

お母さんと子どもの健康をサポート

# ハッピー食育プロジェクト in 大妻女子大学

～第2・3回目講座のお知らせ～



第2回  
9/17(土)  
10:30～  
12:00  
オンライン  
同時開催

管理栄養士がすすめる  
授乳期からのママと子どもの  
「愛情♡ごはん」

離乳食作るけど 私食べていない！  
離乳食 特別に作るのたいへん、、、  
1才半過ぎたから大人と同じごはん？

家族みんなの食事をいっぺんに作るコツ伝授します  
\*調理デモンストレーション・試食あり

対象：授乳期から就学前の子のお母さん



第3回  
10/15(土)  
10:30～  
12:00  
預かり保育  
ができます  
※先着順

アトリエmom's講師による  
「離乳食ワークショップ」

食材選びや調理のコツ、栄養のお話をしながら  
実際に離乳食を作っていきます  
いつもは孤独な離乳食作りを  
みなさんと楽しむワークショップです  
\*レシピつき

対象：離乳期～2歳までのお子様をお持ちの方、  
ご興味のある方

お申し込みはQRコード(Googleフォーム)まで  
※定員になり次第、締め切ります



第2回 9/17(土)  
ママと子どもの  
「愛情♡ごはん」  
定員：30名  
申込締切9/12(月)

<https://forms.gle/VvxQFrMtnxyquAVA>



第3回 10/15(土)  
アトリエmom's  
「離乳食ワークショップ」  
定員：16名  
申込締切9/30(金)

<https://forms.gle/EDBDdhaksV7q3UWR8>

お問い合わせ先 大妻女子大学ハピ食プロジェクト  
hapisyoku.otsuma@gmail.com

