など

② 10:40～11:40

離乳食を進めている親子（おおよそ6～11ヶ月） 20組
内容*離乳食の進め方、離乳食・食材の扱い方の実演

*月齢は目安です。離乳食の進行状況にあわせてお申し込みください。

*①②両方のご参加も可能です。

◆申込方法：2026年1月22日（木）12:00～

拠点サイトにてお申し込みください



横浜市地域子育て支援拠点サイト

<https://x.gd/wL0nu>

◆講師：長谷川利希子氏（管理栄養士）

◆参加費：無料（0円）

◆お願い

・のんびりんこの利用登録をされていない方は登録が必要です。

事前にホームページのご利用案内から登録して頂くか、講座の20分ほど前に余裕を持ってお越し頂き登録をお願いします。

・お申し込み後、キャンセルされる方はわかり次第、早めにご連絡ください。

◆会場：中区地域子育て支援拠点 のんびりんこ

横浜市中区住吉町1-12-1 belle 横浜3F

☎045（663）9715

〈のんびりんこは横浜市中区より公益財団法人横浜YMCAが受託して運営しています〉

