

サークルゆいかご久米

第2回 フカフカよちよちサロン 

「離乳食のお話し」「ママと赤ちゃんのヨガ」が開催されました！

9月13日（木）に、母子保健推進協議会の主催で、サークルゆいかご久米の活動として、『離乳食のお話し』、『ママと赤ちゃんのヨガ』が開催されました。

フカフカよちよちは、第1子（1歳6ヶ月くらいまで）が生まれたお母さんと初妊婦さんが対象で、当日は、約30名の親子が参加し、市栄養士さんの離乳食にまつわるNGなお話、ちょっと気をつけたいことや簡単手作りおやつレシピなどの『離乳食のお話し』、福田玲子さんのご協力により、『ママと赤ちゃんのヨガ』、「赤ちゃんって、ママを選んで生まれてくるんだよ」とアットホームな感じで、わいわいのんびりと楽しみました。

次回の公民館でのサークル活動は、10月に「ハロウィーンパーティと食推さんのお話し」が予定されています。ぜひ気分転換に、お散歩がてらお気軽にご参加ください。



《講師》市栄養士 山田 洋子さん



《講師》福田 玲子さん

# 初めての子育て、ママ友ができたならもっと楽しいよ！

