

ドコママプラス 10

2020 October vol.161

ドコママのホームページがリニューアルオープン!!

いつか働くために☆いまできることは
ハッピーワーキングママ座談会

えひめの建築会社を、
マレポーターが直接取材!
TSU・NA・GU 住まうproject VOL.5

気になる contents

撮影/フォトグラファー 小室 直子

ドコモニ会員募集中!

携帯やスマホで二次元コードを読み取っていただくか、
docomama@mr.fmまで空メールを送信。

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 2F
☎089-909-9855 ✉info@docomama.com

愛媛県内の保育園や幼稚園をはじめ、幼・児童施設、病院、スーパーなど、約500カ所まで配布

てくるん ドコママ関連イベント情報 参加無料

お申し込み方法 メールフォームかお電話で。抽選は2020年11月上旬に行います。当選者のお電話にてご連絡いたします。

※イベントの日程は変更になる可能性があります。

2020年11月 申し込み受付期間 2020年10月15日(木)～ 抽選のイベントは10月31日(土)締切

開催講座 ※講座内容・定員は変更することがあります。 ※おつりの無いようお願い致します。

<p>言いたいことが言える子に育つ4つのコツ</p> <p>わが子が気持ちを溜め込んだり、暴言・暴力で表現していませんか?上手に伝える子になるために親ができる4つのこと。</p> <p>日時 令和2年11月5日(木) 10:30～12:00</p> <p>講師 中越 こずえ氏 ●えひめコーチングプロサラム代表 ●えひめコーチングスクール代表</p> <p>定員 5名 先着順</p> <p>託児 500円/1名(先着3名)</p>	<p>子どもを可愛く撮ろう</p> <p>スマホを使って子どもを可愛く撮るコツをお伝えします。一緒にいる時間が長いパパやママだから撮れる写真が宝物になります。</p> <p>日時 令和2年11月5日(木) ①12:45～13:30 ②13:45～14:30</p> <p>講師 山本 詩文氏 ●そらいろPHOTO</p> <p>定員 各回親子5組 先着順</p> <p>※その場で写真を撮ります。親子でご参加下さい</p> <p>持参物 充電済みのスマホ</p>	<p>愛情を伝える育児教室</p> <p>マスクを外した時の保管に便利なマスクケースをつくります。初心者歓迎。</p> <p>日時 令和2年11月12日(木) ①10:30～11:15 ②11:30～12:15</p> <p>講師 福田 真由美氏 ●針育講師・ゆずめろん。</p> <p>定員 各回5名 先着順</p> <p>参加費 800円</p> <p>※材料・道具すべてご用意します</p> <p>託児 500円/1名(先着3名)</p>	<p>親子で音リズム</p> <p>楽しいリズムにあわせて歌って踊って音楽あそび</p> <p>日時 令和2年11月12日(木) ①12:45～13:15 ②13:30～14:00</p> <p>講師 前田 純子氏 ●日本こども教育センター リミックス認定講師 ●WARA リズム認定アドバイザー</p> <p>定員 各回親子5組 先着順</p> <p>対象 未就学児</p>
---	--	---	---

親子で絵本を楽しもう!

絵本の読みかきせを、聞く中で、声を出したり、体験したり楽しい時間を過ごしましょう。

日時 令和2年11月19日(木) ①10:30～11:15 ②11:30～12:15

講師 遠藤 礼子氏
●幼稚園教師、保育士
●絵本セラピスト

定員 各回親子5組 抽選

持参物 水分、タオル

ラテンの音楽に合わせて南米salsaダンスを体験!

