

ドコママプラス 11

2020 November vol.162

ドコママクーポンが始まりました！
愛媛の子育てママたちへ TSU・NA・GU新ぶるじえくと始動！

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

子どもの成長を祝い、
これからの健康を願う
七・五・三特集

ホームページを Check

ドコモ二会員募集中！
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12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12月 申し込み受付期間 2020年11月15日(日)～ 抽選のイベントは11月30日(月)締切

※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。

モノで釣るのはダメ!? やる気の引き出し方 子どもやる気させるためにモノで釣るのは手っ取り早い、でもそれでいいのかな? そんな疑問にお応えします。 日時 令和2年12月3日(木) 10:30～12:00 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 定員 5名 先着順 託児 500円/1名(先着3名)	赤ちゃんの絆って? 赤ちゃんの悩みはないですか? 英語の歌やリズムで遊び、赤ちゃん体操で楽しい時間をしましょう。 日時 令和2年12月3日(木) ①13:00～13:30 ②13:45～14:15 講師 MOKO氏 ●保育士/幼稚園教諭2種 ●Smile Kiss 英会話教室講師 ●ベビーカー歴30年以上 定員 各回親子5組 先着順 対象 3か月～7か月頃の赤ちゃん 持参物 バスタオル	お1人ずつ パーソナルカラー簡易診断! お1人ずつパーソナルカラー簡易診断! 似合う色を味方にして、ママに大変身! 日時 令和2年12月10日(木) 10:30～12:00 講師 峯 美樹氏 ●COLOR CUBE代表 定員 5名 先着順 持参物 筆記用具 託児 500円/1名(先着3名)	親子で音リズム 楽しいリズムにあわせて歌って踊って音楽あそび 日時 令和2年12月10日(木) ①12:45～13:15 ②13:30～14:00 講師 前田 純子氏 ●日本こども教育センター リトミック認定講師 ●WARA リズム認定アドバイザー 定員 各回親子5組 先着順 対象 未就学児
---	--	---	--

ベビトレヨガ
体がたくても大丈夫。赤ちゃんを遊ばせながら、楽しく産後ケア。
日時 令和2年12月17日(木) ①10:30～11:00 ②11:15～11:45
講師 浅田 弘美氏
 ●ベビトレヨガインストラクター
定員 各回親子5組 **抽選**
対象 3か月～3歳のお子様とお母さん
持参物 バスタオル(2枚)、飲み物

お正月飾りを作ろう
アーティシカルフラワーを使って、しめ縄リースを作りましょう。
日時 令和2年12月24日(木) ①10:30～11:15 ②11:30～12:15
講師 森 里実氏
 ●Atelier"Re:"(アトリエアールイ)主宰
 ●フラワーデザイナー
定員 各回5名 **抽選**
参加費 1,650円(税込)
持参物 持ち帰り用袋、工作ばさみ(ワイヤーを切る為、多少壊れても良いもの)
託児 500円/1名(先着3名)

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

テレビ愛媛 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、(カラーキューブ愛媛) 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 Sumi-U 駐車場2台あり

HPはこちら

特別金利キャンペーン

通常金利 年2.4% 最長16年までご融資可能

教育ローン

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% 年1.9% (保証料込み)

金利優遇 最大▲年0.1% (保証料込み)

リボ払い さらに▲年0.1% (保証料込み)

対象条件 既婚者(専業主婦可) 既婚者(専業主婦可) 既婚者(専業主婦可) 既婚者(専業主婦可)

お取扱期間 2020年9月1日(火)～2021年5月31日(月)

愛媛信用金庫 http://www.shinkin.co.jp/ehime/

まだまだあります! てくるんイベント

※イベントの日程は変更になる場合がございます

一時預かりのご利用案内 (てくるん内「キッズタウン すまいる保育園」)

日曜・祝日(最大3時間まで) 10:00～20:00

対象: 6カ月～就学前
予約: 要予約(利用希望日の前日17時まで)
料金: 最初の1時間まで400円、以降30分までご200円
お問い合わせ: キッズタウン すまいる保育園 089-904-7007

