

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カ所で配布

まちコミュスポット 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2021年5月上旬に行います。当選者のみ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。

2021年5月開催講座

申し込み受付期間 2021年4月15日(木)～

抽選のイベントは4月30日(金)締切

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

消極的な子の伸ばし方

うちの子は消極的だけど大丈夫かしら?心配無用!伸ばし方のコツを知り、その子らしく輝かせてあげましょう。

日時 令和3年5月6日(木) 10:30～12:00

講師 中越 こずえ氏
- えひめコーチングプロッサム
- 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6名)

フラワーレッスン

母の日に贈るプリザーブドフラワーのミニアレンジメントを作りましょう。

日時 令和3年5月6日(木) ①12:45～13:30 ②13:45～14:30

講師 森 里実氏
- アトリエアールイー フラワーデザイナー

定員 各回5名 先着順

材料費 1,500円(税込み)

持参物 はさみ(細いワイヤーを切る為多少傷んでもいいもの)

託児 500円/1名(各回先着6名)

母子手帳カバー作り

可愛い材料を切り貼りしてお子様の写真入りのオリジナルカバーを作ります。

日時 令和3年5月13日(木) ①10:30～11:15 ②11:30～12:15

講師 佐伯 慶子氏
- mamacoco ashiato
- petapeta-art®インストラクター

定員 各回4名 先着順

材料費 1,000円(税込み)

持参物 はさみ、固形のり、お子様の写真を貼りたい方はアップ以外の小さく切れる写真数枚

託児 500円/1名(各回先着6名)

こんまり☆で楽家事♪

【体験型】ママのためのお片づけ講座。お子さまと一緒に学びましょう。

日時 令和3年5月13日(木) ①12:45～13:30 ②13:45～14:30

講師 増田 恵子氏
- こんまり®流片づけコンサルタント

定員 各回5名 先着順

持参物 お子様の長袖Tシャツ一枚持参下さい。
収納力UPのたたみ方をお伝えします

対象 2～3歳のお子様とママ

バランスボール エクササイズ

バランスボールを使って、音楽に合わせて弾んだり、ストレッチや筋トレをします♬ お子様連れOK!

日時 令和3年5月20日(木) ①10:30～11:15 ②11:30～12:15

講師 中村 まどか氏
- 一般社団法人体力メンテナンス協会認定バランスボールインストラクター

定員 各回5組 抽選

持参物 裸足になれる動きやすい格好、水分補給の飲み物、タオル

生まれもつ個性を知る「赤ちゃんともち」

生年月日で子どもの個性を知り笑顔いっぱいの子育てをしましょう!

日時 令和3年5月27日(木) ①10:30～11:15 ②11:30～12:15

講師 時川 よしみ氏
- ISD個性心理学協会・子育てカウンセラー協会 愛媛松山えがお支部 支部長

定員 各回5名 抽選

託児 500円/1名(各回先着6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

HARI HARI
美容ハリ × 小顔矯正サロン ーハリハリー

ママだから。
とことん美しく



ほうれい線・くすみ・たるみをカバー!
Instagramや You Tubeで話題の
美容鍼&小顔矯正ができる隠れ家サロン。

満足度No.1
リピート率
驚異の96%

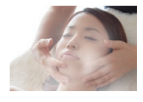
東洋医学 × 小顔矯正技術によってたった1回の施術で驚きの変化!!
一気に、もちもち小顔美肌に生まれ変わる♥
施術者とお客様の1対1の完全個室だから、コロナ対策も万全!

【先着10名様】ドコママ限定「美容ハリ&小顔矯正コース」

ご予約特典
①12,800円 → 5,500円(+tax)
②60min → 120min
③美容ハリ通常25本 → 最大50本
④肩こり&首こり治療 → 無料サービス

※ハリが怖い方は小顔矯正のみも可能です
※予約時に「ドコママを見た」とお知らせください




←実際の施術ルームです

☎070-2820-0728 (平日9:00～21:00)
詳しくは、ハリハリ 小顔 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Sumu1-A 駐車場2台あり
HPはこちら

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お送りください。
※翌月号の掲載にならない場合もございます。



志摩 春人(しま はると)くん R1年5月10日生まれ
志摩 海人(しま かいと)くん H29年6月8日生まれ

アイスクリーム大好き!



