



安産祈願
腹帯のお祓い 戌の日特集

うちの子のピタリさがそ☆
園紹介

ママさん素敵に变身物語4season.vol3
このみママの素敵に变身物語

子育て世代を応援!愛媛トヨペットの
2024年「Asobino Jikan」

読者
プレゼント
あり

撮影/フォトグラファー 小室直子



ドコモニ会員募集
QRコードを読み取って何か一文字以上
を入れ返信してください。



**ドコママ公式
ホームページ**

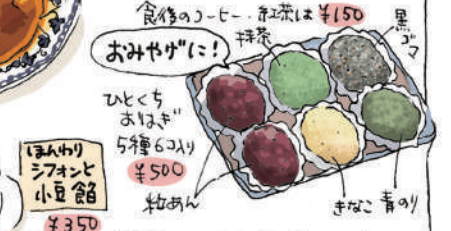
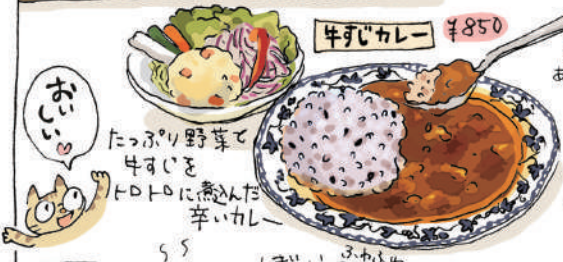
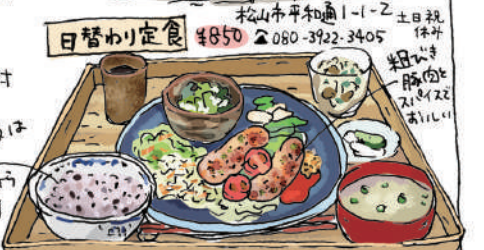
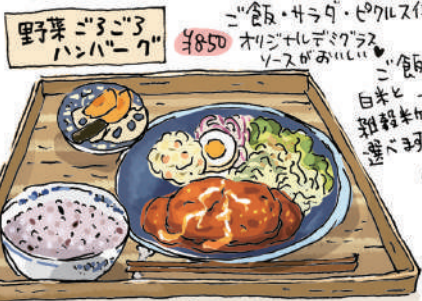
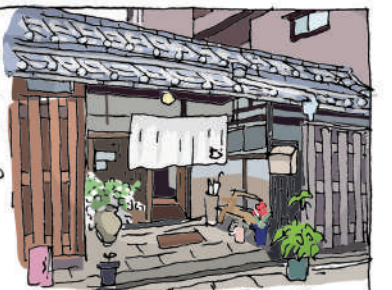
企画・制作 サンサンファミリー株式会社 ☎089-909-9855 ✉info@docomama.com
「松山市子育て支援情報の発信に関する連携協定」締結企業

こどもとあるこよ

おさんぽルポ

vol.141 物語カフェかまどねこ

平和通りにある 物語カフェかまどねこ。まるでおばあちゃんのおうちに帰ったようにくつろげる スキな 古民家カフェです。お料理も お野菜たっぷり、全て手作りの優しいお味です♡



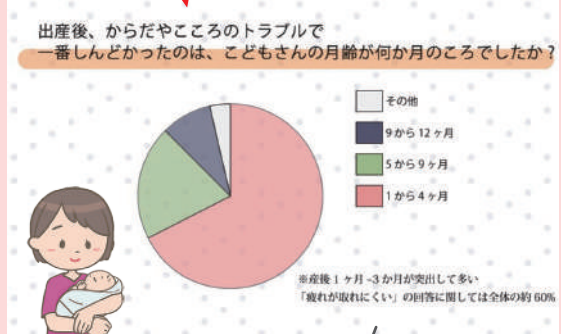
メイン(今日は手作りソーゼージ)、副菜・汁物
ご飯・香の物
イロイロのお味♡
木の葉も
お皿も美しくて
おにぎりも
おいしい♡
自家製
あんこ
食後のデザートなら
¥100で
「ひこちおはき」
食後のコーヒー・紅茶は¥150
「おみやげ」に!
「ひこちおはき」
5種6コ入り
¥500
「ほんかりシフォン小豆餡」
¥350
「たまのお部屋」は お子様連れの方にも
安心です。図書コーナーには絵本もあり
イセにもアト系の本やマンガなど
色々楽しめます。是非 お食事と
零钱包を一緒にいり、お楽しみ♡
「ほっこりします」



産前産後ママの声プロジェクト
国を挙げて妊娠期〜子育て期まで切れ目ない支援を展開しているにも関わらず、産前産後の時期による女性のメンタルヘルスの問題は依然として大きな課題となっています。
※厚生労働省の発表によると産後うつ発症率は15〜30%と言われており、出生数が800人の町では1200〜2400人が潜在患者という計算になります。
(冊子巻頭冒頭「ママのために」より抜粋)

産前産後ママの声プロジェクト
「子育てをママだけで抱え込まず家族や地域で支え合うための手引きとして」
国を挙げて妊娠期〜子育て期まで切れ目ない支援を展開しているにも関わらず、産前産後の時期による女性のメンタルヘルスの問題は依然として大きな課題となっています。
※厚生労働省の発表によると産後うつ発症率は15〜30%と言われており、出生数が800人の町では1200〜2400人が潜在患者という計算になります。
(冊子巻頭冒頭「ママのために」より抜粋)

