

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が愛媛トヨペットのスタッフが答えします。相談室では常時読者の皆さんからの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。

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 スポーツスポット DigSports

AIを活用した話題のDigSports

体験会開催

開催日程

2/22(土)	愛媛トヨペット 空港通本店
23(日)	
3/1(土)	愛媛トヨペット リビット新居浜
2(日)	
3/8(土)	愛媛トヨペット ToPTown 宇和島
9(日)	
3/15(土)	愛媛トヨペット 四国中央店
16(日)	
3/22(土)	愛媛トヨペット 松山中央店
23(日)	

愛媛トヨペット Dig Sports 体験会の詳細とご予約はコチラ!

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)を、愛媛トヨペットで体験できます。

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

測定項目

はんぶくよこたび	たちはばとび	すいちよくとび	50m走	ボール投げ
左右の動きから横の後駆性をはかります	前方のジャンプから体のパネの力を計ります	ジャンプ力から上方への推進力を計ります	もも上げから短距離の推進力を計ります	フォーム・球速から上体のパワーを計ります

TSUNAGU
ぷろじえくと

3/22 愛媛トヨペット Asobino Jikan 5 開催

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。



(担当:にしやま・ふなもと)

愛媛トヨペット×ドコママ plus
3月22日(土) 10:00 ~ 12:00頃
TSUNAGU 子育て
あそびのじかん
Asobino Jikan 5

Workshop

反材材付き!
シャカシャカ キーホルダー作り

ご参加特典

手軽で便利なナッシュの宅食お弁当

お申し込み方法

☆お申込みはドコママ公式LINEに「あそびの時間」とメッセージをお送りください。LINEに予約フォームが届きます。予約フォームには運営に関する注意事項を明記しております。ご一読後のうえ、お申込みをお願い致します。

★お申込み締切り 3月10日まで!!



LINE
お友だち登録がまだの方はコチラから

参加無料
参加者募集中

座談会

愛媛トヨペット スタッフと一緒にゆるっとお話しタイム

会場 / e-KC Group 本社ビル 1F スタジオアマービル 住所 / 松山市余戸南5丁目4-1 お問い合わせ / ドコママ編集部 089-909-9855 まで

より素敵に美しく変身物語 -V Season モデル募集-

★Vseasonは、もっと素敵に!もっと美しく!プロフェッショナル集団が、あなたのはじめてを全力応援!! 未就学児(0~6歳)を子育て中のママ募集(妊娠中の方はご遠慮ください)
★ヘアカット・デザインカラー他 + パーソナルカラー診断 + 撮影当日のコーディネート衣装用意 + 撮影当日のフェイスメイク + プロカメラマンによる撮影すべてを¥5,000で提供させていただきます!
★更に特典として撮影した写真データは全てプレゼント♪
●今回は春モデルの3名様を募集します。
●撮影は毎月1名様のみとなります。日時は第3火曜もしくは月曜日の午前中です。
●その他、申し込みフォームには応募時の注意点を書いています。十分に確認のうえご応募をお願いします。
★モデル募集に関してのお問合せは「ドコママ編集部 089-909-9855」へお願い致します。

モデル希望のご応募方法

ドコママ公式LINEに「モデル希望」とメッセージをお送りください。お友だち登録がまだの方は、お友だち登録後「モデル希望」とメッセージをお送りください。LINEに申し込みフォームをお送りします。



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

担当美容師 / 宮岡 宗平

◀カラーやカットなど事前にご希望をお聞き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「みねみき」さん



4seasonにご登場された読者モデルの皆様



Vseasonは担当美容師を橋由紀さんからChocolateオーナー宮岡宗平さんへバドントタッチ

テーマは、もっと素敵に!もっと美しく!あなたのはじめてを全力応援!! Vシーズンをはじめは、5千円負担いただきながら、プロフェッショナルの仲間たちがこれまで以上のお手伝いと、変身されたモデルの方の想い出を残すような素敵なお届けしたいと思っております。ぜひモデル募集へのご応募、お待ちしております。

