

親子の  
ランチ付

離乳食教室



# 赤ちゃんレストラン

大人食からとりわけての離乳食づくりをご紹介します。  
簡単・時短のアイデアがいっぱい！  
量とバランスが一目でわかる1食分をご用意します。



2021年

3/31(水)

5/26(水)

奇数月の第4水曜

10:00～11:30

(受付9:45～)



会場

パスレル保谷 2F イベントスペース

保谷庁舎前(西東京市泉町3-12-25)

※駐車場はありません。近隣の有料駐車場をご利用ください。



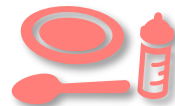
講師

中村 美穂氏(管理栄養士・フードコーディネーター)

保育園栄養士として乳幼児の食事作りや食育活動に携わり、地域の離乳食講習会や食事相談等、幅広く手掛ける。現在は、市内の自宅で料理教室を開催。

書籍・雑誌・WEB記事、生協カタログへのレシピ提供・監修等を行う。

著書『離乳食大百科』(日本文芸社)、『ワンプレートごはん』(辰巳出版)など多数。



内容

10:00 開始のあいさつ・自己紹介

10:10 デモンストレーション ～大人の食事から、離乳食のとりわけ方を実演～

11:00 親子でランチ ～お子さまの食べる様子を見ながら、講師がアドバイス～

11:30 講座終了 ～終了後は、生活クラブ子育て広場びらんこをご案内～



持ち物

エプロン・飲み物・スプーン等

※お子さまの食事の際に必要なもの



対象

7～11カ月の親子

※前後の月齢の方もご参加可



定員

8組 ※感染症対策のため、  
定員数を減らしています

定員になり次第締め切ります  
キャンセル待ちも受け付けています



受講料

2,000円



主催:生活クラブ保育園ぼむ

企画運営:NPO 法人ワーカーズ・コレクティブ ちろりん村

〒202-0011 西東京市泉町3-12-25 パスレル保谷 1F (生活クラブ保育園ぼむ内)

TEL & FAX : 042-425-0788

E-mail : chirorinmura@mbn.nifty.com

<https://npo-chirorinmura.com/>

ちろりん村ホームページより  
お申し込みフォームをご利用ください