運動不足解消、リフレッシュに、お気軽にお越しください(お子様連れOK)

日時 令和2年11月26日(木) ①10:30～11:15 ②11:30～12:15

講師 桂浦 美紀氏
●e viento YOGA代表

定員 各回5名 抽選

持参物 水分、タオル

お申込み・お問い合わせ
松山市まちなか子育て・市民交流センター
「てくるん」
松山市大街道1丁目5番地10 松山第二佐々木ビル1階
☎089-904-5728
【開館時間】10:00～20:00
【E-mail】tekurun@gem.e-catv.ne.jp
【HP】http://tekurun-matsuyama.com

COLOR CUBE

パーソナルカラー/骨格診断&ファッション/メイクサロン

ママがオシャレに大変身
テレビでよく見るあの企画を隠れ家サロンで実現

テレビ番組 ライブニュースでレギュラー化決定!夕方6時15分～

パーソナルカラー診断 & 骨格美女診断 をして、似合う服・コスメをサロン内にずらっと揃えます。あなただけの特別な空間で、好きなだけ試着。自由に購入。

先着10名様 ドコママ限定!パーフェクトスタンダードコースご予約限定特典

必ず美女ママコーデが手に入るクーポン
計10,800円相当の特典

あなたに似合うトップスorボトムス、さらにアクセサリーをプレゼント!
※予約時に「ドコママを見た」とお知らせください。

☎090-7787-2357 (平日:9:00-18:00)
詳しくは、(カラーキューブ変換) 検索
〒791-2112 愛媛県伊予郡砥部町重光 202-1
アパートメントハウス Sumul-C 駐車場2台あり

HPはこちら

フリーコラコミュニティ会しましょ!

まっています お菓子と一緒にきてね

日時 10月6日(火) 忙しい日常の中
★1回目 10:00～(受付9:40～) ほっと 30分だけでも
★2回目 11:00～(受付10:40～) カフェしませんか☆三

場所 松山市男女共同参画センター COMS(コムズ) 会議室2
愛媛県松山市三番町6丁目4-20

内容 お菓子を食しながらのフリートーク (今回は、アスリートフードマイスター・野菜ソムリエプロを取得している中山さんが同席します。お子さまや家族の食事の悩み相談OKです!)

参加条件 最後にアンケートをお願いします(無記名でOK)と、おススメの洋・和菓子店を教えてください

申込方法 ○フリーコラコミュニティ会参加のお申込みはこちらから▶▶▶▶▶
○ドコママ編集部のメールまたはお電話でのお申込みもOK!!

参加無料 (少人数制(5名程度))

お菓子おいしいよ

託児付

☎089-909-9855

主催 さいな株式会社 協力 サン・サン・ファミリー(株)ドコママplus

ドコママ写真館

お子様の写真を募集しています

●お子様のお名前(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まで写真と併せてお送りください。
※写真は、デジタルカメラまたは携帯電話で、なるべく高解像度で撮影したものを送ってください。
※写真の掲載にならない場合もございます。

冬にはまた新しい家族が増えるね♡
三姉妹のちっちゃなお姉ちゃんよろしくね♡

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 來愛ちゃん
H29年6月19日生まれ

かたやま いる は 川尻 彩晴ちゃん
R元年9月27日生まれ

川上 すみれちゃん
R元年7月27日生まれ

あべ ゆい 加 阿部 夢叶ちゃん
H29年10月9日生まれ

毎日、歩く練習
一緒に頑張ってくれて、
ありがと♡
早く歩けるようになって、
三人で公園行こうね♡

みんなを笑顔にしてくれる夢叶♡
大好き♡

いつも元気ないろは♡
これからの成長が楽しみです♡

まだまだあります! てくるんイベント

写真パチリ! ハッピー・ハロウィン★

10月3日±~31日± 11:30~18:00

内容 てくるんにハロウィンのフォトブース登場!
フォトフレーム付きのお写真をプレゼントします。
※今年は衣装の貸出しなし ※期間中1人1枚

対象 小学生以下
予約不要・無料

子育て相談 予約不要 無料

9月 毎週月曜日(祝日を除く) 10:00~15:00
10月 毎週木曜日(祝日を除く) 10:00~15:00

育児などの悩みを保育士が個別に応じます。

松山市まちなか子育て・市民交流センター

☎089-904-5728 10:00~20:00

特別金利キャンペーン 教育ローン

通常金利 年2.4% 最長16年までご融資可能

キャンペーン期間中は通常金利から▲0.3%引き下げいたします!