★園児募集中★ 随時見学可! お電話お待ちしております。

子育て相談 予約不要 無料
毎週木曜日(祝除く) 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

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 まで写真を添付してお送りください。
※写真は、デジカメまたは携帯電話で、なるべく高解像度で撮影したものを送りください。 ※翌月の掲載にならない場合もございます。

エコバック係 いつもありがとう くほ ゆいな 久保 結愛 ちゃん H30年1月26日生まれ	逆立ちの練習しよう みんな逆さま おおいけ ののか 大池 穂花 ちゃん H26年12月5日生まれ	お兄ちゃん2人に囲まれて たくましく育ってます(笑) ご飯もよく食べるし、ハナマルです よた あふ 横田 姫愛 ちゃん R元年11月28日生まれ	みんなの人気者の珀虎くん みら はくと 三浦 珀虎 くん R元年8月4日生まれ
ケンカもするけど、仲良し姉弟 ふたりとも、すくすく元気に大きくなーれ! とかわ ましろ 豊川 真白 ちゃん H28年7月21日生まれ とかわ みつき 豊川 実生 くん R元年9月5日生まれ	今年初のぶどう狩り いっぱい食べて、いっぱい遊んで、楽しかったね! また行くわね とかわ うるき 遠山 卯葵 ちゃん H29年10月3日生まれ	箱入り息子です(笑) ふじた あおし 藤田 青志 くん H30年12月17日生まれ	いつも仲良しで「にこにこ」の2人 この先もパパとママといるんだとママで思いついて「にこにこ」 まさおか ゆき 正岡 幸弥 くん R2年1月15日生まれ まさおか つぎ 正岡 紡来 くん H30年10月15日生まれ

ドコママCLUB TSU・NA・GUふるじえくと

「TSU・NA・GUふるじえくと」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「ふるじえくと」です。



ファッションの専門家とヘアの専門家のコラボ企画、「子育てママをオシャレにしよう!」計画をスタートします。毎日忙しいママがヘアもメイクもコーデもばっちりなオシャレママに変身して頂くこのプラン、一番重要な事はモデルとなってご協力頂けるママさんです。募集要項をお読みになって、ご応募頂いたあなたがワクワク・キラキラできる時間を無償で提供したいと思っています。

愛媛の子育てママが楽しみながらオシャレになっていくそんな毎日のお役に立ちたいと本気で私たちは願っています。



子育てママをオシャレにしよう!プランには、ドコママ編集部やカメラマンにもご協力を頂いています。

子育てママをオシャレにしよう!計画スタートします♪

1976年以来、休むことなく続けられてきた「愛媛トヨペットふれあいグリーンキャンペーン」は、緑と人・人と人のふれあいのある豊かな街づくりを目指して、(社)国土緑化推進機構の協賛を受け毎年開催しており、今年で45回目を迎えます。2010年からは、私達が販売した



これまでに地域に寄贈させていただいた苗木はなんと約18,000本!愛媛県各地で綺麗な花や青々とした葉っぱを茂らせてすくすく育っています

「第45回愛媛トヨペットふれあいグリーンキャンペーン」を開催します!



ハイブリッドカーの台数と同じ数の苗木を地域に寄贈してきました。愛媛トヨペットが人と地域を緑でつなぐ架け橋になることをテーマに、「人の心に緑の憩いを」をスローガンとして掲げ取り組んでいます。今年の「第45回愛媛トヨペットふれあいグリーンキャンペーン」は松山総合公園で、まだ実施日が確定していませんが11月上旬に開催いたします。当日、愛媛トヨペットのスタッフとご参加いただいた方が一緒に花の苗を植えたり、落ち葉を拾って作品を作ったりする予定です。子どもたちの