5season 担当美容師 / 宮岡宗平

4season 担当美容師 / 橋由紀

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 貴方だけの変身物語の始まりです♡
Chocolate ご来店時にこのクーポンを提示していただくカラーカットトリートメントのセット¥14,800が¥9,800に!!
(☆ご来店時にドコママ見ましたと伝えていただくか、ドコママクーポンのご提示をお願いします)

防災一口MEMO.7 トイレとお水はセットで準備しよう! 災害時のトイレ問題は命にも関わります…

災害時、必ずと言っていいほど「トイレ問題」が発生していることをご存じですか? 人間は食べること、飲むことにはある程度我慢ができて排泄は我慢することが難しく、トイレに行かなくていいようにお水を控えることで体調を崩したり、不衛生なトイレ環境が続くことで感染症が発生し災害関連死に繋がる場合も…。せっかく助かった命を無駄にしないためにも「トイレ」と「お水」はセットで準備しておきましょう。人間は1日5~7回トイレを使用、お水は2~3Lは必要と言われているので実はかなりの量の備蓄が必要になります。(備蓄はできれば1週間分) 普段から持ち歩ける携帯トイレや自宅のトイレに簡単にセットできる凝固剤と袋がセットになった簡易トイレも販売されています。(排便袋は可燃ごみとして処理します。※自治体によって処理方法が異なる場合があります。) 災害は思わぬところからやってきます。地震だけではなく、急にお水が使えなくなる場合もあります。いざという時に困らないためにトイレ対策をお願いします。 トイレトパーも忘れずに!



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・入学入式・成人式
ブライダル・ペット・プロフィール・HP用 各種撮影承ります。
791-8016 松山市久万ノ台 899 Mマンション103
089-994-8369

TSUNAGU
ぷろじえくと

チョコレート ヘアサロンプレゼンツ!!
studioswitch x Lifeup x COLOR CUBE
ママがママをプロデュース! 素敵に変身物語♪

幼稚園園長 INTERVIEW/VOL.7

勝山幼稚園

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。最終回は勝山幼稚園の武井 明園長を訪ねてきました。



勝山幼稚園 武井 明園長

自分たちで考え学ぶ「自学自習の力」を身につける

一 勝山幼稚園として大切にしている事は何か？

勝山幼稚園には『生きる力を育む・育てる』という保育理念があります。この生きる力とはそのまま『自立』に繋がっていると当園では考えています。では、どんな教育をしたら『自立』へ繋がっていくことができるのか…それを園として問われ続けていました。そこで、2008年に勝山幼稚園に取り入れたのが自立に繋げるためのヨコミネ式教育法です。

ヨコミネ式教育では、『学ぶ力』『体の力』『心の力』の3つを重視しています。その中の一つ『体の力』では、卒園までに逆立ち歩きが出来るようになる事を目標にしています。逆立ちをする事で脳に血流が送られ前頭葉の発達、ひいては脳の発育に繋がるとも言われています。もちろん逆立ち歩きを指導するにはノウハウが必要なため、職員が指導できるように週1回指導員の方が来てくださったうえで進めています。

また、様々な体操（跳び箱など）を行う事で、腕力を付けることや身体の柔軟性を高め（身体と脳は密接に関連しています）、脳の発育や粘り強さを育てています。だからと言って、体操はあくまでも身体能力や集中力を身につけるためのツールの一つです。やらされるのではなく、遊びの延長として行う事で、自らがどんどん練習をして挑戦をする。そうした姿が見られるようになる事が重要だと思っています。

また、ヨコミネ式教育法には『学ぶ力』を培うための読み書き、計算がありますが、もう一つ石井方式を取り入れ実践しているのも当園の特徴だと思っています。詳しい事を誌面でお話するスペースはありませんが、この教育法は教育学博士・石井 勲先生の長年にわたる教育実践から生まれた優れた指導法です。石井方式を実践する事で、幼児期は素直にそのまま漢字を形としてとらえ記憶できる力がある事がわかります。私たちが想像している以上の能力が幼児期の子どもたちには備わっているのです。そうして言葉への関心や興味は子どもの知能を伸ばすカギとなり、豊かな心の成長へと繋がっていきます。

