

ドコママプラス **1** 2025 January vol.212

docomama plus

今年の冬は
イルミネーションを楽しもう!

幼稚園園長
INTERVIEW.vol15

ママさん素敵に変身物語4.vol10
りょうこママの素敵に
変身物語

愛媛トヨペットスタッフおすすめ
子どもから大人まで楽しめる
冬の遊び場紹介

読者
プレゼント
あり

撮影/Studio Switch. 一葉(chigaku)

ドコモ三会員募集
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 一般社団法人愛学舎 ☎ 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♪ おさんぽルポ

vol.148 Biscuit ameiro
(ビスキュイ アメイロ)

2021年に 移店OPENした焼き菓子
専門店 **Biscuit ameiro**。
愛媛大学医学部附属病院の近く
おしゃれなお店を構えています。
「わあ可愛い!」と思わず声が出てしまう
クッキーや人気のスコーン♡
どれも食べたくなってしまいます。

東温市志津川106
090-1461-6155 火曜休

クラウンケーキ
バターロール
生クリーム
ラム酒モ香る
クッキー

北海道産
バター
使用

チョコレート
スコーン
ベルギー産
チョコの
奥深い香り。
チョコ好き
なほど
最高

新宮抹茶
¥380

ベルギーチョコ
¥380

シヨクラ
ココロ
¥890

大気味
スコーン♡
ほいと
おいしい!

メイプル
ココロ
¥890

シヨクラ
クッキー

可愛!
シヨクラ

お菓子
こだわりの
テイスト!

Ameyroの店名の由来は、皮革製品や
家具などが時を経て美しい食色に
なっていくことから。日常の中で人々の
暮らしに寄り添い、一緒に変化していく
お菓子屋さんでありたいとの願いを
込めてです。味はもちろん、**「思わず」プレゼント
したくなる ameiroの
お菓子♡ステキです!**

ポレン
スコーン
¥280

まわり
4つ折。
中っぴり。
バター
のいい
香りです!

¥340

チョコレート
スコーン
¥340

ベルギー産
チョコの
奥深い香り。
チョコ好き
なほど
最高

クッキー
¥380

ベルギーチョコ
¥380

シヨクラ
ココロ
¥890

大気味
スコーン♡
ほいと
おいしい!

メイプル
ココロ
¥890

シヨクラ
クッキー

可愛!
シヨクラ

お菓子
こだわりの
テイスト!

クッキー
¥380

ベルギーチョコ
¥380

シヨクラ
ココロ
¥890

大気味
スコーン♡
ほいと
おいしい!

メイプル
ココロ
¥890

シヨクラ
クッキー

可愛!
シヨクラ

お菓子
こだわりの
テイスト!

クッキー
¥380

ベルギーチョコ
¥380

シヨクラ
ココロ
¥890

大気味
スコーン♡
ほいと
おいしい!

メイプル
ココロ
¥890

シヨクラ
クッキー

可愛!
シヨクラ

お菓子
こだわりの
テイスト!

お子さんと一緒にママ、パパも体験してみよう!!

AIを活用した
話題の
DigSports

AIが自分に向いているスポーツを提案してくれることで話題のDigSports
(ディグスポーツ)は、愛媛県が実施しているスポーツ機会提供事業イベン
トで、2025年3月までいろんな施設で体験できます。

開催予定日
※R6年11月末現在の情報です。

- 2024年12月26日(木)
愛媛県武道館副道場
10:00~16:00
- 2025年1月5日(日)
愛媛県歴史文化博物館
10:00~16:00

※予約制先着順・当日空き
がある場合は当日参加で
きます

★☆☆開催予定日はイベント
公式サイトで随時更新され
ていますので、ご確認のう
えご参加ください★☆☆

実施期間
2024年
7月 → 2025年
3月

開催場所
愛媛県武道館、
県内商業施設等

所要時間
約8分

参加
無料

DigSportsはAIを活用して、運動能力を測定し、1人ひとりの長所に応じて、
どのスポーツに向いているのかを提案するシステムです。※身長が100cm未満の方は参加できません。