キャンペーン金利 年2.1% (保証料込み)

固定金利・最下限金利 (保証料込み) 年1.9%

金利優遇 最大▲年0.1% リボ払い 最大▲年0.1%

対象条件 ▶▶▶▶▶

お取扱期間 2020年9月1日(火)~2021年5月31日(月)

http://www.shinkin.co.jp/ehime/

住まうproject

TSU・NA・GU

ママたちのママによるママのための家づくり

ドコママ「住まう」レポーター随時募集中!!

ドコママ「住まう」projectではマイホームが欲しいと思っているママレポーターを随時募集しています。住まうProject参画の建築会社へ、レポーターとして取材して頂くお仕事です。家づくりに関する疑問や悩み等々をママ目線で自由に聞いてください!!ご興味のある方は、メールに「住まう」レポーター希望と住所・お名前・連絡先をご記入のうえ、ドコママ編集部までご送信ください。詳細はお問合せ後、改めてご連絡させていただきます。

【問い合わせ先】 info@docomama.com

取材先はドコママ編集部で段取りしますので、ご安心ください。
【謝礼金】委託契約とし、1回あたり5,000円(交通費込)をお支払いします。
※応募いただいた方には、お仕事依頼の前に、面接をさせていただきます。

VOL.5

docomama
子育て
ママレポーター
たち

今月の取材先は… **住工房たかせ** さん



「お家を建てて頂いた施主さんにずっと寄り添っていたい。」その言葉の通り、社長と奥様のお人柄にママたちもたちまちファンになっていました。奥様の「あかね」さんとは、ママトークも飛び出す、大盛り上がりの取材でした♡



住所/西条市今在家354-10
TEL 0898-65-6861
営業/9:00~19:00
定休日/水曜日

見学会イベント
情報随時更新中



住工房たかせ

検索

みゆさんレポ

家族で勉強に
来ました〜♡ママ

たかせさんの家づくりは、化学物質が多い素材や建材はなるべく使わず体に優しい家である事。大工の修業を積まれてきた社長のもと、たかせさんで家づくりに関わる皆が職人としてのこだわりと責任をもって大切に家づくりをしていただけた事。住まいの動線や収納については整理収納アドバイザーの資格も持っているため、ドバイザーの資格を持っている子育てママの社長の奥様と相談出来る事。実体験を交えながら、お話を聞く事ができてとても勉強になりました。「家」は建物というハードを買うのではなく、そこで家族が過ごす長い時間を一緒に買っていると欲しかったという言葉が私の心に響きました。



漠然としていた家づくりが、少し具体的に became きました。



なつちゃんレポ

家を建てる
タイミングってあるの?ママ

家づくりでは資金計画が一番気になる事かもしれませんが、たかせさんでは、資金計画をする前にまずはファイナンシャルプランナーにライフプランをみてもらってからというスタンスだと聞いて「なるほどなあ」と思いました。家族のためのマイホームなのに返済の優先がなくなったり生活が楽しくなくなりません。そういった面でも



「今、家を建てる理由はない?」と聞かれてみたら確かに理由はないんですね(^^)



始めに収支をよく考えてプロのアドバイスを受けることは重要だと知りました。それでもあって「今、家を建てる理由はない?」と質問されると明確な答えはありません。ライフプランをしっかり立てて、住まいづくりをすることで人生が豊かになる。そんな家をたかせさんでは実現する事ができると感じました。



ママレポーターの取材ノート。ありがとうございました★取材後の感想全文をドコママブログに掲載しています。

家事動線はもちろんのこと、子どもの成長もふくめた『家族動線』を大切にしたい家づくり

新登場

もっと、気持ちよく。

PORTER

定額制の良さをそのままに「Z空調」をプラス!

Z空調

もっと、いい家。 PORTER

〒790-0054 愛媛県松山市空港通1丁目4-22
TEL.089-972-0284 FAX.089-972-0285
営業時間/10:00-17:00 定休日/水・木



定額制住宅 建物価格
27坪~1,730万円~

※一坪増えるごとに35万円(税別)アップします。最初の値段が最後まで変わりません。

定額制だから費用を気にせず楽しく家づくり。この値段が変わらず、高品質な空調が手に入ります。



★★★★★
5つ星の快適を日常に

pure house 有限会社
asp アーキテクト工房 Pure

●お問い合わせは
TEL : 089-976-3600 mail : asp@studiopure.jp

〒791-0243 愛媛県松山市平井町甲3-1 定休日/水曜日、第1・第3日曜日、祝日

Amami Home
株式会社天美住建一級建築士事務所

暮らしを自分らしく楽しむ

松山市東長戸4-7-41 Tel 089-992-9201
西条市樋之口319-4 Tel 0897-66-7530
大洲市東大洲1128-1 Tel 0893-57-6631

アマミホーム

提案型モデルハウス(TOBE BASE : トベベース) ★先行見学ツアー大募集!