「一般社団法人地域ケア研究所」は、妊娠中や出産後のママが産後うつになりやすいデリケートな時期に、本人、家族に寄り添った様々なサポートを行っている西条市にある地域団体です。
その地域ケア研究所から本年2月に産前産後ママの声をまとめた冊子が発刊されたことはご存知でしたか?
今回は、発刊後テレビ、新聞等でも取り上げられ、多くの反響を呼んでいるその冊子を紹介したいと思います。



また、掲載している情報や、ページ数は読む事が負担にならないことを意識してコンパクトにまとめられています。適切なタイミングでいつでも簡単に手引書として活用ができます。それもこの冊子の大きな特徴となっています。

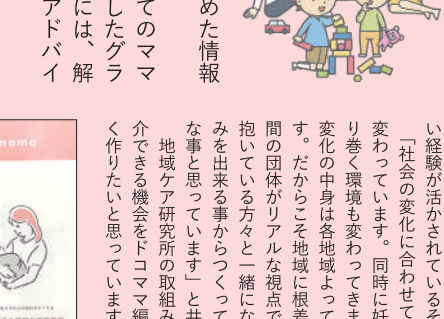
ママたちにアンケート
ママたちからたくさんのお声を聞かせていただきました。
ママたちにアンケートページでは、WEBアンケートと同時に子育て支援センターなどに出向いて育児中のママから直接ヒアリングをして集めた情報が載っています。
このページには、質問に対してのママたちのリアルな声。回答を集計したグラフ。同時にポイントとなる項目には、解説とそれに対する対処の仕方をアドバイザーが書かれています。
その他のページも同様に、それぞれの状況でちゃんとアドバイスがあるので、迷っている方にももちろん、これから出産育児が控えている方にも心強い内容となっています。

「一般社団法人地域ケア研究所」から産前産後ママの声をまとめた冊子が発刊されているのをご存知でしたか……

赤ちゃんの首すわり前後の産後4〜5ヶ月で心身の不調を訴えるママの割合がグッと減るの。こをいかに乗り越えるかがポイントの1つとしてお伝えします。心身のトラブルの種類としては
1位 疲れとれない
2位 髪とれない
3位 ひたすら眠い
4位 すくすくイヤイヤする
5位 涙もろくなる
上位は育児に影響する内容であることも負のスパイラルに陥りやすい内容といえます。
●夜間の頻回授乳●眠い
●疲れとれない●イヤイヤする
(ホルモン以外の原因で)身体が疲れると気持ちに余裕が持てなくなり、余計にイヤイヤしたり気が落ち込んだり不安定になりがちです。新米パパはイヤイヤしているママに対して「今うちの子はこんなのかな」と優しい気持ちで接することができたいですね。また、そういった生活サイクルになりやすい前提で、宿泊型の産後ケアを利用するのもよいかと思えます。



一般社団法人地域ケア研究所
理事/地域保健担当 井澤 愛子さん



地域ケア研究所の取組み等について、詳しく紹介できる機会をドコママ編集部では出来るだけ早く作りたいと思っています。

「一般社団法人地域ケア研究所」は、2016年に保健師と看護師の資格を持たれている井澤愛子さんと精神保健福祉士・公認心理師のご主人とで設立された民間の団体です。現在、産前産後のママに向けて行われている様々なサポート事業には、設立当時に井澤さんが味わった子育て中の辛い経験が活かされているそうです。
「社会の変化に合わせて女性を取り巻く環境も変わっています。同時に妊娠、出産、子育てを取り巻く環境も変わってきました。でも、そうした変化の中身は各地域によって違っているのが当然です。だからこそ地域に根差した私たちのような民間の団体がリアルな視点で、行政や病院、想いを抱いている方と一緒に子育て支援の仕組みを出来る事からつくっていくことはとても大切な事と思っています」と井澤さん。
地域ケア研究所の取組み等について、詳しく紹介できる機会をドコママ編集部では出来るだけ早く作りたいと思っています。

今回ご紹介した「産前産後ママの声プロジェクト」の冊子は大変好評で準備していた部数は全て無くなってしまったそうです。でも、大丈夫。サイトで自由に全ページを見ることができます。気になっている方、ぜひ右のQRコードからご覧ください。



地域ケア研究所のホームページは右 QR コードからご覧いただけます。



ドコママCLUB TSU・NA・GUぷろじえくと

「TSU・NA・GUぷろじえくと」は、①家事の効率 ②あそぶ・食べる・学ぶ ③悩み相談・解決 ④はたらく(支援) をテーマに、企業や専門家と愛媛のママ・パパたちをリアルに繋げる「ぷろじえくと」です。



愛媛トヨペット×ドコママのコラボ企画!

ママの「おクルマなんでも相談室」

疑問やお困り事募集中!!

ママたちから頂いたおクルマに関するご質問に私たち愛媛トヨペットのスタッフがご答えします。相談室では常時読者の皆さんからのご質問をお待ちしています。些細な困り事や、これどうすればいいの?といった疑問など、おクルマに関する相談事がある時はお気軽にご活用ください!

相談内容は、(info@docomama.com)(公式LINE)から編集部宛てに「おクルマ相談」のタイトルでお送りください。ドコママHPの「おクルマ相談室」から送っていただく事もできます!



愛媛トヨペット×ドコママplus TSUNAGU 子育て

あそびのじかん

Asobino Jikan

2023年11月27日開催 TSUNAGU 子育て第1回 Asobino Jikan



ママたちの座談会から Asobino Jikan開催へ!!