測定項目

- はんぷくよことび
左右の動きから横の
俊敏性をはかります
- たちはぼとび
前方のジャンプから体の
バネの力を計ります
- すいちよとび
ジャンプ力から上方への
推進力を計ります
- 50m走
もも上げから短距離の
推進力を計ります
- ボール投げ
フォーム・球速から上体
のパワーを計ります

測定結果から「体格」「パワー」「敏捷性」「器用さ」の4つの要素を分析して、
AIがその人の特徴に合わせた「向いているスポーツ」を提案してくれます。

商業施設では
シセイカルテ体験会
も同時開催

所要時間 約5分

#えひめディグスポーツ
SNSでえひめのスポーツに関する情報が見れます♪

イベント公式サイト
体験会の
開催スケジュールや
お申し込みはこちら

【主催者】愛媛県 【お問い合わせ先】株式会社イーエーシー (受託会社) tel 089-911-1720 (受付時間 平日 9:00~17:00)

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質問に私たち愛媛トヨペットのスタッフがお答えします。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相談ください!

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。

相談室はこちらから

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。



店舗情報はこちら

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!

EHIMETOYOPET



(担当: にしやま・ふなもと)

いよいよ冬も本番ですね 松山中心部から車で約1時間!

子どもから大人まで楽しめる『久万スキーランド』の**推しポイント**を私船本をご紹介します!



推しポイント①
ママ、パパもお子さんと一緒に遊べる!

そり遊びや雪遊びができる専用の「ちびっ子ゲレンデ」があるので、お子さんと一緒にでも安心です。市内では経験をさせてあげられない冬ならではの遊びを、思いっきり楽しみましょう!



久万スキーランドは冬の遊び場としてお子さんと一緒にお出掛けするのにとてもおすすめの施設です! 昨年スノーボードデビューをした私も、今年のシーズンに滑りに行くのを楽しみにしています (=^_^=)

推しポイント②
初めてでも大丈夫!

ウェアや道具を持ってなくても大丈夫。セットでレンタルできるのでお子さんもママ・パパも手ぶらでスキー・スノーボードが楽しめます。ジュニアスキー教室や、スノーボードスクールもあるので、お子さまや初心者はもちろん、それぞれのレベルに合った講習を受けることも出来ますよ。



推しポイント③
お子さん連れでも居心地の良い充実の施設!

300席あるスキーセンターの大型レストランは休憩にも利用できます。キッズスペースもあり、トイレにはオムツ替え用のベッドも設置され、とても居心地の良い施設です。お食事のメニューも充実していて、お子様ランチは大人気です!



2024-2025シーズンのオープンは**12月6日(金) 予定!**

営業期間: 2024年12月6日(金)~2025年3月16日(日)
営業時間: 全日9:00~22:00(ゲレンデ整備のためリフト停止16:45~18:00)

ナイター休業: 12月6日~19日・12月31日・1月1日・3月16日
※今回紹介している情報は2024.11.25現在のものです。詳細は久万スキーランドのHPでご確認ください。



HPはこちら

冬場は道路や駐車場に積雪・凍結の恐れがあるので、念のために冬用タイヤの装着・タイヤチェーンの準備が必要になります。冬場の運転に不安なママ、パパには下の駐車場(国道スキー場入口)から送迎バスが出ているので、安心してお出掛けできるのも嬉しいポイントです!



子どもから大人まで楽しめる
冬の遊び場紹介



Chocolateと仲間たちで一杯、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知らせしますので安心ください。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(みねみき)さん



faceメイク
Lifeup 本田 純子
撮影
studio switch,
Photographer 一葉
全身コーディネート・衣装提供
COLOR CUBE みねみき



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

ドコママHPでふみママの变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
※電話受付・入店ご案内は営業開始10分前となります。

Chocolate ドコママ 連携クーポン (初回限定)

みねさんのおしゃべりほれいなし
Q. 大人っぽい雰囲気が出るオスメのアイテムを教えてください!

A. 大人っぽさがあり、今季トレンドでもある「ファー」がオスメリスカートと合わせるとキレイめに、デニムと合わせるとカジュアルにもなります! いろいろなお店にいらんでいるのでぜひチャレンジしてみてくださいね!

お洋服は、いつもだと動きやすいカジュアルな服ばかりになってしまつたので、今回は時間をかけて、大人キレイに挑戦しました! 普段履かないスカートや、使ったことのない色のメイクと、新しい発見の連続で背筋がピンと伸びたこと。これからもチャレンジを続けるりようママのお手伝いできた变身物語です!