千田 結士(せんだ ゆいと)くん H26年8月16日生まれ
千田 真暖(せんだ みはる)ちゃん H29年4月23日生まれ

兄妹仲良く
元気に
大きくなぁれ♥



山田 康祐(やまだ こうすけ)くん H28年7月4日生まれ

ぼくの愛する
虫ちゃんたちの
季節がやってくる～♥
今からワクワクが
止まらないー!!



玉井 榛馬(たまい はるま)くん H30年4月22日生まれ

お城山でのアイスは、
最高だね♪
4月から幼稚園、
楽しんでね!!

特別金利キャンペーン
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!

通常金利 年2.4%
キャンペーン金利 年2.1%(保証料込み)
最長16年までご融資可能
年1.9%
固定金利／最下限金利(保証料込み)

金利優遇 金利引き下げ幅 最大▲年0.1%
対象条件 ●元気っず倶楽部通帳ご契約者さま

リピートプラン 金利引き下げ幅 さらに▲年0.1%
対象条件 次のいずれかに該当する方
●しんきん保証基金保証付のカードローンをお持ちの方(同時申込も可)
●しんきん保証基金保証付の個人ローン・住宅ローンをご利用の方

令和2年9月1日現在

入学金や授業料をはじめ、教材費や下宿費用、留学費用や借換え資金にも!

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/

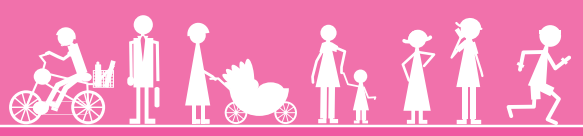
こどもとあるこ♪ おさんぽルポ

vol.103 banabee



ドコママCLUB

TSU・NA・GUぷろじぇくと



「TSU・NA・GUぷろじぇくと」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「ぷろじぇくと」です。

Chocolate×COLOR CUBE×studio switch.とで ママさん素敵に変身物語 ～akiさん編～



2歳になる女の子のママです。いつも完璧に子育てをしようとする気持ちが、自分自身を追い詰めていました。そんな時、私の母がこの企画を見つけ勧めてくれました。母はびっくりするほどアクティブで！ 楽しそうで！ 私も母のようになりたいと、ついつい思ってしまいます。よし、今回はママっぽくないママになりたい!と思い応募しました。



「イメージをがらりと変えたい」という要望を実現するため髪の毛を10cmカット。毛先にパーマをあてました。そして重めのウルフカットでアレンジしました。





担当美容師　宮岡宗平
hairデザイン参考価格
デザインカラーカットパーマ
税込¥18700～
カラーカット¥9900～

コーディネートとメイク
COLOR CUBE
代表 峯　美樹さん

撮影
studio switch.
Photographer 一楽さん

▲akiさんのパーソナルカラーは「春」(ビタミンカラーの明るい色)。白のレースのインナーとプリーツスカートにグリーンのロング羽織りを合わせ、明るさを強調しました。

akiさんの感想


モデル:akiさん 松山市在住

髪を切って、何だかご機嫌になりました。誰にも優しくなれそうな気がします。子どもの躾はきちんとしておかないといけない…そんな張り詰めた緊張も消えた気がします。第二の新たな人生が始まったようでワクワクです。

chocolate_オーナー宮岡さんからおしゃれアドバイス

頭皮用の化粧水があるのをご存知ですか?頭皮は顔と同じで保湿をしないとトラブルになりやすいので注意が必要です。顔専用のベタつかない化粧水でもいいので頭皮を乾燥から守ることが大切です。

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のイメージビデオをココからご視聴ください



ドコママHPではakiさんの変身の様子が更に詳しく掲載中!
来月号もオシャレに変身したママをお楽しみに♪

キーワードは“今、ここに集中!”「子育てに効くヨガとマインドフルネス」





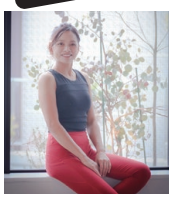


長引くコロナ禍がますます多くの不安やストレスを抱える原因となっていませんか?
そうした不安やストレスの軽減、学習・記憶・集中力のアップ、自律神経回復などに役立つ効果的な方法として、様々な立場の人や職場から「マインドフルネス」に注目が集まっています。5月のTSU・NA・GUオンライン子育てセミナーでは、このマインドフルネスを愛媛でいち早く紹介・実践し、ヨガ講師としても大人気の桂浦美紀さんをお招きして開催します。

