



離乳食教室のご案内(案)



離乳食をこれから始める方、始めたばかりの方のための教室です。

対象	生後4～5か月の赤ちゃん（第1子）の保護者の方
時間	① 9:30～10:30（受付9:20～）：中央・小金のみ開催 ② 11:00～12:00（受付10:50～）：中央・小金・常盤平で開催
会場	各保健福祉センター
持ち物	母子健康手帳、筆記用具、その他赤ちゃんのお世話に必要なもの
内容	離乳食のすすめ方についてのお話
申し込み	オンラインでのお申し込み （オンラインが難しい場合は電話も可） ※オンライン、電話ともに予約できるのは お申し込み日より90日先の教室まで。  <small>(松戸市オンライン申請システム)</small>
その他	・ベビーカーのまま会場へ入ることができます。 ・お子様も含め、体調不良時には、参加をご遠慮ください。 ・会場内は随時換気をするため、体温調節できる服装でお越しください。 ・感染状況や会場の特性により、その他の感染症対策を実施する場合があります。ご協力お願いします。

★日程および会場のご案内（会場は裏面参照）

参加の目安 (誕生日)	日程	中央 保健福祉センター	小金 保健福祉センター	常盤平 保健福祉センター
令和7年11月、12月生	4月	17日（金）	20日（月）	28日（火）
令和7年12月、 令和8年1月生	5月	11日（月）	29日（金）	20日（水）
令和8年1月、2月生	6月	10日（水）	22日（月）	30日（火）
令和8年2月、3月生	7月	6日（月）	16日（木）	29日（水）
令和8年3月、4月生	8月	3日（月）	10日（月）	24日（月）
令和8年4月、5月生	9月	7日（月）	28日（月）	14日（月）
令和8年5月、6月生	10月	5日（月）	19日（月）	26日（月）
令和8年6月、7月生	11月	19日（木）	5日（木）	30日（月）
令和8年7月、8月生	12月	9日（水）	21日（月）	14日（月）
令和8年8月、9月生	令和9年1月	7日（木）	18日（月）	25日（月）
令和8年9月、10月生	2月	10日（水）	4日（木）	25日（木）
令和8年10月、11月生	3月	8日（月）	1日（月）	15日（月）

※日程は、令和7年12月1日現在の予定のため、4月1日以降、ホームページで再度ご確認下さい。

《離乳食スタートのサイン》

5ヶ月を過ぎましたか?
首はしっかりすわっていますか?
支えてあげると座ることができますか?

- ↓
食べ物を見せると口を開けたり、よだれがでますか?
↓
スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなりましたか?
↓
母乳やミルクの間隔は一定になりましたか?
↓
最初のひとさじを始めましょう



~ご相談ください~

離乳食を始めたけれど、これでいいのかな?
離乳食を食べててくれない
・・・など、

管理栄養士へのご相談は、中央保健福祉センターにお電話ください。

TEL(047) 366-7489

★会場のご案内

各センターの開所時間 月曜～金曜 (8:30～17:00)

中央保健福祉センター	小金保健福祉センター	常盤平保健福祉センター
竹ヶ花74-3 (中央保健福祉センター1階) 松戸駅東口下車徒歩10分	小金2 ピコティ西館3階 北小金駅南口より徒歩3分	五香西3-7-1 (ふれあい22 2階) 五香駅より徒歩13分 または 八柱駅からバス「牧の原団地行き」 終点下車徒歩3分
TEL(047) 366-7489	TEL(047) 346-5601	TEL(047) 384-1333

*各会場の駐車場は限りがあるため、できるだけ公共交通機関を使ってお越しください。

*ご不明な点がありましたら、保健福祉センターまでお問い合わせください。
松戸市こども家庭センター 母子保健担当室