挑戦タイスキーのりうママ! 笑顔が素敵な元氣なりうママは、4歳、14歳のお子さんに、なんと3歳のお子さんがおられるとのこと。年の離れた子育てに大忙しの日々ですが、直近では大好きなバイクの中型免許を取つたり、新しいことに挑戦タイスキーママです! そして今回、子もまた新しいイヤーン!と褒められたりした! 变身物語への参加となりました! ヘアスタイルは自分らしく似合う髪型を見つけたらいいな! ということで、少し長めのショートボブに!



チョコレートヘアサロンプレゼンツ!!
studio switch x Life up x COLOR CUBE
りようママの素敵に变身物語

防災一口MEMO.5 防災目線で年末の大掃除してみませんか?

今年も残すところあとわずか。少しでも掃除しなきゃ...と思っている方も多いのではないのでしょうか?(私もそんな一人です。)

「防災」と「掃除(片付け)」、関係あるの?と思う方もいるかもしれませんが、日頃から床にモノを置かない・整理整頓しておくことで、いざという時に逃げられる導線を作ることが出来ます。怪我の防止に繋がります。

また、胸から高い場所にあるモノは飛んでくる可能性があるため、モノが落下しないインテリアにする。家具やテレビなどが倒れないように固定がまだできていない場所があれば見直し&固定をしておきましょう。

家具が転倒することでドアが開かなくなったり、避難経路が塞がってしまうこともあるので家具の配置の見直しも忘れずに。

一石二鳥の大掃除しながらできる防災対策。今年は安全かどうか?も大掃除の目線に取り入れてみてくださいね。



防災士 こまめハウス+ 石井けいこ

Studio Switch.

大切な記念日も、

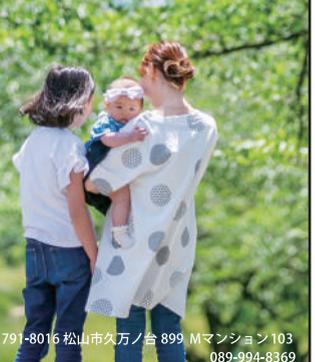
何気ない日常も、

特別な時間に。



マタニティ・ニューボーン・七五三・入学・成人式
プライダル・ペット・プロフィール・HP用 各種撮影承ります。

791-8016 松山市久万/台 899 Mマンション103
089-994-8369



幼稚園園長 INTERVIEW/VOL.5

幼保連携型認定こども園 さくら幼稚園

ドコママの誌面特集園選びでお世話になっている幼稚園の園長にドコママ編集部がインタビュー。
第5回目は幼保連携型認定こども園さくら幼稚園の堀 司園長を訪ねてきました。



幼保連携型認定こども園
さくら幼稚園 堀 司 園長

目には見えないからこそ心の成長を大切にしています — さくら幼稚園として大切にしている事は何か？ —

さくら幼稚園では当たり前のように優しくしたり、人に迷惑をかけたりしない、思いやりのある子になってほしいと願っています。そうした心の優しさを備えるために重要なのは、競争意識を煽ることではなく、人として優しい人格形成のもとになるような環境を整えてあげることだと思います。そうすれば人として心が成長します。この目には見えない心の成長というものを培っていくのに役立つことはなにかといえ、私は五感を使う体験をいっぱいすることだと思っています。その一つとして園では子どもたちにお茶会を体験してもらっています。なぜお茶会を体験してもらっているかと言うと、一つには茶道の色々な作法は人への思いやりやおもてなしからできているという事にあります。そしてお茶会を体験する中で子どもたちは、お茶の色を目で見て、鼻で匂って、舌で味わうことを自然に行います。

また、当園は石手川河川敷の木々が繁茂する神社ということもあって、茶会の間に鳥のさえずりや木々のざわめく音、時にはエアコンの風を聞くことさえできる静かな環境が整っています。目、鼻、舌、耳、それら五感を使った体験がお茶会という空間がより一層の後押しをしてくれます。そして五感を使った体験はいつまでも深く心に刻み込まれます。そのことを、卒園した園児がママになり、我が子を当園に通わせるようになった時に必ず「今もお茶会は続けていますか？」と尋ねられる時に実感します。だからこその園では感受性が育つ幼少期に、五感を使う経験をたくさんさせてあげたいと思っています。