子どもたちは、遊びの延長としてこれらの教育を自然な形で受け入れ（先生たちの指導力も必要になりますが）幼児期にやる気スイッチをONにする習慣が身につけていきます。このスイッチが身につく事で自己肯定感や自己効力感が生まれ、その先（10年後…）に結びつける事ができると信じています。

しかし、子どもの成長には当然個人差があります。一人ひとりに合わせた最適な学びになる事が重要です。そして読み書き・計算・体操・合奏を行う事は、学力をつけるために行うのではなく、集中力がついたり、『自学自習』ができるようになったり、「自ら」という自立につなげるためのツールであることを忘れないようにして、目的と目標が混同しないよう常に気を配っています。

『生きる力』を育むこと、そして自分たちで考え学ぶ『自学自習の力』を身につける事。その重要性は変化の激しい現代においてますます高まっているように感じています。

勝山幼稚園ではこれからもその事を大切に、幼児教育を行っていかこうと思っています。

一 園長から保護者の方へ伝えたい事などお願いします。

勝山幼稚園を選んでいただき、ありがとうございます。これからもご一緒にお子さまの成長を願い、見守っていききたいと思います。引き続きよろしくお願いいたします。



子どもの“生きる力”を育てます。
子どもたち一人ひとりと丁寧に向かい合っ
て大切な根っこを育てます。



名称 / 学校法人勝山学園 勝山幼稚園
住所 / 愛媛県松山市高砂町1丁目5番
12号

TEL / 089-923-0074

開園 / 1950年6月

定員 / 190名

保育時間 / 7:30~18:30
(預かり保育含む)

ヨコミネ式教育法・石井方式を取り入
れた幼児教育

休園日 / 土・日・祝・年末年始

制服 / なし

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5台可

KATSUYAMA

ALL FOR KID!!

詳しくはHPをご覧ください

インタビュー雑記

子どもの集中力は実年齢に1分を足した時間とされているそうです。だから幼稚園児なら10分集中出来たら◎、良く続いても20分が限界だそう。それ以上すると、おなかいっぱいになり、飽きてしまうとか。そこで勝山幼稚園では20分を設定保育にして、いろんなこと（体操・合奏・制作など）を行い、子どもたちが「もうちょっとやりたかった」と言っても、一度活動を区切り「またしようね」と子どもの興味が尽きないようにしているそうです。とても興味深いお話でした。

キッチン 第6回 食の種「こどもと一緒に雑糧料理」

今回のレシピは栄養も野菜もたっぷり摂れる簡単豆たっぷりスープとひな祭りに合わせてお子さんと楽しくつくれるカップケーキ寿司を紹介します。どちらの料理もお子さんと一緒に作って、食べる楽しさや食材に興味を引く食育の機会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」

豆たっぷりスープ

材料 (1人~2人分)

- サラダ豆 1袋
- トマトジュース 300ml
- ベーコン 2枚
- カット野菜 1袋
- コンソメ 1個
- ・ 塩、こしょう 適量
- お好みで、ソーセージ、ジャガイモ、ニンジン、キャベツ

作り方

- ① 鍋にベーコンを一口大に切り、炒める。
- ② ①にカット野菜、トマトジュース、コンソメを入れて火にかけ、フタをして5-6分煮る。
- ③ ②にサラダ豆を加え5-6分煮て、塩、こしょうで味を調える。

子どもと一緒にカップケーキ寿司

材料 (1人~2人分)

- 酢飯 1合*
- きゅうり 1/3本
- ハム(カニカマ) 1-2枚
- 卵 2個
- サラダ用海老 5尾
- プチトマト 5個
- ・ 白ごま 大さじ1
- お好みで、刺身(サーモン、いか)、イクラ、エビ、大葉
- * 酢飯(白いご飯に市販のすし酢大さじ2を加えて混ぜる)

作り方

- ① キュウリ、ハム(カニカマ)は細切りに、プチトマトは半分に切る。卵は炒り卵にする。
- ② 酢飯にゴマ、ハム(カニカマ)をいれて混ぜ、カップに入れる。
- ③ ②の上に卵をたいらに入れ、エビとキュウリ、プチトマトをのせる。

愛媛では4月3日におひな祭りを
行っているよ!

