

《石巻市在住の7~11 か月児対象》

かみかみ離乳食教室



始めてみたけどこんな
感じていいのかな？



最近、離乳食の進みが
悪くて…



どんな食材を、
どれくらいの量？



大人の食事から
の応用方法って？



食事の量や内容、個人差が大きい時期に
お困いな事はありませんか？

赤ちゃんは、食事の量や内容、個人差が大きく、お悩みは
人それぞれ。栄養士が離乳食のお話をさせていただきます。
離乳食の色々なお悩みをこの機会にぜひご相談ください。

個別相談もあります！



少人数でアットホーム

「こんな時どうしてるの？」と気軽にお話できる場です。
お友達作りにもぜひお役立てください！

令和8年度開催予定表

- 場 所…保健相談センター2階指導室
- 持 ち 物…母子手帳、バスタオル
- 時 間…午前 10 時～12時(受付 9:50～)
- 申し込み…0225-95-1111(内線 2617)
(右記2次元コードでも申し込み可能です)

もくもくかみかみホームページ



※石巻市在住の方限定

5月14日 (木)	6月12日 (金)	7月17日 (金)	9月9日 (水)	10月14日 (水)
11月30日 (月)	1月14日 (木)	2月5日 (金)	3月17日 (水)	

限定10組

※事業内容が変更になる場合がございますのであらかじめご了承ください。

石巻市保健相談センター 周辺図



指定有料駐車場

駐車場名	駐車台数
① バラカ石巻駅前第1駐車場	55
② 保原屋パーキング	31
③ 丸勝パーキング	34
④ AMANO (アットパーク石巻立町)	29
⑤ アサ/駐車場	121
⑥ イーケーパーキング	55
⑦ リオモールパーキング	81

※ 市役所立体駐車場

・石巻市役所立体駐車場をご利用の場合は、教室終了後に市役所2階健康推進課において、無料処理を行います。

・指定有料駐車場をご利用の場合は、駐車料金の一部を助成いたします。会場に駐車券をお持ち下さい。(最大2時間配布)

・指定駐車場は左記のとおりです。指定駐車場以外は対応できませんので、ご了承ください。



石巻市健康推進課