それと、どんどん便利で身近になった SNS の使い過ぎは心の成長を妨げる要因になると思います。なぜなら SNS の視覚情報は解りやすいのですが、検索したデータでは本物が持つ匂いや大きさ、生命力などが伝わりにくくなります。目で見てだけで、命の大切さを感じ取って欲しいと伝えるのは難があります。やはり命あるものは五感全部で受け止めることが大切です。

また、すぐに検索できる SNS の機能は、大事な情報が自分の頭の引き出しに入りにくいという欠点があります。暗記すれば良い点数を取ることができますが、それは頭の中の図書館に本が並ぶだけで、情報の使い方は解っていないような気がします。100冊の本が頭の中に詰め込まれている子よりも、1冊だけでもいいからポロポロになるくらい読みこんで、何かあった時にはそのどこを開けば解決方法に繋がるな...と気が付く、そうした情報の使い方をわかっていくことが、身についた学力だと思っています。覚えることは大切ですが、それをどう使うかはもっと大切です。

いずれにしても視覚のみで得られる刺激に慣れてしまわないように、子どもたちには五感をいっぱい使って、様々な遊びの中で試行錯誤をしながら、事物(じぶつ)や物事には、融通を利かせる必要がある事を覚えて欲しいと思います。それが生きていく強い力と心を身につける萌芽となります。子どもたちには目に見えるものばかりに追われて、本当に大切なものを見失って大きくなってほしくないと思っています。

— 園長から保護者の方へ伝えたい事などお願いします。
昔に比べると、親子と一緒に過ごす時間が少なくなったように感じています。それでも幼稚園児の時は保護者もあれこれと子どもに関わることが随分と増えてきます。それだけに優しい言葉を掛けてあげることが大切ですが、ただ言葉を掛けるだけではなく、お子さんに触れたり、抱きついたり、お子さんがめくもりを感じ取る伝え方を大事にしてください。幼稚園児になると言葉の意味も理解できるようで、親御さんとの触れ合いを積極的に求めています。

あと、子どもと時間をつくることを理由に大人の生活リズムに付き合わせないようにしてください。夜に子どもが早く寝ないといけないうのは、寝ている時間に身体も成長しているからです。と、言われても日常は目の前のことではいっぱいになりがちです。実践をするにしても気持ちに余裕ができればいいと難しいかもしれません。それでも普段から意識して、出来る限り実践してもらえたら嬉しいですね。

幼保連携型 認定こども園
さくら幼稚園
“たくさんの個性”に出逢える
“めくもり”のある認定こども園
遊びの中から「静と動」の保育を取り入れ
社会規律の基礎を身に着ける



名称 / 学校法人多賀学園 幼保連携型
認定こども園 さくら幼稚園
住所 / 愛媛県松山市新立町4-23
TEL / 089-933-2241
開園 / 昭和29年2月
定員 / 135名(保育園含む)
保育時間 / 幼稚園 8:00~14:00
(あずかり保育18:30迄)
保育園 7:30~18:30
休園日 / 幼稚園:土・日・祝・年末年始
保育園:日・祝・年末年始
制服 / あり
見学 / 随時対応可(事前連絡にて)
送迎バス / あり
送迎用駐車場 / 約9台可
詳しくはHPをご覧ください▶

インタビュー雑記

さくら幼稚園は“あい幼稚園”や“ロザリオ幼稚園”と園の垣根を越えて交流をしいる希少な園です。あい幼稚園とは年に4回、ロザリオ幼稚園は年に3回の交流を行っているそうです。同じ園でも校区が違うことでお友達と一緒に小学校に通えなくなるがありますが、立地の近い園だと交流で出会った子と同じ小学校に通えるといった、嬉しい出会いもあるようです。また、幼稚園によって違う幼児教育のアプローチを知ることで、お互いを尊重し合うこともできるそうです。