お互いの協力が必要不可欠！ 育児シェアをしましょう！

核家族化により、父親も母親も、自分の子どもを育てるまで、子どもに関わる経験がない方が増えています。初めて接する子どもに対して、何をしたらいいのか分からなくて当然です。親の子どもへの愛情やどう対応すべきかの理解は、子どもを育てる経験の中で育まれていきます。子どもとの生活を楽しみながら、ゆったりとした気分で育児ができるよう育児シェアについて考えてみませんか？

父親や家族の役割

○母親の心と体の疲労を理解し、母親が休養できるように労わりましょう。
(特に出産後8週間は、母体の回復に必要な期間です。)

産後の母親は体力が完全に回復しないまま、慣れない育児でゆっくり睡眠もとれません。加えて急激なホルモンバランスの変化で心も不安定です。産後の母親の身体と心の状態を理解しましょう。

- ・ 母親の話に耳を傾け、「共感」したり、感謝やねぎらいを「言葉」にして伝えましょう。
- ・ 育児休業を利用したり、なるべく早く帰宅したりして、一緒に育児をしましょう。
- ・ 母親が休養や気分転換できる時間を作りましょう。

父親と子育て(しつけや遊び等)について話し合い、「二人で育てていく」という意識を持ちましょう。

子育ては、「抱え込まない」「閉じこもらない」ことがポイントです。母親も不慣れた育児をしながら、新しい命を守らなければならないため、緊張感でいっぱい。相談しながら、二人で育児を楽しみましょう。

父親が育児と仕事を両立するための制度

育児・介護休業法の改正により、さらに男性の育児休業が取得しやすくなりました！ ※2022年10月1日施行。

- ・ 柔軟に育児休業が取得できるよう、「産後パパ育休」が創設されました。
- ・ 子どもの出生後8週間以内に4週間まで、2回に分割して取得できます。
- ・ 産後パパ育休中に一部就業することもできます。(労使協定と個別合意が必要)
- ・ 1歳までの育児休業も、2回に分割して取得できます。条件が合えば1歳2か月まで延長できます。

家事・育児シェアチェックシート

下記の二次元コードを読み込んで、育児を楽しむ「ちょうどいい」バランスを考えてみませんか？ 各項目について、家事・育児の負担がどちらかに偏っていないか、チェックしてみましょう。

偏っていた項目をチェックして、何をどうすればお互いが「ちょうどいい」バランスになるか話し合ってみましょう。2人とも助けが必要ななら、家族や子ども家庭センターに気軽に相談しましょう。実際の育児は、これだけではありません。育児は予想できないことばかり。100%を目指さない、求めないことも大切です。

お問合せ先

松山市子ども家庭センター すくすく支援課
089-911-1821
受付時間 月~金曜日(祝日を除く)
8:30~17:00

子どもとたくさん触れ合おう！ 親子で一緒に楽しむふれあい遊び♪

松山中央児童センターでお話をうかがいました

児童館で楽しめるふれあい遊び



子どもとのスキンシップやコミュニケーションを図るのに「ふれあい遊び」はぴったりです。また、乳・幼児期のスキンシップは、おさんの「情緒の安定」「感覚機能の発達を促す」「感情の豊かさ」「肌がふれあうことで安心感や愛着関係の育み」などを身につけるのに役立つと言われています。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。

松山中央児童センターでは、親子のびのび体操広場のタイトルでふれあい遊びを行っています（児童館によってタイトルは変わります。各児童館のふれあい遊びのタイトルと開催日時も載せていますので参考にしてください）。



中央児童センター
愛媛県松山市若草町8番地3
(松山市ハーモニープラザ1階・2階)
電話：089-933-9311

中央児童センターで行う 親子のびのび体操広場

対象：幼児と保護者
実施日：火～金曜日（祝日を除く）
時間：11:00～11:30

人気のプログラムを
紹介してもらいました！
お家でもお子様と
やってみよう！

パラバルーン



パラバルーンは幅広い年齢やシチュエーションで楽しむことができる人気のプログラムです。みんなでタイミングを合わせ、布を上げ下げしたり、回転させたり!!パラバルーンでは子どもの運動機能、リズム感、友だちとのコミュニケーション能力が育つといわれています。1～2歳児には自由に動かしたり、大人がバサバサと動かしてあげたりして、遊びます。この大きなパラバルーンを使った遊びは、広いスペースのある児童館ならではの魅力のひとつです。