愛媛トヨペットの2023年「TSU・NA・GUぷろじえくと」は、愛媛のコーディネーターとして子育て世代に寄り添った取組みをさらに推進するために、子育て中のママから直接お話が聞ける座談会を第1弾として開催しました。座談会には子育て中のママたちと、当社のスタッフも加わって親子やご本人が体験してみたいことや、子育てで知りたい情報等々について様々にお話をお聞きすることが出来ました。そして、この座談会のお声を参考に誕生したのが、子育てイベント「Asobino Jikan」です。



愛媛トヨペットのショールームが親子の遊び場に変身!!

「Asobino Jikan」は、当社空港通本店の店休日にあたる月曜日を使ってショールームを会場として開催した子育てイベントです。2023年開催の「Asobino Jikan」は、お陰様で1回目、2回目共に予定組数以上にお申込みをいただくことが出来ました。2024年は、年少～小学生のお子さんもお参加出来るように、夏休み期間中での開催や託児付でゆっくりと聴講の出来るプログラムでの開催等を計画しています。どうぞ愛媛トヨペットとドコママplus 合同の子育てイベント「Asobino Jikan」へご参加ください。お待ちしております。

第3回 Asobino Jikanは 年少～年長のお子さんと小学生(低学年)のお友だちと一緒に参加できるように夏休み開催です!



第3回の詳細はコチラでお知らせします

ドコママSNSで 6/10(月)投稿/配信 紙面6/20発刊7月号に掲載

地域の皆さまと共にまちを豊かに。 愛媛トヨペット

愛媛トヨペットはお子様連れでも安心してご来店いただけるよう、県内8店舗全てにキッズスペースを完備。衛生面にも配慮した空間をご用意してお待ちしております。



Instagram やってます! ご質問があればお気軽にメッセージからお問い合わせください!



Chocolateと仲間たちが精一杯、貴方らしい美しさをお手伝いさせていただきます♡

chocolateと仲間たちが、貴方らしい美しさのお手伝いをさせていただきます。カラーやカットなど事前にご希望をお訊ねしますのでご安心ください。ヘアケアについてのアドバイスも合わせてお伝えさせていただきます。

Faceメイクは Lifeupビューティ&キャリアのメイクセラピスト「本田 純子」さん

撮影時の衣装協力、提供はトータルファッションサロンCOLOR CUBEオーナーの「あねみき」さん

ドコママHPでこのママの変身物語の様子を更に詳しく掲載中!

chocolate hair salon

松山市和泉南4丁目2-2 TEL 089-993-5990 営業/平日 10:00~19:00土日祝日 9:00~19:00 定休日/月曜・第3火曜日

Chocolate ドコママ 連携クーポン (初回限定) 貴方だけの変身物語の始まりです♡



Yuckykeyのワンポイントヘアアドバイス Q.ハイライトヘアってどんなメリットがあるんですか? A.髪が明るくなりづらいう人も全頭ブリーチよりダメージが少なく明るくすることが出来ますし、髪に陰影が付くやすスタイルアップした時の動きがでやすくなるイメージに仕上がります!

結婚10年の記念を残したい! このママ&しんぱ 今年で結婚10年目のしんぱ&このママ♡子供中心の生活になり、夫婦で大好きだったおしゃべりも全く楽しめていない日々。キレイなお洋服を着たい!結婚10年目の記念にもなればとご応募...そして...ヘアはかっこいいショートボブから丸みのあるショートボブにカットして可愛いスタイルにアレンジの色味が強かった髪色は寒色系にして細かいハイライトを入れて明るく陰影をつけました。希望のあったスカートに今年流行りのスポーティコーデを取り入れたスタイルに変身!このママの姿にパパも素敵!と驚いていました!そして実はこのママ、橋さんと幼馴染です。橋さんのことを探していたんだとか!変身物語コーナーに橋さんが写っているのを見て「これは絶対、応募しなきゃ!」と思ったのも大きな理由でした。お話を聞いた私たちスタッフも今回の偶然に驚いてしまいました。感動の再会も果たし、夫婦の思い出もまた一つ作れた素敵に変身物語となりました!



faceメイク Life up 本田 純子 撮影 studio.switch Photographer 一案 全身コーディネート・衣装提供 COLOR CUBE あねみき

担当美容師 橋由紀 デザイン参考価格

パーフェクトカラーコース カット 髪質改善カラー トリートメント

合計 ¥13,530

Chocolait ヘアサロンプレゼンツ!! studio.switch x Life up x COLOR CUBE このママの素敵に変身物語

docomama plus 公式LINE 始めたよ♡

お友だち追加してね!

ドコママからイベントやセミナー情報・お得なクーポン、特典付アンケートなどお届けします。お友だち募集中です!

Lesson Challenge docomama 特集サイト 子どもの健全な心と身体の成長

ドコママのホームページ下に表示されるバナーをクリック!

MUSIC SPORTS STUDY

子どもの健全な心と身体の成長 習いごと特集

習い事の特集サイトでは、スポーツ・ミュージック・スタディ 3つのカテゴリーに分けて紹介しているよ!


少しも我慢できない

成長が遅いだけ?

こだわり強すぎるみたい?

うちの子、だいじょーぶ!かな?