子育てママをオシャレにしよう! ママモデル募集要項

★ヘア+全身コーデ(メイク込)+カメラマンによる写真撮影のすべてを無償で提供させていただきます。

- 条件として、Before/Afterそれぞれのお写真をHPやSNS、そしてドコママの紙面で紹介することを承諾していただける方。
- ご自身だけで、当店(hair salon chocolate)にご来店できる方(日時は調整をしてご来店いただけます。)
- ご応募後、ヘアカット、セット、カラーのことや、全身写真やお顔のアップ等々の事前打合せが可能な方。



【モデル希望のご応募は】

ドコママ編集部へメールで「おしゃれママモデル希望」とご記入の上、お名前・連絡先を付けてご応募ください。改めてご連絡をさせていただきます。

✉info@docomama.com

chocolate hair salon



chocolateのイメージビデオをココからご覧ください

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。

初めてご来店の方、「ドコママを見て」と言えば素敵な商品のプレゼントあります♥

2021年の1月11日(月)は「くるん」で「ママさんのためのヘアケア教室」を開催予定です。参加されたママがその場で頭皮の診断ができた、髪の毛に関するお悩み事をお一人お一人と対応できるセミナーになりました。いいなあ、と思っただけ、こちらにも楽しみなお待ちください。



地域の皆さまと共にまちを豊かに。

愛媛トヨペット

松山市空港通5丁目7番9号
☎089-972-0411

定休日/月曜日
(イベント開催時は翌火曜日。但し、ToP Town宇和島は月曜日も営業)

全店舗でご試乗のチャイルドシートをご用意しています。



未来への一助になれるよう、愛媛トヨペットはこれからもこのキャンペーンを続けてまいります。なお、「ふれあいグリーンキャンペーン」に関するお問い合わせは、愛媛トヨペットまでお願いいたします。

JA共済 プレゼンツ



11/1 10:00~16:00 (日) 雨天決行
松山:大街道商店街

ブースの制作体験やセミナー
専用ブースのイベントは、事前予約が優先となります。

新型コロナウイルス対策について
●検温計や飛沫防止シートの設置をはじめ、感染防止に万全を期します
●ご来場される皆様におかれましても、マスク着用・手指消毒などご協力をお願いいたします

昨年、好評を博した第1回「ママのリフレッシュフェスタ2019@松山」! 今年は感染防止対策に十分に対応したニューノーマルなイベントスタイルで、楽しく! 役立つ! リフレッシュフェスタを愛媛のママにお届けします!

ワークショップや相談ブースで子育てママをサポート

- お家時間を楽しむブース
- ①お片付けお悩みカウンセリング
 - ②バルーンでどうぶつバッグ
 - ③四国初 輝きベビーメソッド
 - ④おうちで仕上げる簡単足形アート

- 知っていれば心穏やか子育て術ブース
- ⑤数秘鑑定&星のタロットカード
 - ⑥赤ちゃんともち(親子の個性診断)
 - ⑦手相鑑定&アマビエたおる販売
 - ⑧わが子のオリジナル取説を作ろう
 - ⑨ドコママ「働く」相談所

- セルフで元気な身体や安心ブース
- ⑩バスソルト作り+数秘カラー
 - ⑪アロマ除菌スプレー作成体験
 - ⑫10針でマスクをつくらう♡
 - ⑬お子様の食事の悩みや疑問 解決します
 - ⑭姿勢と歩き方診断

- 最近会えないあの人に贈るブース
- ⑮写真と音声で思いを届けよう!
 - ⑯ファミリーフォト撮影会

※追加・変更の場合あり

体を使って♪子どもと一緒に♪ママリフレッシュ

- 体験イベント
- ④ダンボールでステキなお家を作ろう!
 - ⑤バランスボールで簡単カラダケア
 - ⑥絵本の読み聞かせ+親子リース制作
 - ⑦英語で楽しむ親子ふれあいトミック
 - ⑧音楽とあそぼう!
 - ⑨姿勢と歩き方レッスン
 - ⑩ベビサイズ(赤ちゃんともふれあい体操)