プラスワンが考える提案型モデルハウス(8月上旬OPEN)…今回は砥部町にて(TOBE BASE)プロジェクトとしてスタート!
プラスワンスタッフが考えに考え抜いたお家がもうすぐ完成…どんな遊び心がある楽しいお家が見学したのか?
いち早く完成したお家を見学いただき、『空間の広がり』や『家事ラク設計』を確認していただくのはもちろん…スキップフロアの面白さ、吹抜けの天窓からの季節の移ろい、ロフトベッドで繋がる新しい子供部屋のカタチなど、秘密基地のような遊び心のあるモデルハウスを…ぜひ、ご体感ください。

お家づくりの『新しいカタチ』が発見できると思います!

プラスワンの最新情報はコチラの二次元コードをチェック

PLUS ONE 株式会社プラスワン
〒791-1102 松山市来住町1074-8 Phone.089-975-3939 水曜定休

◎ 次回の発行は令和2年10月20日。お楽しみに！

ハッピーワーキングママ座談会 参加者募集

- ◎ 育休中の方…
- ◎ 就活…
- ◎ 働きたいけど…
- ◎ 自分に向いてる事がわからない…



どんな座談会？

こちらをぜひご覧ください

● 座談会の様子 ● 不安や悩みへの解決策 など

座談会 紹介ページ 検索

Q. 4月から子供が小学校入学…
働ける時間が短くなることで
今まで通り働けなくなる

Q. とにかく働かないと
いけないんだけど、
いろいろ不安が…

Q. 働きに出るタイミング
をどう見極めていいか
わからない…

Q. いつか働こうと思って
いるが何からしていいか
わからない…



第15回予告

*新型コロナウイルス感染予防対策の上、実施致します。

日時
場所

10月16日(金) 10:00~11:30

男女共同参画センターコムズ 会議室2 愛媛県松山市三番町6丁目4-20

お申し込み

● 右のQRコードからお申し込みができます。
● ドコムマ編集部へのメールまたはお電話でのお申し込みも受け付けます。
メール: info@docomama.com TEL: 089-909-9855

参加無料 託児あり 駐車場あり



主催 ハッピーワーク研究所(ジャストワン&ドコムマプレゼンツ)

「いつか働くために、いまできること」



ハッピーワーキングママ座談会

『自己理解を深めよう!!』



座談会参加後…



HAPPY!!

HAPPY!!

HAPPY!!

子どもとの時間は大切にしたい 自分のやりがいも見つけない そんな働き方を探している子育てママへ



- 自宅や都合のいい場所で出来る
- 開講コースやレッスン時間を自由に決められる
- 資格がなくても大丈夫

ホームティーチャーというお仕事はじめませんか?

ドコムマのマスタッフがECCジュニア松山センター長に直球取材したホームティーチャー開講までのぶっちゃけトーク!! 二次元コードからご覧ください☆



愛媛
ホームティーチャー
説明会開催中!
予約受付中
オンライン説明会も実施中!!

中予会場 ECCジュニア松山センター
9月20日(日)~9月29日(火)
東予会場 新居浜市民文化センター・今治市民会館
9/21(月)・24(木)・26(土)・28(月)・29(火)・30(水)
南予会場 宇和島市立南予文化会館・愛媛県歴史文化博物館
9/20(日)・22(火)・23(水)・25(金)・27(日)・30(水)
※開催日は予約サイトのカレンダーよりご確認ください
「まずは話だけ…」という方でも、お気軽にご参加ください。



ECCジュニア 教室開設のご案内 0120-415-144 (無料)
【受付時間】10:00~18:00(土日をのぞく)
ホームティーチャー募集 ECCジュニア松山センター TEL 089-947-7056 松山市三番町4丁目4-9

docomamaのホームページが新しく生まれ変わりました!!