バスに乗って



保護者の脚の上に子どもを乗せて、歌に合わせて右に曲がったり、左に曲がったり、でこぼこ道を通ったり…バスに乗って進んでいく様子に見立てて遊びます。お子さんにはハンドルに見立てた丸い輪をもってもらいちょっとした臨場感を感じてもらいます。掛け声の「ゴーゴー！」部分は、子どもたちの元気いっぴいな声が響きます!!お家でも手軽にお子さんと楽しく盛り上がることのできる遊びです。

こちょこちょ・ いないいないばあっ!



おさんとのスキンシップに「こちょこちょ」はうってつけです。スキンシップはいろいろと心身の発達にも良い影響を与えてくれるので、歌や、リズムに合わせた「こちょこちょ遊び」を楽しみましょう。3歳児ぐらいまでのおさんには、「いないいないばあ」も喜ばれます。「ピカピカブー!」の歌に合わせて行ったりしています。いないいないばあは、赤ちゃんの短期記憶力の向上に良いとも言われています。音やリズムに合わせて、「いないいないばあ遊び」も沢山やってあげましょう。

絵本の読み聞かせ



ふれあい遊びに続けて絵本の読み聞かせも積極的に行っています。絵本の読み聞かせの重要性は様々な教育現場や専門家の方々によって数多く知られています。松山中央児童センター内の図書室では年齢層に合わせて、定番の人気絵本から最新刊、話題になっている絵本まで数多く揃えられています。図書室の絵本は自由に読むことができますし、貸し出しも無料です。ぜひ利用してみてください。

北条児童センター
親子なかよし体操広場
●平日の開館日
11:00～[30分程度]
愛媛県松山市河野別府937番地
(北条文化の森内)
電話：089-992-9559

久枝児童館
親子体操
●開館日(土日・祝日を除く)
11:15～
愛媛県松山市西長戸町638番地1
(松山市久枝なかよしふれあい
センター2階)
電話：089-922-3800

南部児童センター
すくすく体操広場
●開館日(土日・祝日を除く)
11:00～[30分程度]
愛媛県松山市古川北3丁目8番20号
(はなみずきセンター2階)
電話：089-969-1005

畑寺児童館
なかよし親子体操
●開館日(土日・祝日を除く)
11:00～
愛媛県松山市畑寺4丁目8番5号
(松山市畑寺福祉センター1階)
電話：089-905-9614

久米児童館
親子たいそう広場
●開館日(土日・祝日を除く)
11:15～
愛媛県松山市鷹子町4番地4
(松山市久米複合施設2階)
電話：089-970-0907

味生児童館
親子体操広場
●開館日(通年平日のみ)
11:00～11:30
愛媛県松山市別府町177番地1
(松山市味生ふれあいセンター
1階・2階)
電話：089-953-5051

新玉児童館
ふれあいきずば〜く
●開館日(土日・祝日を除く)
11:00～[30分程度]
愛媛県松山市三番町6丁目4番地20
(コムズ1階・2階)
電話：089-943-5801

親子体操は松山市内にある
全ての児童館、児童セン
ターでも行っています。
各児童館、児童センターの
イベント情報を確認してぜ
ひ親子でご参加してみたく
ださい。

各所児童館、児童セン
ター毎月のイベント
情報は、まつやまこど
も・子育てサイト「に
こっつ」のホームページ
内にてご確認ください。



あなたの力で子どもに笑顔を 😊😊😊

愛媛県保育士・保育所支援センター

あなたの持っている力と経験が必要です!

「保育の現場で力を発揮したい」「子どもたちの笑顔がみたい」「もう一度、保育をしたい」と思ったなら、まずは、愛媛県保育士・保育所支援センターにご相談を。

えひめの保育士を しっかり応援・サポート!