子どもの成長は一人ひとり違ってあたりまえ。でも、他の子と比べて……不安になったり、悩んだりする事もありますよね。
小さなお子さんほど、普段から気に留めておけば子どもの発達や成長に役立つことが色々ありますよ。
このコーナーのアドバイスを子育てのヒントに役立ててくださいね。



松山市山越 5-5-20 ☎ 089-910-4858
松山市古川南 1-13-2 ☎ 080-3167-5725
松山市立花 1-11-3 ☎ 070-3281-3279
お問い合わせは、お電話・LINE でお気軽に

様々な要因が絡み合う中で子どもの言葉づかいは良くなったり悪くなったりするものです。そこには親の影響や子どもを取り巻く環境が大きく関わっていると言われています。良い言葉づかいを身につけることは、社会でのコミュニケーションや人との関係構築において非常に重要です。

子どもの言葉づかいが良くなる要因として、まず、親や家庭環境が挙げられます。多くの子どもは家庭の雰囲気や親の言動を真似します。親が丁寧な言葉づかいを心がけ、子どもに理想的な言葉を教えることで、子どもの言葉づかいは良くなる傾向にあります。

また、家庭でのコミュニケーションや愛情表現が豊かな場合、子どもも自然と感情豊かな言葉づかいを身につけることができます。

教育環境も子どもの言葉づかいに影響を及ぼします。例えば学校や保育園などで教師や友人とのコミュニケーションを図ることで、適切な言葉づかいとコミュニケーションスキルを磨くことができます。本やテレビなどメディアから学ぶことも多くあります。

良質な教育環境は子どもの言葉づかいの向上に役立つのです。

その他にも子ども自身の性格や感情の表現方法が言葉づかいに影響を与えます。内向的な性格や感情をうまく表現できない子どもは、言葉でのコミュニケーションが苦手であったり、思わぬ言葉を使ってしまったり、性格や心の成長に合わせたサポートや理解が必要になります。

言葉づかいが悪くなっている場合には、その原因を見極めることが重要です。家庭や学校の環境、メディアの影響など、様々な要因が考えられますので、適切なサポートや指導を通じて、子どもの言葉づかいの改善を手助けしてあげることが大切です。



子どもの将来を見据えた大切な要素の一つです。適切な言葉づかいやコミュニケーションスキルを身につけることで、社会での成功や人間関係の構築に大きなアドバンテージになります。

親や周囲の大人が子どもの言葉づかいに注力し、適切なサポートをしていくことで、子どもの成長と発達を促してあげましょう。

わくわく広場だよ
『こどもの言葉づかい』
VOL.36

言葉づかいが良くなることは、その子の将来を見据えた大切な要素の一つです。適切な言葉づかいやコミュニケーションスキルを身につけることで、社会での成功や人間関係の構築に大きなアドバンテージになります。

親や周囲の大人が子どもの言葉づかいに注力し、適切なサポートをしていくことで、子どもの成長と発達を促してあげましょう。

子どもにとっては親や近くの大人たちが使っている言葉づかいは「正しい言葉」と認識しています。周囲から「言葉づかいが悪い」と思われていても、子どもにとっては「良い」「悪い」の判断は難しいのです。子どもを取り巻く環境の刺激の一つとして「言葉づかい」を受け入れてしまいます。将来に渡ってコミュニケーションは大切な要素です。その為にも、正しい「言葉づかい」が必要だと思っています。

言葉づかいが悪くなっている場合には、その原因を見極めることが重要です。家庭や学校の環境、メディアの影響など、様々な要因が考えられますので、適切なサポートや指導を通じて、子どもの言葉づかいの改善を手助けしてあげることが大切です。



言葉づかいが悪くなっている場合には、その原因を見極めることが重要です。家庭や学校の環境、メディアの影響など、様々な要因が考えられますので、適切なサポートや指導を通じて、子どもの言葉づかいの改善を手助けしてあげることが大切です。

言葉づかいが悪くなっている場合には、その原因を見極めることが重要です。家庭や学校の環境、メディアの影響など、様々な要因が考えられますので、適切なサポートや指導を通じて、子どもの言葉づかいの改善を手助けしてあげることが大切です。



友田 義大
歴20年の現役整体師として
地元松山の健康と笑顔に貢献
3児のパパであり、全国8店舗
展開するオーナー

KITCHEN 第3回 食の種「玉葱レシピのエトセトラ」

今回は、それぞれにタマネギの食感と味の違いを楽しめる簡単タマネギ料理を紹介します♪
タマネギは多彩に使える便利な野菜です。ここで紹介しているレシピ以外にも色々な方法でタマネギのアイデア料理を楽しみましょう♪

タマネギのゴマ酢和え

【材料(2人分)】
●タマネギ…1/2個 ●塩…少々

タマネギと一緒に：レタス、トマト、キュウリ、ワカメなどお好みで加えてみましょう。

ゴマ酢：ゴマ 大さじ2・酢 point

ゴマ酢の代わりに梅で代用を

【作り方】

- 1 タマネギをスライサーで切り、塩をふり、軽く揉んで絞る。
- 2 ①にゴマ酢を混ぜる。

タマネギもち

【材料(2人分)】
●タマネギ…2個 ●片栗粉…大さじ2 ●塩・胡椒…少々

お好みで、ハムやベーコンを加えるのもあり♪最後の味付けはお好みで、しょうゆ、マヨネーズなど

【作り方】

- 1 タマネギをスライサーでみじん切りにする。
- 2 ボウルにタマネギ、片栗粉、塩こしょうを入れて混ぜ(お好みでハムやベーコンを入れる場合はここで、ハンバーグのように形をつくる。
- 3 フライパンに油をひき②を入れて弱火で焼き、焦げ目がついたらひっくり返し両面焼けたら出来上がり。

タマネギとベーコンのグラタン風

【材料(2人分)】
●タマネギ…1個 ●ベーコン…50g ●青もの(ほうれん草、小松菜、水菜、ピーマン、枝豆) ●塩・胡椒…少々 ●サラダ油…小さじ1

具材として：コーン、カニカマ(ベーコンの代用)ソース ●卵……………2個 ●牛乳……………150ml (牛乳の1部を生クリームにしても大丈夫) ●ピザチーズあるいは粉チーズ

●耐熱容器に塗る(具材がくっつかないよう)バター、サラダ油など

【作り方】

- 1 ベーコンは1cmの幅に切る。タマネギ薄切り。青物は3cmの長さに切る。
- 2 フライパンに油を入れ①を炒める。
- 3 ②にソース(卵と牛乳を混ぜる)を混ぜ合わせる。
- 4 油を塗った耐熱容器に③を流し入れ、オーブントースターで15分焼く。

朝食を毎日食べていますか?