KITCHEN 食の種「簡単おせちの一品料理」

今回のレシピはお正月に因んで、はんぺんを使った縁起物の「松風焼き」と、さつまいもを使って手軽にできる「栗さんどん」を紹介します。どちらもお子さんと一緒に簡単に手早く作れ、野菜の栄養も摂れるおせち料理のアレンジレシピにしています。一緒に作って、食べる楽しさや食材に興味を引く機会の食育としても利用してくださいね。

レシピ監修/松山短期大学教授「垣原 登志子」

はんぺんで作る松風焼き

すりおろした山芋に魚のすり身を加えて茹でたものが「はんぺん」です。はんぺんの原料は、スケソウダラやサメなどの魚肉で、はんぺんにはタンパク質が9.9g/100g含まれています。(卵の1.5倍)その他に、ナトリウム・リン・カリウム・鉄・ビタミンB12・ビタミンE・ナイアシン・葉酸・パントテン酸などの栄養成分が含まれています。

材料(4-5人分)
●はんぺん 2枚
●豆腐(絹ごし) 100g
●乾燥野菜 大さじ3
●醤油 小さじ1
●油
トッピング
●白ゴマ 適量
●青のり 適量

作り方
1 豆腐は水切り*1をする。
2 はんぺんと豆腐、乾燥野菜をボールに入れてよく混ぜ、10分くらい置いておく。
3 玉子焼き器に油を薄く塗り、その上に②を四角く広げ両面を焼く。
4 表面に青のり、ごまをふる。松竹梅のクッキー型で切り抜いたり、包丁でひし形に切ってもよい。

*1豆腐の水切り:
○ボウルなどの水受けの上に置いたざるに、豆腐をあけてそのままおく(10分)
○キッチンペーパーにくるみ、電子レンジ(600w)で1分加熱

栗さんどん

材料(2人分)
●さつまいも 300g
●栗の甘露煮 8粒
(A) オレンジジュース 200ml
○水 200ml
(B) 栗の甘露煮シロップ 80ml
○塩 1つまみ

作り方
1 さつまいもは5cm幅に切り、厚く皮をむく。水に20分程さらし、ザルに上げる。
2 大きめの耐熱ボウルに①、(A)を入れて、ふんわりとラップをかけ、さつまいもがやわらかくなるまで600Wの電子レンジで5分程加熱。一度取り出して600Wの電子レンジでさらに5分程加熱。
3 温かいうちにフォークでつぶし、(B)を入れて混ぜる。
4 ラップをせずに汁気が飛ばすまで600Wの電子レンジで3分程加熱。
5 ④を丸め、上に栗をのせる。

予防が大切!子どもの不慮の事故を防ごう!

子どもは発達するにつれて、周囲のものに興味を示しますが、何が危険なのかはわかりません。安全だと思っている家庭内にも、思わぬ危険が潜んでいます。普段から意識して事故を防ぎましょう。

月 齢	子どもの発達	起こりやすい事故
0~3ヵ月 ねんねの頃	手足をバタバタさせ、近くにある布団やよだれかけが顔にかかることがあります。上手に払いのけることができません。寝返り前でも移動することがあり、ベッドやソファから転落することがあります。	●窒息 ●転落
4~7ヵ月 寝返りの頃	興味のある物を手でつかみ、何でも口に入れて飲み込む危険があります。また、寝返りができるようになり、ベッドやソファから転落してしまうこともあります。	●転落 ●誤飲、窒息 ●やけど
8~10ヵ月 はいはいの頃	行動範囲が広がり、階段からの転落や机の上の熱い飲み物がこぼれてやけどをする危険があります。	●転倒転落 ●誤飲、窒息 ●やけど
11~12ヵ月 つかまり立ち、つらい歩きの頃	行動範囲が広がりますが、歩行が不安定なのでバランスを失って転びやすい時期です。浴室での事故や転倒の危険が高くなります。	●転倒転落 ●切り傷、打撲 ●誤飲 ●溺水 ●やけど
1~2歳 活発に動き回る時期	ひとり歩きができるようになり、活発に動けるようになる時期です。好奇心がさらに育つ一方、怖いもの知らずで、じっとしているのが苦手で注意力が未熟です。そのため、興味のあるものを見つくと、突然飛び出したりします。	●転倒転落 ●切り傷、打撲 ●やけど ●溺水
3歳~ 動きが安定してくる時期	バランス感覚が育ってくる時期です。チャレンジ精神が旺盛になり、高い所から飛び降りたり、よじ登ったりするようになります。	●転落 ●切り傷、打撲 ●やけど ●溺水

