



## 大人の食事からの取り分け離乳食

### ★取り分け離乳食のメリット

- ①大人の食事と同時に調理ができる
- ②離乳食のための材料を別に準備する必要がない
- ③大人も赤ちゃんも健康的な食事になる



### ★取り分け離乳食の例 【具だくさんみそ汁】

#### 【大人用】

- ①じゃがいも半月切り、大根・にんじんは、いちよう切りにする。小松菜は2cm幅、油揚げは1cm幅に切る。
- ②じゃがいも・大根・にんじんを鍋に入れて火にかけ、軟らかくなるまで煮る。
- ③小松菜・油揚げを加えてみそを溶き入れる。



市販のベビーフードもうまく利用していきましょう。  
食品数や調理形態が豊かになります。

【7・8か月頃】

②の野菜が柔らかくなったらとりわけて、細かく切る。煮汁を加えて混ぜ合わせる。

【9～11か月頃】

③で野菜をとりわけて、材料を荒くつぶす。お湯を加えて味を薄める。

【12～18か月頃】

③で材料をとりわけて、材料を食べやすい大きさに切り、お湯を加えて味を薄める。

問 子ども家庭センター ☎356-6711

## 「子育てボランティア」養成講座

利府町ファミリー・サポート・センターでは、「子育てボランティア」養成講座を開講します。講座修了後は、子育て支援事業のボランティアをしてみませんか。子育てに関心のある方は、ぜひご参加ください。

とき	内容
①11月14日(木) 午前9時30分～午前11時30分	子育て支援事業の概要と子育てボランティアについて
②12月18日(水) 午前10時～午前11時	子育て支援事業の見学と参加
③ 1月 8日(水) 午前10時～午前11時	子育て支援事業の参加と実技



- 対象 健康で子どもが好きな町内在住の18歳以上(高校生不可)
- 会場 ①文化交流センター「リフノス」2階 研修室(3・4)  
②③の会場の詳細は、後日参加者へ直接お伝えします。

- 申込方法 利府町ファミリー・サポート・センター事務局に直接、または電話でお申し込みください。
- 申込期間 10月1日(火)～10月31日(木)
- 定員 10人程度
- 参加費 無料

問 利府町ファミリー・サポート・センター事務局 ☎767-2195

## 子育てに関する教室や講座等の予約がアプリからできるようになります!

子育てアプリ「リーふナビ」では、妊娠中の方や子育て中のご家族向けに子育て支援情報や乳幼児健診等の情報を発信しているほか、9月25日(水)から利府町の子育てに関する一部の教室や講座等の予約ができるようになります。ご利用にはアプリの新規インストールが必要です。10月以降の教室等はアプリからお申し込みください。

### 申し込みできる教室・講座

- 離乳食教室 ●月齢別講座 ●多胎児のつどい
- 1歳頃のパクパク講座 ●離乳食スタートミニ講座
- 出張子育てひろば in モイクひろば

## ファミリー・サポート・センター事業の活動(預かり)についてお知らせ



協会会員が生後2か月から小学校6年生までの利用会員のお子さんの送迎や預かりを行う事業です。預かりの場所は原則、協会会員の自宅となりますが、利用会員との間で合意があれば子育て広場でも可能となります。

※利用する場合は事前登録が必要になります。詳細はお問い合わせください。  
※この事業は町が利府町社会福祉協議会に委託し行っています。

問 利府町ファミリー・サポート・センター事務局 ☎767-2195

無料で登録できます



内科・小児科塩釜地区  
休日急患診療センター  
※要事前連絡

【土曜日(準夜帯)】※土曜日が祝日の場合はなし  
●受付 午後6時30分～午後9時30分  
●診療時間 午後7時～午後10時  
●診療科目 小児科(対象年齢：15歳まで)

【日曜・祝日】  
●受付 午前8時45分～午前11時30分  
午後1時～午後4時30分  
●診療時間 午前9時～午後5時  
●診療科目 内科・小児科