私達の脳は「ブドウ糖」をエネルギー源として使っています。朝起きたときに頭がボーッとしたりするのは、寝ている間にブドウ糖が使われて足りなくなってしまうからです。

脳のエネルギー源のブドウ糖を朝食でしっかり補給し、脳とからだをしっかりと目覚めさせましょう。朝食を食べないと、午前中、からだは動いても頭はボンヤリ、ということになります。

特に「ごはんやパンなどの主食は脳のエネルギー源になるブドウ糖が多く含まれているので、朝から元気に遊んだり、勉強などに集中するために、しっかりと食べましょう。朝食は1日を活動的に過ごすための大事なスイッチです。

朝食のメリット

- 体を温める：まだ眠っているからだを徐々に温めて、活動的になる。

朝食で、毎日ちゃんとスイッチをいれる!

●肥満予防：昼食までの空腹感をなくし、1日2食の食べ過ぎを防ぐ。

●脳が起きている：脳の唯一のエネルギー源のブドウ糖が、脳を目覚めさせる。

●便秘予防：腸が刺激を受けて規則正しい排便習慣が身につく。便秘予防になる。

まずは、簡単な朝食作りに挑戦してみよう!

忙しい朝は時間をかけず朝食を準備することが大切です。

ステップ1

朝食をとられていない場合、まずは乳製品と果物など食べやすい物から食べてみましょう。

ステップ2

冷凍おにぎりやパンなど簡単にとれるものを用意しておくといでしょう。次いで、ごはん、納豆、冷凍野菜などに挑戦してみましょう!

ステップ3

夕食の献立を考える時に、次の日の朝食の分まで作ってしまえば、例え入ったまじょう野菜が入ったスーパーストローネなどを作っておけば、次の日の朝食は、ごはんやパンに、温めたスープなど添えるという食事に変わります。

生活リズムを作る!

朝日を浴び、朝食をとると、体内時計がリセットされ、1日の生活リズムが整います。前日の夕食が遅くなると食欲がわきません。1日3回の食事の時間を規則的にすることで、おなかがよくリズムができて、食事がきちんととれるようになっていきます。このリズムを繰り返すことで、生活リズムが整ってきます。「早寝早起き朝ごはん」の生活リズムを習慣づけていきましょう。

●お問合せ先
松山市 こども家庭センター
すくすく支援課
TEL 08991118668
FAX 08990865688

幼児教育・保育の無償化の範囲について

幼稚園・認定こども園・認可保育所などを利用する場合、3～5歳児クラスの全ての子どもの保育料が無償になります。また、市民税非課税世帯の子どもは0～2歳児クラスも無償となります。

◇詳細は各施設にお問い合わせください。

施設などの種類 年齢や課税の条件	○認可保育所 ○認定こども園(保育所部分) ○地域型保育事業 ※企業主導型保育事業	○新制度幼稚園 ○認定こども園(幼稚園部分)		○新制度に移行していない幼稚園		○地域保育所(認可外保育施設) ○一時預かり事業 ○病児保育事業 ○ファミリー・サポート・センター事業
		教育時間	教育時間前後の預かり保育	教育時間	教育時間前後の預かり保育	
3～5歳児クラス(年少・年中・年長)	対象	対象	対象 上限月額450円	対象 上限月額25,700円	対象 上限月額450円	対象 上限月額37,000円
市民税非課税世帯の満3歳児	対象	対象	対象 上限月額450円	対象 上限月額25,700円	対象 上限月額450円	対象 上限月額42,000円
市民税課税世帯の満3歳児	対象外	対象	対象外	対象 上限月額25,700円	対象外	対象外
市民税非課税世帯の0～2歳児	対象	—	—	—	—	対象 上限月額42,000円

※企業主導型保育事業を利用の場合は「標準的な利用料」が無償です。申請などは直接、施設に行うため、詳細は利用している施設にお問い合わせください。

黄色の部分は「子育てのための施設等利用給付申請」で、認定を受ける必要があります。ピンクの部分は「教育・保育給付認定申請書等」で認定を受ける必要があります。赤枠の部分が無償化の対象となるのは、「保育の必要性の認定」がある場合です。青の部分は「支給認定申請書」で認定を受ける必要があります。

うちの子の園紹介

ピッタリさがそ★

保護者の生の声も参考に、我が子にピッタリの園を探しましょう☆



幼稚園、保育園の各園情報はドコママホームページ「愛媛のイベント情報」のバナーからご覧いただけます。各園のホームページ等より、詳しい園情報が解ります。



園特集はココから

●情報提供● 松山市子ども家庭部 保育・幼稚園課

docomama

こども写真館

お客様の写真を募集しています

- お子様のフルネーム(ふりがな) ●性別 ●生年月日
- メッセージ(20文字程度) ●件名に「子ども写真」と入力

info@docomama.com または 公式LINE まで写真を送付してください。

※デジタルカメラまたはスマホでなるべく高解像度(100KB以上)で撮影したものを送ってください。応募数が多い場合は必ずしも掲載されない場合があります。予めご了承ください。※写真をご応募の際はあまりキャラクターが写っていないものをお送りください。