家の中の危険対策チェックをしてみましょう

起こりやすい事故	対策
窒息	□できるだけベビーベッドに寝かせ、敷布団やマットレス等の寝具は硬めのものを使用する。 □寝ている子どもの顔の近くに口や鼻を覆うような物は置かないようにする。
誤飲	□子どもの手が届くところに誤飲の危険性がある物は置かないようにする。(たばこ、ボタン電池、硬貨、その他小さな部品など)
溺水	□入浴する時は子どもから目を離さないようにする。 □入浴後は浴槽の水を抜き、子どもが浴室に入れないよう、浴室には外鍵をかける。
転倒、転落	□ベビーベッドを使用する時は、常に柵を上げて使用する。 □階段には転落防止用の柵を付け、閉め忘れのないようにする。 □窓の近くにベッドやソファなど踏み台になるものは置かないようにする。

△もし、事故が起こったら...
子どもの状態に応じて日中はかかりつけ医に相談しましょう。夜間休日は#8000(子ども医療電話相談)や救急医療機関等へ電話をして指示を仰ぎましょう。いざという時に慌てず対応できるよう事前に対処法を確認しておきましょう。

△たばこや灯油、洗剤などの有害な物質を飲んだ場合...
大阪中毒110番 (365日24時間対応) TEL 072-727-2499
つくば中毒110番 (365日24時間対応) TEL 029-852-9999
たばこ誤飲事故専用電話 (365日24時間対応 自動音声応答による情報提供) TEL 072-726-9922

お問合せ先 松山市子ども家庭センター すくすく支援課 TEL 089-911-1821

今年の冬はイルミネーションを楽しもう！

愛媛県内

おすすめの場所 8選



エミフルMASAKI イルミネーション



開催期間

2024年11月26日(火)
～2025年2月16日(日)
※ピクツリーやクリスマスキャッスルは
12月25日(水)まで

ライトアップ時間

日没～22:00(場所により消灯時間が異なります)

開催場所 エミフルMASAKI

・住所/愛媛県伊予郡松前町筒井850
・お問い合わせ/089-984-2111

料金 無料

フェスタ・ルーチェ in えひめこどもの城



開催期間

2024年11月16日(土)
～2025年1月26日(日)
※休館日・点灯日はHPで要確認

ライトアップ時間

17:30～21:30(21:00まで入場可能)

開催場所 えひめこどもの城

・住所/松山市西野町乙108-1
・お問い合わせ/フェスタ・ルーチェ in
えひめこどもの城実行委員会(セーラー
広告株式会社愛媛本社内):089-946-8611

料金 大人 当日1,500円 前売り1,300円
こども 当日800円 前売り600円
※前売りはみきゃんアプリのみ販売で12/20まで

タオル美術館 ウィンターイルミネーション



開催期間

2024年11月2日(土)
～2025年1月31日(金)
※2024年12月31日(火)、2025年1月
1日(祝)・16日(木)・28日(火)は点灯、
プロジェクションマッピング上映ともに休み

ライトアップ時間

17:30～21:00 最終入場20:30

開催場所 タオル美術館

・住所/今治市朝倉上甲2930
・お問い合わせ/0898-56-1515

料金 大人800円 中高生600円
小学生400円

参加型アート作品「ひかりの実」



開催期間

2024年12月13日(金)
～2025年1月13日(月・祝)

ライトアップ時間

常時点灯

開催場所 道後公園 北側入口～西側一帯

・住所/愛媛県松山市道後公園
・お問い合わせ/道後温泉事務所
:089-921-6464

料金 無料

いとまちマルシェのイルミネーション



開催期間

2024年11月4日(月・祝)
～2025年3月まで

ライトアップ時間

17:00～22:00

開催場所 いとまちマルシェ芝生広場

・住所/西条市朔日市284-2
・お問い合わせ/0897-66-8630

料金 無料

マイントピア別子 イルミネーション



開催期間

2024年11月1日(金)
～2025年1月13日(月)
状況によっては、期間が短縮
または延長される場合あり

ライトアップ時間

17:00～22:00

開催場所 マイントピア別子エントランス

・住所/新居浜市立川町707-3
・お問い合わせ/0897-43-1801

料金 無料

スバル・イルミネーション



開催期間

2024年11月16日(土)
～2025年1月17日(金)