※ママのリフレッシュフェスタ2020@松山は事前予約の方優先となります。右の二次元コードから予約の申し込みが出来ます。※頂いた個人情報(ドコママとご希望の出展者からの連絡のみ)に使用させていただきます。



主催 あいテレビ 特別協賛 JA共済 協力 まちづくり松山・ドコママplus

ママのリフレッシュフェスタに関するお問い合わせは
あいテレビ企画事業部 (検索)あいテレビ
☎089-921-2192 平日9:00~17:30

出展ブースに関するお問い合わせは
サンサンファミリードコママ編集部
☎089-909-9855 平日9:00~15:00

特集 七五三

七五三とは、男の子が3歳と5歳、女の子が3歳と7歳の時に成長を祝う行事です。最近では数え年にこだわらず、満年齢や、家族の成長にあわせてお祝いすることも多くなりました。

晴れ着を着たり、記念写真を撮ったり、家族や親戚と会食したり：お祝いの仕方は各家庭それぞれですが、子供の成長を喜び、お祝いしましょう。

今回はドコママモデルに登場して下さったお2人の「お参りの作法」をご紹介します。



取材協力／伊豫豆比古命神社

椿神社ではコロナウイルス感染予防のため、七五三はつぎのような対応で行事を執り行っています。

- 拝殿内に畳を敷いて子どもさんが密にならないよう間隔をあけて椅子に座って頂きます。
- ご祈祷中はマスクを着けていただくことを推奨いたします。
- アルコール消毒液を設置していますのでご利用ください。

1 神社の境内に入る前に



長岡芽愛ちゃん 阿立武大くん

一礼 境内に入る前に一礼します。

2 手水舎でみずしゃ又はちよすしゃ



神様にお会いするために、身なりを清潔にする「みそご」を行います。
①で汲んだ水を少しずつ使って④までの動作を行います。

- ① ひしゃくを右手に持ち、水を汲みます。
- ② そのまま左手に少し水をかけ、持ち替えて右手に少し水をかけて、左→右の順で手を清めます。
- ③ ひしゃくを右手に持ち替え、左手に少し水を受け、その水で口をすすぎ、左手を洗います。
- ④ ひしゃくを縦にし、中に残った水で柄の部分を通します。

3 本殿までの道のり



参道の真ん中(正中)は神様の通り道になっているので、道の端を歩くようにします。

4 本殿



① すぐからを鳴らします。(音を鳴らすことでお祓いをします。)



② お賽銭は投げずに静かに入れます。



③ 二回礼(再拝という、90度の礼)をします。



④ 二拍手(手のひらを合せて右手を少し下げた状態で拍手)拍手はさすがらと同じように邪気を祓う意味があります。

5 一礼して下がります。

椿神社の七五三祈願について

● 祈願料 (御初穂料、御玉串料)
1人 5,000円
2人 8,000円
● 時間
9～16時

● 松山市居相2丁目2-1
● TEL.089-956-0321 ● <http://www.tubaki.or.jp>



境内を出る際には一礼します。

5 お参りが終わったら...



本殿の回廊を一周歩き、(正中をはずして)正面で一礼。

ここからは神社ごとに作法がかわります。今回は椿神社の作法をご紹介します。

赤ちゃんとお母さんの健康と無事を願って

腹帯のお祓い

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お母さんの健康と無事を願って行うのが腹帯祓(安産祈願)です。子ど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。

安産祈願

戌の日

見守神社(伊豫豆比古命神社)の腹帯祓

● 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
祈願祭は10時と14時に斎行
※予約不要、所要時間は20分程度

こもりじんじゃ
見守神社(伊豫豆比古命神社)
松山市居相2丁目2-1 電話089-956-0321
<http://www.tubaki.or.jp>

令和2年 戌の日

10月	10日(土)・22日(木)
11月	3日(火)・15日(日)・27日(金)
12月	9日(火)・21日(土)