相談

▶就職や就労の悩みについて
▶保育士の募集について
▶資格取得について

保育士支援相談員（保育士等経験者）が必要な情報提供を行いながら、就職や定着に関する疑問や不安にお答えします!

学び

▶おしゃべり保育サロン 年数回、少人数制で保育実践等を学び合う研修
▶保育士応援セミナー 外部講師による明日につながる保育実践セミナー
▶研修会 再就職に際する不安を解消し、現場復帰及び職場定着へつなげる研修
▶職場体験 希望する保育所等で、1～3日間の職場体験

就職に不安がある方、保育のスキルを上げたい方をセミナーや職場体験等でサポートをしています。

情報提供

▶セミナーやサロン等の開催案内
▶保育所等の求人情報
▶利用できる新制度の案内

県内外の保育関係施設で集めた就職や仕事に関する情報や利用できる制度等の情報をお届けしています。

愛媛県保育士・保育所支援センター

愛媛県社会福祉協議会 福祉人材部 人材研修課内

開所・電話受付時間 月～金曜日（土日、祝日及び年末年始は除く）
午前9時～12時・午後1時～5時

〒790-8553 松山市持田町三丁目8番15号 愛媛県総合社会福祉会館2階

TEL 089-921-5344 MAIL jimukyoku@e-h-sc.jp
FAX 089-921-3398 URL https://www.e-h-sc.jp

愛媛の保育士さんに ありがとう!

キャンペーン動画はこちら

愛媛県保育士・保育所支援センター ホームページ

あなたの力で子どもに笑顔を 😊😊😊

愛媛県保育士・保育所支援センター

〒790-8553 松山市持田町三丁目8番15号 愛媛県総合社会福祉会館2階

TEL 089-921-5344

うれしい!たのし!保育士!

愛媛県の人材派遣、求人情報

株式会社 ジャスト・ワン × docomama plus

子育て中のママの働き方を応援します

collaboration program

ママのための ライフ・ワーク バランスを考える会

4月 自己理解入門編
5月 職場定着率入門編
6月 自己理解入門編

3回連続講座 (講座60分程度) 4月は、いまさら聞けないビジネスマナー入門編です。忘れたい事、知らなかった事など意外とあるかも...

お仕事個別相談 (20～30分程度) 3名様限定

お一人お一人の働く条件や不安なこと、なんでもご相談ください

個別相談では...ご希望の方のみ! キャリアコンサルタント及びスタッフがご対応いたします。

参加者募集

★ビジネスマナー講座、個別相談のみのご参加も受け付けます。詳しくは、申込フォームにてご確認ください。

開催日: 2025年4月23日(水)
時間: 10:00～11:30頃(セミナー終了予定11:00)
募集人数: 10名程度(参加費:無料/託児付き)
場所: e-KC Group 本社ビル 松山市余戸南5丁目4-1e-KC Group 本社ビル

ご応募方法

【応募期間:3月10日～4月10日迄】ドコママ公式LINEに「お仕事」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「お仕事申込み」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、ご応募締切以降に改めて個人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

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)で撮影したものをお送りください。※応募者多数の場合はすぐの掲載にならない場合もございます。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。

ママの職場で バガーのついでに じいちゃんママと一緒に働く

おにづか りこ 鬼塚 莉子 ちゃん R2年3月2日生まれ

仲良し4姉妹♡ 毎日たくさん幸せをありがとう♡

いづみ ゆい ちゃん H27年11月17日生まれ
いづみ ふたば ちゃん H30年5月7日生まれ
いづみ さな ちゃん R3年9月16日生まれ
いづみ おづか ちゃん R5年8月7日生まれ

2人の笑顔は宝物♡ これからも 姉弟仲良く過ごしてね♡

いのうえ ちゆ 井上 茅優 ちゃん R3年12月25日生まれ
いのうえ りつ 井上 凜津 くん R5年4月28日生まれ

雪の日の思い出がたいてい 金魚のイラストでー 寝るものもちゃん 大満足!!