姉弟やつと会えたね！
産まれてきてくれてありがとう。

むらかみ そうし 村上 颯志 くん
R5年7月12日生まれ

むらかみ みつこ 村上 実来 ちゃん
R1年5月12日生まれ

姉弟仲良し
これからも
すくすく元気に
過ごしてね♡

もりもと かえで 森本 楓 ちゃん
R4年1月29日生まれ

もりもと たいち 森本 太智 くん
R5年11月17日生まれ

毎日仲良し姉妹。
毎日幸せをありがとう♡

おおはら すい 大原 翠依 ちゃん
R5年6月6日生まれ

おおはら おと 大原 桜音 ちゃん
R2年4月17日生まれ

みんなに愛されて、
すくすく育ってね♡

おかだ れんたろう 岡田 連太郎 くん
R6年2月27日生まれ

いずれは幼稚園...そんな小さなお子さまをお持ちの保護者様に、ヨコミネ式教育法をご紹介します。

勝山幼稚園 子育て応援講演会

日時：2024年6月11日(火) 会場：勝山幼稚園
10:00開始(2時間程度を予定)

ヨコミネ式教育法でおなじみ **聴講無料** ※要予約

横峯吉文氏講演会「子どもは天才だ！」
～子どもたちが持つ生まれながらに与えられている可能性を引き出すには～
講演会後に質疑応答がございます。

講演会申し込みはこちらから▼

講演会・説明会共に二次元コードの申し込みフォームよりご予約ください。当日託児を無料で受け付けております。(事前予約が必須です) 当日会場には駐車場がございます。公共交通機関近くのコインパーキングをご利用ください。

お問い合わせ・お申し込み

学校法人勝山学園 **勝山幼稚園** tel.089-908-6111
〒790-0822 松山市高砂町1丁目5番12号

2歳児対象 プレ幼稚園(2歳児クラス) うさぎ組 説明会

2025年度対象 2022年(令和4年)4月2日～2023年(令和5年)4月1日生まれ

日時：2024年7月1日(月)
10:00開始(1時間30分程度を予定)

会場：勝山幼稚園

右に二次元コードより事前申し込み又はお電話にて参加の申し込みを行ってください。

●日程 / 毎週月～金曜日 8:30～15:00
(園の行事により8:30～11:30となる場合があります)

●登園日に預かり保育があります。
早朝 7:30～8:30 / 保育時間後 15:00～18:30

※「うさぎ組(2歳児クラス)」に入園されたお子さまは、次年度「年少組(3歳児クラス)」に進級できます。また、3歳の誕生日の前日から保育料(25,500円)の無償化が始まります。

ヨコミネ式教育法導入園 勝山幼稚園のご紹介

開園以来約70年の歴史の中で積み上げてきた「一人ひとりを大切に、一人ひとりと丁寧に向き合い、大切な根っこを養う」という保育理念を基本としながら、2008年からヨコミネ式教育法を取り入れています。



赤ちゃんも体が凝っていることを？知っていましたか...



ノビアス整骨院グループ院長 宮崎 和博

赤ちゃん整体について聞いてみました

赤ちゃん整体という言葉に聞き覚えがあって気になっていた方、初めて聞いたという方、貴方はどちらですか？女性が抱える様々な不調に伝えてくれることでもよく知られているノビアス整骨院が、四国で初めてかもしれない赤ちゃん整体に本格的に取り組んでいるとの情報を耳にして、ドコママ編集部では早速、お話を聞かせていただくことにしました。



凝っていることが原因かもしれません

- ①向き癖がある
- ②いつも同じ向きで寝ている
- ③股関節が硬い
- ④体を突っ張って抱っこしにくい
- ⑤背バイが強い
- ⑥夜泣きが激しい(寝つきも悪い)

そのうち良くなると放置していると不具合に繋がっていく場合もあります。

実は赤ちゃんの体も様々な原因によって緊張が抜けない(凝っている)ことから引き起こされていることが色々あるのです。

向き癖で頭が歪む!?

向き癖は頭の歪みの原因にもなります。乳幼児期だと調整もしやすくなるので、この時期に改善しておくのが良いと思います。その他の原因についても同様に、赤ちゃん整体によって改善が図られます。また、赤ちゃん整体では強い圧や刺激を与えるのは絶対NGです。撫でる程度の優しい圧で調整していきます。



正しい頭の形は楕円です

性別、成長過程、生活背景によって赤ちゃんにかかっている負担は千差万別です。ひとつひとつ原因をちゃんと探ってマニュアルに縛られたりしない施術を施す必要があります。

赤ちゃんが健やかだとママも健やか

赤ちゃんを整えてあげることで過度な育児の負担を軽減させる事ができると思います。まだ喋れない赤ちゃんは泣いたり、イヤイヤしたりすることで不快感を表しています。その原因に赤ちゃんの体の凝りが関係している場合がある事も知っていて欲しいと思います。そして、しっかりと赤ちゃん整体の施術について技術と知識の研鑽を積み重ねている所で施術を受けてください。当然の事ですがそこかしこで安易に施術を受けることのないようお願いします。