ライトアップ時間

17:00～22:00

開催場所 内子町文化交流センタースバル

・住所/喜多郡内子町寺村251-3
・お問い合わせ/内子町商工会青年部
0893-44-2166

料金 無料

中山池自然公園 イルミネーション



開催期間

2024年12月1日(日)
～2025年1月11日(土)

ライトアップ時間

18:00～23:00

開催場所 中山池自然公園

・住所/宇和島市三間町黒井地1542
・お問い合わせ/吉田三間商工会青年部
三間支部:0895-58-2256

料金 無料

今回ご紹介した場所以外にも県下でイルミネーションを楽しめる場所は色々あります。ぜひ調べてみてくださいね！



パクパクししまい



手を入れて
パクパクしてみてね!

1

ティッシュ箱の側面と底を切る。

2

赤と白の画用紙を貼る。

3

耳・眉・目・鼻のパーツを切り、のりで貼る。

4

緑の折り紙にクレパス or ペンで模様を書く。

5

箱の内側に貼り付ける。

材料

ティッシュの空き箱
画用紙 折り紙
はさみ のり
クレパス or ペン

もこもこかかみもち



ストローから
息を吹き込んで
ふくらましてね!

1

袋に顔を描き、画用紙で作ったみかんをテープで貼る。

2

袋にストローを入れ、空気が抜けないようにテープでとめる。

3

紙コップに、ストローが通る穴を開ける。

4

紙コップに折り紙などで飾りをつける。

5

袋をつけたストローを、紙コップに通す。

材料

袋 ストロー
紙コップ 折り紙
画用紙 のり
はさみ セロハンテープ



愛媛県の人材派遣、求人情報 株式会社 ジャスト・ワン × 愛媛の子育て情報フリーペーパー docomama plus

collaboration program

参加者募集

ママのための **ライフ・ワーク** のバランスを考える会

VOL.1
ご家庭のマネープランの考え方を教えます

参加費 **無料**

託児付き

開催日時 **2025年1月27日(月)**
10:00~11:30

場所 **スタジオアマービレ**
松山市余戸南5丁目4-1 e-KC Group本社ビル

募集人数 **5~8名**

ご参加特典 スターバックスギフトカード1,000円分プレゼント♪

派遣の登録や個別の連絡などは一切ありません。お気軽にご参加ください。

ご応募方法
【応募期間:2024年12月25日(水)~2025年1月19日(日)迄】
ドコママ公式LINEに「ライフワーク」とメッセージをお送りください。続けて申し込みフォームが届きますので、必要事項をご記入ください。ご記入後、「ライフワーク申し込み」の言葉と一緒にご本人の氏名を添えて再度ドコママ公式LINEにメッセージをお送りください。ご応募多数の場合は抽選となります。当選者には、2025年1月20日(月)以降に改めてLINEにご連絡させていただきます。

お問合せは ドコママ plus 編集部 089-909-9855 まで

docomama **こども写真館**

お子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まで写真を添付してお送りください。

※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。
※応募者多数の場合はすべての掲載にならない場合がございます。予めご了承ください。
※写真を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。

訂正とお詫び
ドコママ plus 12月号 VOL.211 のこども写真館において「片山琉愛」さんのお名前が誤って「咲花」の文字で表記されてしまいました。訂正してお詫び申し上げます。

かたやま せな 片山 千愛 ちゃん
H26年3月7日生まれ

かたやま えな 片山 恵愛 ちゃん
H27年9月1日生まれ

かたやま らな 片山 来愛 ちゃん
H29年6月19日生まれ

かたやま もな 片山 望愛 ちゃん
R3年3月1日生まれ

かたやま るな 片山 琉愛 ちゃん
R6年9月10日生まれ

琉愛ちゃん初の動物園♡
これからは5姉妹仲良く大きく成長してね♡

これからは元気に大きくなってね！

たくほ かえで 田窪 楓 くん
R5年11月9日生まれ

小さな魔女っ子キキちゃん
家族みんなで大変身!!!