※祈願祭において、コロナウイルス感染予防の対応は現在徐々に緩和しています。詳しくLHPでご確認ください。

男女3歳「髪置」男児5歳「袴着」女児7歳「帯解」

椿神社の七五三

受付 10月～12月中の午前9時～午後4時頃までの間で随時受付
● 予約は承りできません
※コロナウイルス感染対策のため、年内いっぱい受付を行っています。

年の数だけ太鼓をたたいて、健康祈願
七五三年太鼓
11月中のみ毎日
朝9時～夕方4時頃まで境内に設置

いよずひこのみことじんじゃ
伊豫豆比古命神社 椿神社
松山市居相2丁目2-1 電話089-956-0321
<http://www.tubaki.or.jp>

駐車場スペース増 **250台**

ハッピーワーキングママクラブ 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...

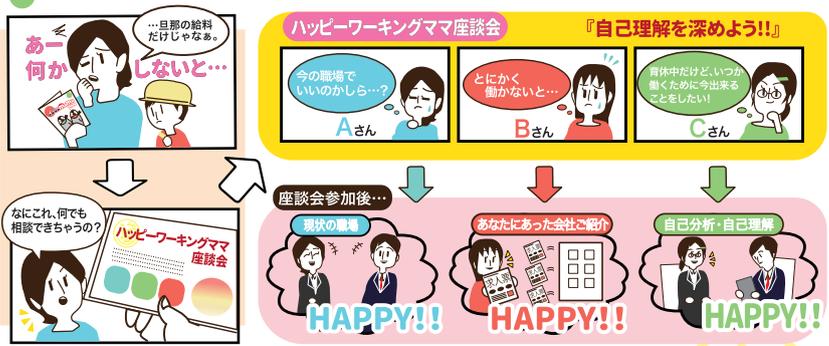
Q.働きに出るタイミング
をどう見極めているか
わからない...

Q.いつか働こうと思っ
ているが何からしてい
かからない...

楽しく気軽に
ご相談



「いつか働くために、いまできること」



- あなたにあった相談方法を各種ご用意!!
- 座談会**
あなたが仕事を通じて社会とそして企業とつながる「**活躍力**」を独自の手法（アプローチ）で見出します。
 - 仕事探し相談**
「いやすく働きたい」というご要望にお応えするべく個別相談もお受けいたします。おひとりおひとり丁寧にお伺いします!
 - 働くためのスキルアップ**
企業の求める「人材」に近づきあなた自身が求められる「人材」に成長!**こんなふう**に働きたいを実現!無作為に資格をとるよりHAPPYな働き方へ近づけます。
 - 自己研鑽**
忙しいママさん用に「時間」「ストレス」「人間関係」などを中心とした**自己成長と悩み解消**コンテンツをご用意しています!
 - 事業成功商売繁盛起業**
あなたの「好き」を**仕事に!**Wワーク、パラレルワークが浸透していく未来が目の前までできています。真実に価値の創造をお手伝いする「場」です!
 - お茶会**
仕事に限らず「家事」「育児」「家族の将来」「母としての在り方」など**日常の悩み、不満、モヤモヤ**などを気軽に話せる「場」です。

主催 ハッピーワーク研究所（ジャストワン&ドコママプレゼンツ）

第16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 11月11日(水) 10:00~11:30
場所 男女共同参画センターコムズ視聴覚室A(4F) 愛媛県松山市三番町4丁目4-20

参加無料 託児あり 駐車場あり

お申し込み
 ●右のQRコードからお申し込みができます。
 ●ドコマ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

愛媛の子育てママたちへ!! TSU・NA・GU 新ぶろじえくと始動!