2019年9月に開催した愛媛トヨペットTSU・NA・GU子育てセミナーでも、桂浦さんのマインドフルネスについて取り上げました。その際、参加者の方から「また開催してほしい!」という多くの声をいただいたため、今回はドコママ読者の皆さんの期待にお応えして2回目の桂浦さんのセミナーを開催します。ご自宅からスマホやタブレットを使って参加できますので、ぜひお気軽にご応募ください!



ご案内 愛媛トヨペット第12回TSU・NA・GUオンライン子育てセミナー



◆テーマ/『子育てに効くヨガとマインドフルネス』

みなさんは、こどもにストレスをもたらす最大の原因は何かご存じですか?それは勉強や友人関係ではなく「親のストレス」だということがわかっています。ですから、親が自身の心身の状態を整えてストレスを軽減することが、何より大切なのです。簡単なヨガのポーズや呼吸法、そしてマインドフルネスのお話し会を通してみなさんが子育てのストレスとうまく付き合っていける方法をシェアできる時間になればと思っています。

◆講　師/桂浦 美紀 yoga studio COLMADO代表
◆開催日/令和3年5月21日(金)
◆時　間/オンラインセミナー10:00～11:00
　　オンライン座談会　11:00～11:20
状況によって多少時間が前後する可能性があります。予めご了承ください
◆参加者/10名前後

ご参加特典のプレゼントもご用意してお待ちしております
お手持ちのスマホから簡単に参加できますよ♪

お申し込みはドコママ編集部 **info@docomama.com**までご自身のお名前と連絡先に「オンライン子育てセミナー希望」と明記してお送りください。

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・第2火曜日
(ToP Town宇和島は除きます)

全店舗でご試乗用のチャイルドシートをご用意しています。



各店舗の営業カレンダーはこちら

オンライン未体験の方歓迎! ドコママがサポートします。

●ドコママ編集スタッフがオンライン未体験の方に使い方をサポートします。
●セミナー開催日前に行うので当日は安心して参加できます。
●サポートご希望の方は info@docomama.comまで

お気軽に「オンライン体験希望」と明記してお名前、ご連絡先をご記入の上、お送りください。個別に体験日の日時を相談させていただきます。

育児関係 家族・人間関係 仕事関係 発達障がい 食育 etc

docomamaから子育て中のママへ 一人で悩んでいませんか

そんな時に、気軽に相談できるドコママの「ウメさんの子育て相談室」に書き込んでください。

子育てお悩み解決探偵団(ドコママ提携の専門家たち)が あなたの悩みごとを解決するために役立つアドバイスをしてくれます。



このイラストが相談室の入り口です



運営:ドコママ【子育てお悩み解決探偵団】

2月は15件のご相談が寄せられています



スマホでもドコママHPのウメさんをクリックすれば簡単に相談を書き込めます。

皆さまからのご相談事例

父親が子育てに協力してくれない
【相談】私は共働きで、6歳と3歳の子供を育てている母親です。主人は、勤務が変則的です。私は10時から15時までパートで働いています。主人がいれば夕食は一緒に食べますし、気が向いたら子供を風呂に入れてくれます。でも、いつもやってくれるわけではないし、しんどそうにしていると頼めないので、結局自分で家事一切をやってしまいます。もう少し家事や育児を分担してくれないかと悩んでいます。

祖父母から育児に関してあれこれ口出しされる
【相談】4歳児の母親です。私の悩みは自分の両親のことです。実家に帰ると、祖父母が子育てに関してあれこれ口を出してきます。孫のことを思って言うのはわかりますが、実家に帰るのが憂鬱になります。何か解決する方法はないでしょうか。

子どもが病弱で、欠勤や早退等で職場に迷惑をかける
【相談】小学4年生と1年生の子供を持つシングルマザーです。下の子が病弱なため、風邪をひきやすく熱を出して学校を休むことがあります。フルタイムで働いていますが職場に行かないと業務はこなせず、仲間に迷惑をかけてしまいます。私の両親は山間部に住んでいるので、急な対応は難しいです。同じ様な境遇の方にどうしているのか聞きたいです。

相談無料! 操作簡単!