いその なな 磯野 七菜 ちゃん
R6年2月13日生まれ

途中ステーションに
奇の道しながら
ゴールできました
がんばったね！

とくなが すい 徳永 珠依 ちゃん
R6年1月6日生まれ

ハイハイリース頑張ったね
おぼけさん可愛かったよ♡

やまうち りいな 山内 莉衣奈 ちゃん
R5年8月22日生まれ

なかよしおばけだじょ!

てら お はると 寺尾 遥斗 くん
R1年10月9日生まれ

てら お ゆいと 寺尾 結斗 くん
R5年5月7日生まれ

周りのみんなを
いっしょに楽しませて
ありがとう！

きもと りのん 木本 梨暖 ちゃん
R4年11月6日生まれ

ママさん大好き♡
ママさんお願ひします！

なつい こはる 夏井 心暖 ちゃん
R5年11月15日生まれ

あーっ
あーっ
わたしはきんぎょ！

はら きょうか 原 杏佳 ちゃん
R5年6月27日生まれ

2024.10.26 エミフル MASAKI で開催しました、ドコママ主催「ハイハイとことこコスプレ」会場で、撮影写真のご投稿ありがとうございました。

なお、ご投稿いただいたお写真の中で著作権保護の著しく厳しいキャラクターについては掲載を見送らせていただきました。また、一部画像処理を施させていただいたものもごさいます。ご了承ください。

ドコママ表紙コンテストについては、ご投稿いただきましたお写真全てを対象に編集部審査によって、決定させていただきます。モデルをお願いする方には、改めてご連絡させていただきます。

◎ 次回の発行は令和7年1月20日。お楽しみに！

企画・制作／一般社団法人愛学舎

〒790-0047 松山市余戸南5丁目4-1

電話089-600-0805

https://www.docomama.com

e-KC Group × nosh ナッシュ

子育て中ママ・パパの時短におすすめ！

時短で健康的な ナッシュの宅食



電子レンジで温めて
約**5分**で完成

手軽で便利なナッシュのサービスについて

専属シェフと栄養管理士が監修

健康

調理・買い出し・後片付け不要

便利

食べる時はレンジで温めて、食べた後の容器は捨てるだけなので、育児や家事の時短に！

- | | | | | |
|---|--|--|---|--|
| <p>チリハンバーグステーキ
糖質 17.9g 塩分 2.5g</p> | <p>鮭のマッシュポテトアヒージョ
糖質 18.7g 塩分 2.3g</p> | <p>ハンバーグと温野菜のデミ
糖質 21.5g 塩分 2.5g</p> | <p>さっぱりおろしぼん酢カツ
糖質 24.6g 塩分 2.4g</p> | <p>オニオングリルハンバーグ
糖質 16.9g 塩分 2.5g</p> |
| <p>クリームコロケグラタン
糖質 17.7g 塩分 2.5g</p> | <p>ロールキャベツのチーズデミ
糖質 13.6g 塩分 2.1g</p> | <p>ハーブ香るローストチキン
糖質 10.6g 塩分 2.3g</p> | <p>とろ〜り半熟卵のトマトリゾット
糖質 26.4g 塩分 2.1g</p> | <p>チーズケーキバー
糖質 12.4g 塩分 0.3g</p> |

※2024年7月10日時点の情報です。栄養成分値は当社都合で変更になる場合がございます。 ※全メニューは、<https://nosh.jp/menu>からご確認ください。

初回購入 **2,000**円割引 1食365円から **ドコママ限定でナッシュがお得 今すぐはじめよう!**

※下記の料金に別途送料が発生いたします。

<p>6食セットの料金</p> <p>通常料金 4,190円 ▶ 2,190円 (税込)</p>	<p>8食セットの料金</p> <p>通常料金 4,990円 ▶ 2,990円 (税込)</p>	<p>10食セットの料金</p> <p>通常料金 5,990円 ▶ 3,990円 (税込)</p>
---	---	--

お電話の際は「ドコママを見た」とお伝えください！

050-3101-6850 受付時間/9:00~20:30 (年末年始を除く)

WEB注文はQRコードから

<https://e-kc.nosh.jp/>

※WEBは24時間注文可能です

ナッシュ株式会社 **nosh** ナッシュ

