

# 離乳食&母乳のための料理教室

赤ちゃんに役立つ調理実習教室！



離乳食スタートのタイミングや  
赤ちゃんに合った良い食材や与え方  
アトピーにならない自然派調理実習教室です。



忙しいママのために、手間を省くコツや  
産後のママの身体に良い食事、  
パパの健康も考えた盛りだくさんの講座  
です。

毎月第3金曜日 10時～13時30分

(奇数月は初期コース、偶数月は中期以上の離乳食)

参加費:2000円 上(園児未満)のお子さん連れも可

東峯サライ1階「ひととき保育」に預ければ通常2時間2200円→1500円

(完全予約制2日前までにご予約下さい！ 特別価格保育はお早めに！)

対象:生後2ヶ月～3才の赤ちゃんのいるママ

場所: 産前産後ケアセンター・東峯サライ産科クリニック

東壽会ビル別館 5階 江東区木場 6-11-3

国際中医師、国際中医薬膳師、たまごクラブやベビーコム(babycom)  
ペリネイタルケアなど連載中。 小野田 レイ

お申し込み、お問い合わせは、  
(保育のお申込み下記へ)

<http://sarai.toho-clinic.or.jp/>

東峯サライHPフォームより  
お申し込み下さい。