①ドコママのHPに居るウメさんのイラストを押す。
②お名前(ニックネームOK)を記入して「チャットを開始する」ボタンを押す。

後は、画面にそって相談事を書き込んで送信するだけ♪専門の方からあなたへメールで解決方法のアドバイスが届きます。(相談内容やメールアドレスは誰にも閲覧されないので安心してご記入ください)



対象年齢 男女2歳～

随時全教室で無料体験レッスンを受けられます！

一緒に楽しく体操をして、運動能力を高めよう!!

「ファースト体操クラブ」は2歳から12歳の運動神経の発育に重要な時期のお子様を対象に体操教室を開いています。クラブ代表の奥野純一先生は、2017年えひめ国体成年男子を優勝に導きました。「豊かな運動神経は、大脳の発育を促し、情緒を安定させ心身ともに健やかな成長へと導きます。ファースト体操クラブでは、運動が苦手なお子様でも楽しく参加できるのでぜひおこしください！。随時無料体験も行っていますよ★



ファースト体操クラブに通われているお子様のママ達の声

Q1. ファースト体操クラブの特色は？

・鉄棒、とび箱、マット、トランポリンだけでなく、学校行事にあった指導をしてくれる
・先生がジョークを交えつつ的確な指導をしてくれるので、楽しみながら本格的な体操を学べる

Q2. ファースト体操クラブに通って良かったことは？

・あいさつ、礼儀が身についた
・体力がついた
・体が柔らかくなった
・なわとびがクラスで一番跳べるようになり、皆の手本となった
・キャンプが楽しい



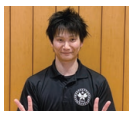
教室案内

● 森松教室(月・水)　● 久米教室（火）
● 中村教室（木）　● 湯の山教室(金)
● 古川教室（金）　● 堀江教室（土）
● 和気教室（土）　● トランポリン教室(土)

指導者の紹介



ファースト体操クラブ 代表
奥野 純一（おくのじゅんいち）
選手歴:18年 指導歴:18年



ファースト体操クラブ ヘッドコーチ
森野 亮平（もりのりょうへい）
選手歴:18年 指導歴:14年



楽しく体操をして 運動能力を高める **ファースト体操クラブ** First Gymnastics Club

詳しくは気軽にお問い合わせください（本部）松山市湯の山東4
Tel 080-8636-0318　ファースト体操クラブ　検索



ドコママ すくすく **習いごと特集**

子どもの健全な心と身体の成長

入園、入学、進級など、新たな生活が始まる春。
一緒に始める仲間が増えるこの時期は、新しい習い事を始めるチャンスです！
新年度のスタートに合わせて、お子さまも一歩踏み出してみませんか？
ドコママおすすめの習い事を紹介します。

愛媛のイベント情報はこの二次元コードから⬇

ドコママHP愛媛のイベント情報にある「習いごと特集」バナーをクリックしよう！。スマホで紹介記事を閲覧できます♪



インドアだから快適テニス！ 春休み 短期テニススクール

～テニスの楽しさを肌で感じよう～

当スクールでは、恒例の春休み「短期レッスン」を行います。スクール生もテニスがはじめてのお子様も気軽に参加できます。みんなで楽しくテニスしましょう♪(ラケットは無料で貸し出します。)



対　象　**キッズコース**（小学1年生～小学6年生）　※店員10名
やわらかいボールを使用します。
時　間　16:30～17:30
期　間　3月29日(月)～3月31日(水)
受講料　3日受講　3,300円(税込)
　　1日受講　1,100円(税込)

申込方法　☎089-963-1965
もしくは直接フロントにてお申込み下さい。

Let's Enjoy Tennis

当日は運動靴と運動のできる服装で、飲み物とタオルをご用意下さい。

ご招待限定 無料体験企画

4月末まで1カ月**無料ご招待**（1ヵ月4回までご利用いただけます。）
翌月ご継続の場合は**入会月の受講料を半額**にいたします。

えばらインドアテニス
●インドア・砂入り人工芝コート(4面)
●更衣室・シャワー・駐車場完備
松山市恵原町甲1-6 TEL 089-963-1965　えばらテニス　検索

