



時間	午後1時30分～3時15分	申し込み・問い合わせ先
対象	◆ 区内在住で、各クラスの対象の誕生月に該当する第1子の保護者(1名)の方。 ※ これまでに講習会を受講済みの方や、受講予定のある方はお申込みいただけません。 (第1子につき、ひと家庭1回の参加です)	中央区保健所 (3541) 5930 日本橋保健センター (3661) 5071 月島保健センター (5560) 0765 晴海保健センター (6381) 2972
内容 / 費用	◆ 離乳食の進め方の話 ◆ 料理の紹介と試食(試食は保護者のみ) / ◆ 無料	
申し込み方法	電話又は電子申請(抽選制) ◆ 各クラス数力所で開催される月は、いずれかの会場を選び、「申し込み受付期間」に実施会場へお申し込みください(重複申し込み不可)。 先着順ではありません。 ◆ 電話での受け付けは、平日のみになります。 ◆ 申し込み受付期間に申し込まれた方全員に、抽選結果を郵送します。 * 定員に満たない場合は、申し込み受付期間後も定員になるまで受け付けます*	◆ 離乳食の進め方で気になることがありましたら、管理栄養士にお気軽にご相談ください。 ◆ 日程は変更になる場合があります。詳しくは中央区ホームページをご覧ください。



	開催月	対象の誕生月	中央区保健所 (定員 22人)	日本橋保健センター (定員 22人)	月島保健センター (定員 20人)	晴海保健センター (定員 22人)	申し込み受付期間
スタートクラス (初期～中期食)	4月	令和5年 10・11月	4月17日(水)	4月26日(金)			3月12日(火)～18日(月)
	5月	令和5年 11・12月	5月14日(火)		5月24日(金)		4月8日(月)～12日(金)
	6月	令和5年 12月 令和6年 1月		6月14日(金)	6月25日(火)	6月6日(木)	5月7日(火)～13日(月)
	7月	令和6年 1・2月	7月11日(木)	7月3日(水)			6月3日(月)～7日(金)
	8月	令和6年 2・3月		8月20日(火)	8月9日(金)		7月1日(月)～5日(金)
	9月	令和6年 3・4月	9月25日(水)	9月13日(金)		9月5日(木)	8月1日(木)～7日(水)
	10月	令和6年 4・5月		10月17日(木)		10月8日(火)	9月2日(月)～6日(金)
	11月	令和6年 5・6月	11月29日(金)	11月19日(火)	11月7日(木)		10月1日(火)～7日(月)
	12月	令和6年 6・7月	12月10日(火)			12月19日(木)	11月1日(金)～8日(金)
	1月	令和6年 7・8月		1月30日(木)	1月8日(水)	1月21日(火)	12月2日(月)～6日(金)
	2月	令和6年 8・9月	2月5日(水)	2月18日(火)			令和7年1月6日(月)～10日(金)
	3月	令和6年 9・10月	3月14日(金)		3月25日(火)	3月6日(木)	令和7年2月3日(月)～7日(金)

	開催月	対象の誕生月	中央区保健所 (定員 24人)	日本橋保健センター (定員 20人)	月島保健センター (定員 20人)	晴海保健センター (定員 22人)	申し込み受付期間
ステップアップクラス (後期～完了期食)	4月	令和5年 5・6・7月			4月10日(水)		3月12日(火)～18日(月)
	5月	令和5年 6・7・8月	5月10日(金)	5月21日(火)			4月8日(月)～12日(金)
	6月	令和5年 7・8・9月			6月12日(水)		5月7日(火)～13日(月)
	7月	令和5年 8・9・10月		7月12日(金)			6月3日(月)～7日(金)
	8月	令和5年 9・10・11月	8月8日(木)			8月27日(火)	7月1日(月)～5日(金)
	9月	令和5年 10・11・12月			9月27日(金)		8月1日(木)～7日(水)
	10月	令和5年 11・12月 令和6年 1月		10月18日(金)			9月2日(月)～6日(金)
	11月	令和5年 12月 令和6年 1・2月	11月20日(水)			11月12日(火)	10月1日(火)～7日(月)
	12月	令和6年 1・2・3月		12月17日(火)			11月1日(金)～8日(金)
	1月	令和6年 2・3・4月			1月17日(金)		12月2日(月)～6日(金)
	2月	令和6年 3・4・5月	2月19日(水)			2月6日(木)	令和7年1月6日(月)～10日(金)
	3月	令和6年 4・5・6月		3月7日(金)		3月12日(水)	令和7年2月3日(月)～7日(金)