



# 離乳食教室 2019. 10. 8



これから離乳食を始めようと思っているけど…不安のママ。上の子がいるけど忘れちゃったし、これでいいのかな？と確認に来てくれたママ。

離乳食は、食べる訓練の開始です！！

初めてミルクや母乳以外をスプーンで食べます。

まずは、スプーンからトロトロの食べ物をゴクンと飲むことを慣れる時期からです。焦ることはありません。他の子と比べることもありません。食べた量や栄養バランスなどは気にする必要もありません。

大丈夫♡

ママがリラックスして、離乳食を一緒に楽しんであげてくださいね！！



ママ友づくりの場にも♡



また、遊びにきてね♡

共立習志野台病院 栄養科