

# こども食生活相談のご案内



**対 象** 0歳～18歳未満のお子様とその保護者



**内 容** 管理栄養士(栄養士)・保健師による個別相談

♡**乳幼児期のお子さま**♡

- 「離乳食のはじめ方を知りたい」
- 「離乳食を食べてくれない、量や形はこれでいいのかな？」
- 「ちゃんと体重が増えているかな？」
- 「今まで食べていたのに急に食べなくなった！」
- 「どうやって食材を増やしていこうか？」



など♪

♡**幼児期～学童期・思春期のお子さま**♡

- 「太りすぎと言われた」「生活習慣を見直したい」
- 「将来、肥満や糖尿病などの生活習慣病が心配」

などなど♪



## 期 日

令和5年	4月	12日	(水)
	5月	10日	(水)
	6月	8日	(木)
	7月	5日	(水)
	8月	9日	(水)
	9月	6日	(水)

令和5年	10月	11日	(水)
	11月	8日	(水)
	12月	6日	(水)
令和6年	1月	10日	(水)
	2月	7日	(水)
	3月	6日	(水)



**時 間** 午前9時～, 10時～, 11時～の予約制 (1時間程度)



**場 所** 那須烏山市保健福祉センター (田野倉85-1)



**申込み** 各期日の5日前までに申込み



- その他**
- ・乳幼児期のご相談は、当日、バスタオル、母子手帳、家庭で食べている離乳食をお持ちください。
  - ・上記以外の日程での相談や電話相談も可能です。気軽にお問い合わせください。