いわた けんせい 岩本 健誠 くん H30年10月16日生まれ

たくさんのおしゃべりができる ようになったこっちゃん♡ だいじなよ♡

うまこし こはる 馬越 瑚桜 ちゃん R5年9月27日生まれ

いつも可愛い お写真送ってくれてありがとう♡

写真ご応募の際は...
◆あまりキャラクターが写っていないもの
◆周りの背景が分かるよう少し引き気味のお写真(お顔がUPの写真だとトリミングの際に切れてしまう場合があります)

みんなのお写真 持って帰るよ!

チラシの倉庫内管理、チラシの配布準備を主にしていただけるパートスタッフ募集中!!

貴方のご希望の労働日数! 就労時間! ご相談ください

時給 960円～1,100円

お仕事内容	就業時間	労働日数
・倉庫内管理 ・配布員にお渡しするチラシの準備 ・配布員の自宅へチラシを配達	①9:00～15:00 ②8:00～17:00の間の6時間 ※①②以外の相談可	週3～週4日 ※労働日数の相談可

未経験の方OK!! 要普通免許

※希望の面接日時を事前にご連絡ください。ご相談のうえ決定します。

☎089-989-8555 受付時間/10:00～18:00 定休日/土・日

株式会社 e-KC 松山本社 / 松山市余戸南5丁目4-1

読者プレゼント



申し込み締め切り/2025年3月15日(土)まで

27種類の和漢草をブレンド!! 風味の良い大自然の健康茶

A

「玄妙茶GENMYOCHA Tea」CAFFEINE-FREE

創業以来正しい食生活(食事道)の啓蒙と玄米酵素の普及に努めている(株)玄米酵素が、二十七種の和漢草の葉・茎・花・実・根を活かして飲みやすく仕上げた健康茶です。また、有機 JAS 認定農場で栽培された三七人參根・三七人參花の抽出エキスも配合。カフェインフリーなので、ご家族そろって健康保持の常用茶としてご利用いただけます。《240g(ティーバッグ4g×2包)×30袋》

▲ホームページはこちら

提供 / 和泉本店「松山元氣倶楽部」・「愛媛純正食品センター」 Tel:089-958-4455

B

岩盤浴 喜助の蒸(じょう)+入浴も出来る無料チケットを3名様へ♪

温泉入浴&岩盤浴ギフト券

愛媛県最大級の広さで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♪

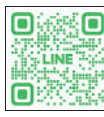



▲ホームページはこちら

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「つくし」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、「つくし」とメッセージをお送りください。折り返し3月号の読者プレゼント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は、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。

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
- amusement**
 - ・虹の森公園まつ「おさかな館」
 - ・KISUKE/KIT PLAY
- beauty・art photo**
 - ・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**
 - ・健康サポートぬくぬく
 - ・美容ハリス小顔矯正サロン 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♡

右のQRコードから直接クーポンページが開けます。




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

▲ドコママ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。

event

3月22日開催の第5回 Asobino Jikk o Jikkansu

Asobino Jikk o Jikkansu

3月22日開催の第5回 Asobino Jikk o Jikkansu。今回はワークショップ&座談会! ワークショップでは見たいも可愛くて、音も楽ししいシャカシャカキョロロ作り。座談会は、愛媛トヨペットのスタッフも交えて子どもと一緒に体験したいイベントや子育てで知りたい情報などをチームに分かれてお話ししてもらおうというお話タイムです。

イベント名/TSU・NAGU子育て「Asobino Jikkansu」

日時/令和7年3月22日(土)10時~お昼頃まで

会場/ビル1Fスタジオオアマビル

(松山市余戸南5丁目4-1) 募集/15名程度

対象/0歳~6歳の未就学児を子育て中のママ

★参加費無料

◆参加には事前申し込みが必要になります。

◆ご応募の締め切り/3月10日(月)まで

※ご参加特典としてナツシユの宅配お弁当を家族一個プレゼント!!