「TSU・NA・GUぶろじえくと」

ドコムマ編集部 (みっちーママ)

カ(駆)ケマス!!カ(書)キマス!!
編集部のみっちーママです♡
ドコムマのアメブロで紙面に載っていない、特別インタビュー記事が見れますよ♪



全面リニューアルの準備を進めていたドコムマのホームページが遂に完成!! 9月1日OPENしました。新しいデザインと新たなカテゴリーで開設されたドコムマのホームページを是非ご覧下さい☆
私たちドコムマスタッフは、この新ホームページが愛媛の子育て世代的に強い味方になれるように、皆様のご協力やご支援のもと一杯努めさせていただきます。
よろしくお願致します♪

ドコムマ愛媛

検索

知ってる? 食物アレルギー



食物アレルギーって何?
食べたり、触れたり、吸い込んだりした食物に対して、体が過敏に反応して起こる症状のことをいいます。

どんな症状があるの?
皮膚:あかみ、じんましん、腫れ、かゆみ など
粘膜:目のかゆみ、鼻水、口の中や唇、舌のかゆみ など
呼吸器:咳、「ゼーゼー」「ヒューヒュー」する、息苦しい、唇や爪が青白い(チアノーゼ)など
消化器:気持ちが悪くなる、嘔吐、腹痛、下痢 など
神経:頭痛、意識もろろ、尿や便を漏らす など
循環器:血圧低下、脈が不規則、手足が冷たい など

危険! 「アナフィラキシー」とは?
複数の臓器に重い症状が現れる場合のことです。そこに血圧低下や意識障害が伴う場合を「アナフィラキシーショック」といい、とても危険な状態となります。

食物アレルギーの食事のポイントとは?
医師の診断に基づいた対応を!
原因食物や、症状が誘発されない程度の食べられる量は、医師が判断します。食物アレルギーが疑われる症状が見られた場合は、過剰な除去にならないように自己判断せず、必ず医師の診断に基づいて進めましょう。

バランスのよい食事を意識!
お子さんは何が食べられるのかをよく知り、食べられる食品を上手に組み合わせ、主食・主菜・副菜のバランスのよい食事を意識しましょう。

主食	ごはん・パン・めん類など
主菜	肉・魚・卵・大豆製品 など
副菜	野菜・きのこ・海藻類 など

定期的な受診をして、食品を選択!
定期的に医療機関を受診し、食べられる食品の種類や量を確認しましょう。
また、加工食品にはアレルギー表示が義務化または推奨されています。お子さんの状況を理解し、表示を確認する習慣をつけましょう。

必ず表示される7品目	えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ)
表示が勧められている21品目	アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

● お問合せ先 ●
松山市保健所 健康づくり推進課
TEL 089-911-1859 (FAX) 089-925-0230

ドコムマ会員サイト doco-moni 会員募集中

ドコモニ会員とは
● 子育てに関するアンケート調査
● 企業の子育て関連のイベントや商品開発をする際のモニタリング
● お得なイベント情報等の告知
● お子さん等、お誕生日や記念日のお祝いメッセージ
● ドコムマ主催及びサポートしているイベント等への参加やモニタリング調査

会員登録をして
イベント参加でポイントGET
アンケートに答えてポイントGET

500ポイント貯まれば500円分の商品券をプレゼント!

携帯やスマホで二次元コードを読み取っていただくか、docomama@mr_fmまで空メールを送信。その後はご案内のとおりに進めばOK!
※迷惑メールを設定されている方は(mr_fm)からの指定受信を設定してください。
※メールを送信する際に空メールが送れない場合があります。その際には、一文字以上入力して送信をお願いします。

e-KC Group
サン・サン・ファミリー株式会社
ドコムマ編集部 〒790-0924 松山市南久米町549-1
☎089-909-9855
info@docomama.com
http://www.docomama.com/

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 ● 電話 089-909-9855 ● info@docomama.com ● http://www.docomama.com/