取材先 / ノビアス松山整骨院
松山市竹原3丁目20-11 tel:089-993-7298

ノビアス整骨院グループ
ホームページ▶



3 児守神社に進む



3 児守神社に進む

2 手水舎(てみずしや)又はちようずしや



2 手水舎(てみずしや)又はちようずしや
神様にお会いする前に手や口を清めます。「みそぎ」を行う。ひしゃくが在るときは、ひしゃくで左手、右手の順に清めたのち、水を左手に受けて口をすぎ流し、ひしゃくに残った水で左手を清めます。流水式の場合は、直接流水で、左手、右手の順に清めてから、左手に水を受けて口をすぎます。

1 一礼(神社の敷地に入る前に)

1 一礼(神社の敷地に入る前に)
敷地内に入る前に、一礼します。入る時は、参道の中央は神様が通る道(正中)なので、左右どちらかを通りましょう。

4 受付



4 受付
用紙に必要事項(妊婦名・現住所・生年月日・出産予定日)を記入し、腹帯と初穂料(玉串料)を渡す。呼ばれたら殿内へ。

5 腹帯のお祓(安産祈願)



5 腹帯のお祓(安産祈願)

祝詞奏上(のりとそうじょう)



修祓(しゆばつ)



開式太鼓



腹帯のお祓 安産祈願 戌の日

赤ちゃんは神様から「授かる」と言いますね。神様からの恵みである赤ちゃんとママの健康と無事を願って行うのが腹帯祓(安産祈願)です。子だくさんでお産の軽い犬にあやかって、妊娠5カ月目の戌の日にお祓いを受けた腹帯を着けます。ママがお参りできない場合は代理の方(赤ちゃんの祖父母など)が受けられても大丈夫です。伊豫豆比古命神社(櫛神社)にある、児守神社で体験しました。
協力/伊豫豆比古命神社



城戸岡 宏之さん・斐さん・夕奈ちゃん

- ① 名前を呼ばれたら立って玉串を受け取る
- ② 前に進み軽くお辞儀をする
- ③ 玉串を立ててそのままお祈りをする(心中祈念)
- ④ 玉串を時計回りに回し根元をご神前に向けお供えする
- ⑤ 二拝(二礼)
- ⑥ 二拍手
- ⑦ 手のひらを合わせて右手を少し下げた状態で、大きな音が鳴るように手を2回たたく。
- ⑧ 一拝(一礼)
- ⑧ 軽くお辞儀をして着席

- 玉串拝礼(たまぐしはいれい)
守札(しゆざつ) 腹帯をご神前から下げる
金幣拝戴(きんぺいはいたい)



児守神社(伊豫豆比古命神社)の腹帯祓

令和6年 戌の日

5月 10日(金)・22日(水)
6月 3日(月)・15日(土)・27日(木)
7月 9日(火)・21日(日)
8月 2日(金)・14日(水)・26日(月)
9月 7日(土)・19日(木)
10月 1日(火)・13日(日)・25日(金)

●準備物/腹帯(形状・色不問、複数枚可) 初穂料(玉串料)安産祈願は1万円

●日 時/毎月戌の日※予約不要、所要時間は20分程度 祈願祭は10時と14時に斎行

お問い合わせ/松山市居相2丁目2-1 ☎089-956-0321 櫛神社のホームページはコチラから▲



ちがうところはどこかな? 6月編

2つのえのちがうところ5つにまるをつけてみよう!

▲ドコモの公式ホームページ内 TSU・NA・GU クーポン画面クリックでクーポンページ開きます。

お得なドコママクーポン!!

クーポン掲載店名紹介

- food**
 - ・banabee ・cafe grato
 - ・レストラン カフェhaco
 - ・Cafe 子やぎのさんぽ
- amusement**
 - ・虹の森公園まつ「おさかな館」
 - ・KISUKE/KIT PLAY
- beauty・rental**
 - ・chocolate hairsalon
 - ・natural&medical KIRA
 - ・パーソナルカラー/骨格/顔タイプ診断サロン COLOR CUBE
- health**
 - ・健康サポート めくめく
 - ・美容ハリ×小顔矯正サロン HARI HARI

各掲載店のお得なクーポン内容は画面を開いて確認してね♥

子育てママが選ぶ
TU・NA・GU クーポン情報
docomama coupon

右のQRコードから直接クーポンページが開きます。

◎ 次回の発行は令和6年6月20日。お楽しみに！

企画制作/サンサンファミリー株式会社

〒790-0924 松山市南久米町549-1 EAST II F ● 電話089-906-6055 ● https://www.docomama.com

Eggs'n Things エッグスンシングス × docomama plus Colabo

子育てママの応援イベント開催のお知らせ

エッグスンシングスは、ドコママさんと一緒に子育てママの推し活応援はじめます♡

押しカラーで 水引ブローチ を作ろう

押しがなくても大丈夫！あなたの好きな色でブローチを作ろう！

講師の先生も押し活にワクワク中。押し活の話しながらブローチを作りましょう！

みんなで押しカラーの水引ブローチと押しカラーのドリンクで映え写真も撮っちゃおう！

一緒に楽しい時間を過ごしましょう！



水引アクセサリーミズフルール 講師/武智 博子

参加者募集 託児付♪

開催日時 6/4(火)

AM10:15~AM11:45

(受付開始 AM10:00~)

■会場: Eggs'n Things エミフルMASAKI店

●募集数: 10名 (応募多数の場合は抽選となります)

●参加費: 1,500円 (材料費+押しカラーのドリンク代)

★託児には条件があります。詳しくは予約フォームに記載しておりますのでご一読後いただきお申込みをお願いします。

★託児はエミフル MASAKI 施設内会議室を利用して託児スタッフがいきます。

ご応募方法

ドコママ公式LINEに「押し活」とメッセージを送ってね！お友だち登録がまだの方は、お友だち登録後、「押し活」とメッセージをお送りください。LINEに予約フォームが送られます。応募者多数の場合は抽選となります。予めご了承ください。