Start① TSU・NA・GUぶろじえくと **“食育”** VOL.1



伯方の塩 × グリーンセンターてんとうむし

『子どもと家庭の食文化研究会』 ～テーマ「塩と野菜」～

食文化研究会は、ライフステージに応じた食の摂り方や大切さを次世代に伝えるプロジェクトです

- 監修 ● 松山短期大学 教授 垣原 登志子
- メインサポーター ● 伯方塩業株式会社
グリーンセンターてんとうむし
- 特別協力 ● ヨンデンプラザ松山
- 企画主催 ● サンサンファミリー株式会社

★「子どもと家庭の食文化研究会」では、座談会や食育料理体験会の参加メンバーを募集します。10月末頃開始予定!!
 【募集要項の詳細はドコママホームページをご覧ください。】

Start② TSU・NA・GUぶろじえくと **11月OPEN!!**

“子育てお悩み解決探偵団”



子育てに悩み事がある時は、ドコママホームページ「ウメさんの子育て相談部屋」のイラストをクリックして、自由に入室してね。



Start③ ドコママ読者からこんなお店のクーポンあったらね♪の声に応えるコーナーのスタートです♡気になるお店の情報をドコママ編集部までメールで教えてね!!

クーポンのご利用はクーポンサイトの画面をご提示ください
10月のクーポンはコレ!

肩こり 腰痛 産後 猫背 でお悩みの方

無限整体院

(約1時間30分・カウンセリング・施術)
 通常:5,500円(税込)が
**ドコママクーポンで
 2,200円(税込)**に

来店時にクーポンをご提示ください

釜めし全メニュー
 ひと釜**200円引き**

釜めし

ご注文時にドコママクーポン利用とお伝えください。
 お届けの際にご提示をお願いします。

“ドコママクーポン”始まりました!

doco.moni会員のマイページMENUや、ドコママHPからクーポンコーナーに入れます。どんどん利用してね!

doco.moni会員のマイページMENU
 ドコママクーポンから

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

どんどん増えるよ♡

docomama ホームページ
 ドコママイベント予約
 登録のイベント情報
 ドコママブログ
 アンケート「クーポン」について
 お客様情報の登録

docomama ホームページ TSU・NA・GU クーポン情報から

今、口コミで人気の美肌脱毛サロンパールプラスを体験レポート♪



照射口を取り外して
抗菌・除菌ができる
自社開発の脱毛機により
衛生面も安心◎

docomama ママのガチレポ・ビューティー☆



レポーター
ドコママ
みっちー

通称
毛深すぎ?
クマママ

私の悩みは、全身、特に背中
の毛が多いこと。家族には「クマ
みたい笑」と言われることも。若
い時は気にして剃ってもらった
りしてたけど、この歳になっ
たらもう諦め半分。そんな私に
合う脱毛サロンなんてあるの
かなあ。

全身脱毛と聞くと、「痛そう!」「高そう!」「面倒くさい!」というイメージ。そんな気持ちの取材が、体験をしてみてもびっくり。背中全体の施術がたった3分で終了!顔を含めた全身脱毛でも40分程度。しかも全く痛くない!チクっともしない!これを2週間に1度通うだけでスベスベな美肌になるなんて驚きです。子どもの習い事の間にちょこっと寄ることもできるし、無理なく続けられそう。しかもリーズナブルな金額!ママもキレイになっていいんだ〜と感ずることができました。



美肌になりた〜い!!
でもしんば〜い!!
そんなママの為に
カウンセリングは無料♡



新型コロナウイルス対策について
私たち「パールプラス」では、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、店内除菌、1時間に1回の換気を実施しております。使用する器具、備品類も徹底した消毒を行った上で対応させていただきます。お客様および従業員の健康と安全を守るため、ご理解、ご協力の方のほどよろしくお願い申し上げます。

松山OPEN記念キャンペーン

◆毎月先着10名様限定!
無料カウンセリング+全身脱毛
今だけ
お試し価格 **3,980円**(税別)
※お顔以外の全身+VIO

◆5年間保証付き!
全身脱毛20回コース ※お顔+VIO込
198,000円(税別)
※1回で全身脱毛可途中、妊娠・出産などで通えなくなっても5年間のうち、いつでも再開できます。