※お申し込みはドコママの公式LINEに「あそびの時間」とメッセージをお送りください。LINEに予約フォームが届きます。

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

3月15日(土)・16日(日) 10時~13時

「駅前マルシェ」も同日開催。

235mのコースをまわります。約10台の車両が大集合! お気に入りの一台を見つけてみましょう。

ミニ列車に乗って、総延長約100mのコースをまわります。約10台の車両が大集合! お気に入りの一台を見つけてみましょう。

四国鉄道文化館3月の「ミニSL乗車会」開催!!

participants

ジャスト・ワンとドコママの合同企画「ママのためのライフ・ワーク」を4月23日に開催します。開催に合わせて3月10日~4月10日まで参加者の募集をドコママ公式LINEにて受け付けます。

VOLE2では、何となく知っているけど、いまだに聞きにくいお仕事に関する情報を月1回ずつ3回連続でゆるーくお話しします。

4月はビジネススマナリー入門編です。忘れていたこと、知らなかったことが意外にあるかも...

★その他の楽しいイベントをHPで確かめてね

★その他の楽しいイベントをHPで確かめてね

★その他の楽しいイベントをHPで確かめてね

情報募集

ドコママの「ママのためのライフ・ワーク」を4月23日に開催します。開催に合わせて3月10日~4月10日まで参加者の募集をドコママ公式LINEにて受け付けます。

VOLE2では、何となく知っているけど、いまだに聞きにくいお仕事に関する情報を月1回ずつ3回連続でゆるーくお話しします。

4月はビジネススマナリー入門編です。忘れていたこと、知らなかったことが意外にあるかも...

ドコママの「ママのためのライフ・ワーク」を4月23日に開催します。開催に合わせて3月10日~4月10日まで参加者の募集をドコママ公式LINEにて受け付けます。

120日保証! 再生ワープロ販売 送料無料!

修理対応期間は10年!

品質の良い部品のみを組み合わせ、オーバーホールしたワープロです。

SHARP 書院 WD-X シリーズ 35,000円	NEC 文豪 mini5 初心者セット 38,000円	CASIO HX シリーズ 35,000円~	パナソニック FW-U1P シリーズ 35,000円~	富士通 OASYS LX-7500SD 70,000円
東芝 RUPO シリーズ 38,000円~	東芝 RUPO JW-8020 80,000円	富士通 OASYS 30-LX シリーズ 40,000円~	Canon J1V シリーズ 40,000円~	CASIO Darwin CX シリーズ 50,000円~

ワープロ修理・販売 OA再生館

【古物商許可】 栃木県公安委員会 第411130000165

ワープロ修理もお任せください! お気軽にお電話ください

OA再生館 栃木県塩谷郡高根沢町花岡70-2 【受付時間】 10:00~17:00 【定休日】 土・日

050-1880-2028

1994年に創業。2019年は全国放送のTV取材を受けてから大忙しとなり、ワープロ部門を強化。現在の在庫800台、修理エンジニア4名体制、ワープロ無料電話相談窓口を設置、年中無休でサポート体制を強化しました。年間の販売修理2000台、顧客数は全国で1万5千人、令和の時代に大注目のワープロ屋さんです。

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

調理・買い出し・後片付け不要

健康



全メニュー健康に配慮した糖質30g・塩分2.5g以下のヘルシーな冷凍宅配食です!

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!



チリハンバーグステーキ
糖質 17.9g | 塩分 2.5g



鮭のマッシュポテトアヒージョ
糖質 18.7g | 塩分 2.3g



にんにく醤油から揚げ
糖質 23.6g | 塩分 2.2g



ゆず香る! さっぱりおろしポン酢カツ
糖質 25.9g | 塩分 2.4g



オニオングリルハンバーグ
糖質 16.8g | 塩分 2.3g



クリームコロケグラタン
糖質 19.1g | 塩分 2.3g



ハンバーグと彩り温野菜のデミ
糖質 20.0g | 塩分 2.4g



ハーブ香るローストチキン
糖質 9.7g | 塩分 2.0g



フライドフィッシュ
糖質 16.9g | 塩分 2.5g



チーズケーキバー
糖質 12.4g | 塩分 0.3g

※2024年12月20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。

6食セットの料金

通常料金 4,190円 ▶ **2,190円** (税込)

8食セットの料金

通常料金 4,990円 ▶ **2,990円** (税込)

10食セットの料金

通常料金 5,990円 ▶ **3,990円** (税込)

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