【応募締め切り】5月28日(火)まで

当選案内は5月30日以降お知らせします。



LINE

Eggs'n Things エミフル MASAKI 店 TEL/089-989-8855

営業時間/9:00~22:00(L.O. 21:00) 定休日/施設休館日に準ずる

読者プレゼント

申し込み締め切り/R6年6月15日(土)まで

1名様



写真のお菓子は撮影時の見本です。駄菓子の種類は届いた時のお楽しみとなります。

デイサービスの真心庵に併設された「駄菓子屋 蛭」は普段から子ども達の元気な声と笑顔に溢れたお店です。その蛭よりがっちり駄菓子を詰めたお菓子袋を1名様にプレゼント！ママ、パパも思わずニコリちゃう懐かしさ満点のセットです。

A 駄菓子がいっぱい詰合せセット

ひがし野グループホームページ▲

提供/ひがし野グループ「駄菓子屋 蛭」

5名様



200mlで飲みきりサイズ・キャップ付きに4月からリニューアル！1〜3歳のお子さまに特に大切で不足しがちな鉄・ビタミンC・ビタミンDについて、1日に必要な量の100%が400mlで摂取できます(※1)。国内唯一の液体タイプのフォローアップミルクで、育児負担の軽減に貢献します。

※1「日本人の食事摂取基準(2020年版)」の推奨量・目安量(12〜36カ月)に対する割合(1日)「明治ステップ」を400ml飲用したとき

B 明治ステップ らくらくミルク 200ml×6缶

ホームページはコチラから▲

提供/四国明治株式会社
Tel: 089-960-6660

3名様



愛媛県最大級の広さと5種類の岩盤浴を備え、リラックスして過ごせる癒しの空間「岩盤浴 喜助の蒸(じょう)」。その温泉入浴 & 岩盤浴両方利用が出来る招待券を3名様にプレゼント！レンタルタオルセットに平日利用には特典も付いています。

C 温泉入浴&岩盤浴ギフト券

ホームページはコチラから▲

提供/喜助の湯
Tel: 089-998-3300

プレゼント応募方法

ドコママ公式LINEに「ケロケロ」とメッセージを送ってください。お友だち登録がまだの方は、お友だち登録後、「ケロケロ」とメッセージをお送りください。折り返し6月号の読プレ申し込みフォームがLINEに届きます。必要事項をご記入の上お申し込みください。皆さまのご応募お待ちしております。



※応募の際、ご記入いただいた氏名・メールアドレスなどの個人情報、本誌企画の参考やDMなどの送付のみ利用させていただきます。



障がい者の方々のために配慮をしながら働く訓練をする場所として運営しています。

営業/火~土(日・月休み)
11:00~15:00

☎089-907-4700

松山市東野4丁目12-10

お子様連れで気軽に来れるCafeです。人気のお子様ランチや13:00までモーニングセットも食べられます。その他メニューやスイーツもあります。

お得なお断(はなし)

竹のお茶屋でお食事された方の人数だけ駄菓子屋「蛭」のくじ引き券をプレゼント!!(期間:R6年7月未定)



ドコママの読者プレゼントで駄菓子屋セットを提供しています。読プレコーナーもご覧ください。

営業/月~土(日休み)
10:00~17:00

来店時には、ドコママ6月号ご持参かドコママ見たよとスタッフに言ってくれニヤン!



docomama park

- event イベント情報
- campaign キャンペーン情報
- members 会員募集
- participants 参加募集

participants

勝山幼稚園 子育て応援講演会開催♪

勝山幼稚園では、ヨコミネ式教育法でおなじみの横峯吉文氏による講演会を6月11日(火)開催します。

【演題】「子どもは天才だー」子どもたちが持つ生まれながらに与えられている可能性を引き出すには、

日時/6月11日(火)10時開始2時間程度を予定

場所/勝山幼稚園

聴講無料※要予約

※詳しくは今月号掲載の勝山幼稚園でご確認ください。

【お問合せ】

学校法人勝山学園 勝山幼稚園
☎089-908-6111まで



エッグスンシングスエミフルMASAKI店では、今年1月に開催した「子育てママたちのブレック座談会」から「押し活」イベントを採用。6月4日(火)に開催します。今回の「押し活」は、ご自身の押しカラーで水引ブローチ作り & 押しカラーのドリンクで映え写真撮影♪です。特別に押しがなくても大丈夫!!あなたの好きな色でブローチ作りをワイワイ楽しめますよ。

※詳しくは今月号掲載のエッグスンシングスエミフルMASAKI店

【お問合せ】ドコママ編集部
☎089-909-9855まで

神戸からお届け 生ふりかけ金賞3連続受賞メーカー

新商品「カルシウムいかに昆布」



1袋(80g)

カルシウムいかに昆布

カルシウムいかに昆布 (税込) 500円

お申込締切日 **1週間** 本日より

5袋以上で **送料無料** 7袋以上で **やわらか甘酢いりこ一袋進呈**

※同一送付場所限定 ※メール便に限る

●お申込はお電話で ●受付/9:00~17:00(平日)

050-1868-8322

お申込番号 IC17

澤田食品(株)

〒651-2271兵庫県神戸市西区高塚台5-4-15

1袋あたり **カルシウム 3,160mg 配合**

全量 **ふりかけグランプリ** 2015年 3年連続金賞

※写真はイメージです。※金賞を受賞した「いかに昆布」をアレンジした新商品です。