

フシママ♡ピヨママ 🍌 のための

米粉 De 離乳食

ママ&ベビーヨガ

同世代の子どもを持つママたちと疑問・悩みを解決しましょう！



- ・ 離乳食初期～完了期までのレシピを講師が実演！

予定メニューはこちら!!

- ☆ 10分がゆ
- ☆ 野菜ジュース入り蒸しパン
- ☆ ポタージュ
- ☆ 豆腐ハンバーグ

【講師】 JAあさひなフレッシュミズ会  
会長 鈴木 千里子 氏

《米粉 De 離乳食》

- ・ 産後の体調と体型を整え心をリラックスし、お子さまとのコミュニケーションを深めましょう。



【講師】  
大崎市  
ヨガスペース チャンドリカ  
小山 理香 氏

《ママ&ベビーヨガ》

☆ 日 時：平成 30 年 12 月 12 日（水） 13：30～15：40

☆ 場 所：まほろばホール（大和町吉岡2丁目4-14）調理室・和室

☆ 応募締切：平成 30 年 11 月 30 日（金）

☆ 参加費：500 円（材料費等としていただきます）

☆ 対象者：現在妊娠中の方および2歳未満の幼児がいる方

※JA あさひな管内にお住まいの方であればなたでも参加できます

※託児はありませんので、必要な方はおんぶ紐等をご持参ください

※ヨガを行ないますので、動きやすい服装でお越し下さい

☆ 定 員：20 名

☆ 応募方法：裏面申込み書を下記応募先へ FAX、または電話・Eメールでご応募ください

☆ 応募先：JA あさひな ふれあい広報課

TEL：022-345-2985 FAX：022-345-0112

Email：sinbun@ja-asahina.jp