業界一衛生的な脱毛サロンを目指すパールプラス

松山3店舗グランドオープン

山西店

松山市山西町801-4



☎089-989-9515

東石井店

松山市東石井6-5-12
グランドハイム
東石井102



☎089-993-8664

空港通店

松山市空港通
2-9-36
福川ビル201



☎089-995-8799



美肌脱毛専門店 パールプラス

脱毛 パールプラス 検索

こどもとあるこ♪

おさんぽルポ

vol.98 D-CAFE

「いちごが食べたいよ」ということで
湊町に昨年11月にopenした
D-CAFE にやってきました。
いちごあめというお祭りの時に屋台で
買うイメージですが cafeに座って
食べるのは初めてです♡



フルーツサンド
いちご&ぶどう
¥680

松山市 湊町
3-10-2
☎089-999-9715
木曜休



外はパリパリ!
中は甘酸っぱい
ジュース下
いちご♡

マスク自体が
甘くて血液
あめとよく合う!

季節によって
パイナップルや
みかん、りんごも
ありますよ♡

フルーツは毎朝
業者さんから新鮮で
きれいなものを手に
入るそうです。
映えますね〜!
キラキラのフルーツあめ、
是非食べてみて下さい!

絶対のフルーツサンド♡
女流的なフルーツがもりもり入った、
生クリームとクレープを合わせた
クリームが甘すぎずおいしい!

とまほ
¥300

ぶどう
¥300

みくす
¥350

お芋
¥300

ブルーベリー
¥200

マシュマロ
¥300

イチご
¥350

ツヤツヤの
キラキラ
宝石のような
9mm!

シャイン
マスカット
¥400

フルーツサンド
いちご&ぶどう
¥680

秋・冬の感染症を予防しよう

新型コロナウイルス感染症の流行の中、これから流行シーズンを迎えるインフルエンザ。感染力が強く、短期間に多くの人に感染します。ご家族のみなさんも一緒に感染症の予防をしましょう。

予防のポイント

- 流行前にインフルエンザの予防接種を受けましょう
インフルエンザ最大の予防策は流行前の予防接種です。インフルエンザは例年12月〜3月頃に流行します。予防接種を受けてから抵抗力がつくまでに、2週間程度かかるため、12月中旬までに予防接種を終えておくようにしましょう。予防接種は6ヶ月以上のお子さんが受けることができます。小さなお子さんは2回接種が必要ですので、かかりつけ医と相談しましょう。
- 手洗い・うがいをしましょう
外から帰った時、調理の前、食事の前には必ず手洗いとうがいをしましょう。また、アルコール製剤の消毒も効果があります。
- 咳エチケットを守りましょう
屋内や人の集まる場所では、マスクを着用しましょう。
- マスクをしていない時に咳やくしゃみをする時は、ハンカチや腕

手洗いの方法



の内側で口と鼻を覆い、顔を他の人に向けないようにしましょう。
●身体的距離を保ち、3密(密集・密接・密閉)を回避しましょう
●バランスのとれた栄養と十分な休息をとりましょう
●毎日の健康チェックをしましょう
毎朝検温をしましょう。咳や体のだるさなどがなければ確認し、体調の悪い日には無理をしないようにしましょう。

インフルエンザは早期に診断・治療を

38℃を超える急な発熱や全身倦怠感などの症状があるときには、医療機関を受診しましょう。

松山市手洗い・うがい・歯みがき推進ソング
松山市 元気で笑顔 検索



●お問合せ先
松山市保健所健康づくり推進課
ダイヤル ☎089-911-1817
受付時間 月〜金曜日(祝日を除く)
8時30分〜17時

各回15名
限定参加費&
託児 0円初心者
に
わかりやすいお1人で
参加OK

コロナショックに負けない

「家計改善」と「資産運用」 の勉強会



写真はイメージです

セミナー後は
嬉しい食事付♪

午前の部

午後と夜の部

L'OCCITANEの
ハンドクリーム
お土産付♪全国各地でセミナーを
開催しています!

家計のやりくり、住宅ローンや老後の備えのこと…新型コロナウイルスもあってお金に関する心配や不安が増していませんか?

「教育資金」「住宅購入」「クレジットカード活用」「iDeCo・NISA」「老後資金」など。

大人気の講師が『今』こそ始める、固定費の削減から資産運用まで徹底解説。

しっかり勉強した後は、美味しい食事またはお土産の特典付き♪

参加の皆さんの安心と安全を第一に考慮し開催いたします

●席の間隔の確保 ●換気の徹底 ●除菌用アルコールの設置 ●施設内の定期的除菌 等

午前の部

子育てママ必見! マネーセミナー

無料託児付♪ 応募人数 15名

開催日 12/1(火)・2(水)

9:45～ 受付
10:00～12:00 セミナー
12:15～ 食事・自由解散会場 男女共同参画推進センター
COMS(コムズ)
松山市三番町6-4-20食事 レストラン ラ・テラツツア
松山市大手町1-10-10
ホテルマイステイズ松山1階

申込方法・お問合せ

二次元コード・メール・お電話でお申込み下さい。

×切 11/28(土)・29(日)
TEL 090-8060-9296

✉ ehime@lifechoice-woman.com

9時～22時対応(担当:門田)



午後の部

松山女子必見! マネーセミナー

無料託児付♪ 応募人数 15名

開催日 12/1(火)

12:45～ 託児受付開始
13:00～15:00 セミナー
お土産付会場 男女共同参画推進センター
COMS(コムズ)
松山市三番町6-4-20特典 L'OCCITANEの
ハンドクリームお土産付

申込方法・お問合せ

二次元コード・メール・お電話でお申込み下さい。

×切 11/28(土)
TEL 090-4334-3933

✉ ehime@lifechoice-woman.com

9時～22時対応(担当:白川)

夜の部

松山女子必見! マネーセミナー

託児なし 応募人数 15名

開催日 11/30(月)

18:45～ 受付
19:00～21:00 セミナー
お土産付会場 一番町ホール
松山市一番町2丁目4-8
久保豊一番町ビル3F特典 L'OCCITANEの
ハンドクリームお土産付

申込方法・お問合せ

二次元コード・メール・お電話でお申込み下さい。

×切 11/27(金)
TEL 090-4334-3933

✉ ehime@lifechoice-woman.com

9時～22時対応(担当:白川)



※申込時、参加希望日・氏名・電話番号・「ドコママを見た」とお知らせください。食事付きは出欠を、託児付きの部は託児無/有(お子様のお名前・性別・月齢)もお知らせください。

講師 夏山 豊起氏



全国各地で、企業や学校のFP外部講師、社会人や子育てママ向けのセミナー講師として講演を実施。年間約750回の面談を行う大人気のファイナンシャルプランナー。

プライベートでは2016年に住宅を購入し、2人の娘のパパでもある。教育費や住宅購入、資産運用など、実体験に基づくライフプランニングが好評。

☑ 1つでも当てはまった方は
参加をおススメします

- ライフプラン(人生設計)を真剣に考えたい
- 将来に備えて金融の知識を身につけたい
- 「資産運用」に興味があるけど、難しそう
- 教育資金を効率的に貯めるには?
- 住宅を購入するとき、ローンの組み方はどうしたらいい?
- iDeCo・NISAって何?

託児無料

勉強会中、有資格者のスタッフが別室でお子様を託児いたします

ご準備いただくもの

- 飲み物 ●おやつ
 - 替オムツ ●ビニール袋
- (乳児の場合)
- ほ乳瓶 ●お湯
 - 1回ずつに小分けしたミルク



注意事項

※連絡なしのキャンセルはご遠慮ください。次回以降お断りさせていただく場合がございます。

※セミナー開始後30分を過ぎますと入場できません。

※夏山先生のセミナーを一度受講された方の二度の受講はできません。 ※食事は大人の方のみのご用意となります。

※保険会社および保険代理店、銀行、証券会社にお勤めの方、その配偶者のご参加はご遠慮ください。

※個人情報はお問合せに対する対応業務、及び当社サービスのご案内、各種情報の提供等に利用させていただきます。

【主催】 株式会社 Life Choice