対象年齢 男女4歳～

無料体験キャンペーン実施中！お友達一杯まってるよー♪

保護者コメント

●4歳から通い始めて1年経ちました。お調子者だけど人見知りなところがあってみんなと同じようにレッスンできるのか心配していました。でもコーチや同じクラスの子たちが優しく接してくれて、すぐに馴染むことができて安心しました。やりたくないと言う日もたまにありますが、レッスンが始まるとすごく楽しそうに参加できています。
ビーバークラスの間は、技術面よりも休まず元気に、みんなと楽しくできるのが何よりだと思うので、頑張って続けてくれると嬉しいです。
（ビーバーに通う男の子のママ）

●ビーバークラスに入会して1年が過ぎました。始めた当初はボールにも追いつけないのでテニスを辞めると言い出すかと心配しましたが、今はラリーが続いたときは嬉しそうな顔で、コーチから注意されたときは、複雑そうな顔をしています。
家庭や幼稚園では見れない顔が見れて楽しいです。
（ビーバーに通う女の子のママ）

指導者の紹介



ヘッドコーチ 山下 直紀
テニスを楽しみ、上達しましょう！



チーフコーチ 徳永 悠人
みなさまのお越しをお待ちしております。







わが子の晴れの日を奇麗な艶髪で



ドコママ HP の美容室特集も見てね

直接右の二次元コードから特集サイトに入れます



もうすぐ卒入園や新入学の時期を迎えます♡
とても楽しみな反面、初対面の方とお会いする事も多くなり、服装は…ヘアアレンジは…と気をもむ事が多くなるのもこの季節ですね。
普段は子育てに追われて髪の手入れも疎かになりがちなママへ、潤いのある奇麗な艶髪でわが子の晴れの日を迎えませんか。



素敵な美容室のご紹介です。

コロナ禍で頑張る【ママ応援企画】

似合わせカット ＋ 炭酸TSUYAカラー ＋ 炭酸頭浴
ご新規様限定 14,300円 ▶ **7,700円**
1日限定3名

髪質改善プリズムミラー ＋ カット
ご新規様限定 ▼18,150円
12,100円
1日限定3名





HAIR MAKE
GRACE
松山インター店
TEL 089-969-6005
〒791-1105 愛媛県松山市北井門 2-1-14
営業時間 ● OPEN 9：00 ～ CLOSE 19：00
定 休 日 ● 毎週日曜日・第1.3月曜日

読者プレゼント

ハガキでのご応募もOK♥



1名様

頭皮の環境を整え、美しい髪を創る目的で開発された chocolate オリジナルのトリートメント。臭いや刺激に敏感になる妊婦さんや普段から髪にダメージのある方にお薦めです。

A Maternity Hair Care Treatment(300ml)

提供 chocolate hair salon
https://chocolatehairsalon.site



1名様

ボトルの中でカラーストーンがキラキラと輝くキューティクルオイル。爪、キューティクルに潤いと栄養を与え、乾燥を防ぎます。" 色 / ハニーベリー・内容量 7ml" 店舗で当選ハガキとの交換になります。

B SHAREYDVA シャレドワベビー　キューティクルオイル

提供 ネイルアーティスト学院
https://mail.ac/



4名様

愛媛県最大級の広さと 5 種類の岩盤浴を揃え、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）」の温泉入浴 & 岩盤浴を両方利用できるご招待券。レンタルタオルセット付

C 入浴＋岩盤浴無料チケット

提供 喜助の蒸（じょう）
https://www.kisuke.com/yu-matsuyama/jou

プレゼント応募方法

「4月号プレゼント応募」とご記入のうえ、希望商品番号、住所、お名前、電話番号、本誌をどこで受け取ったか（またはご覧になったか）、本誌でこれからも続けてほしいコーナー、感想などを明記し、ハガキ、またはメールにて令和3年4月15日までに（ハガキの場合、ご当選された方へメールでご当選のご連絡を致しますので、ハガキにご連絡可能なアドレスを合わせてご記入ください。当日消印有効）ご応募ください。ご当選者のみご連絡させて頂きます。商品はドコママ事業部より直接発送させていただくか、編集部まで直接受取り（事前連絡をお願いします）におこしください。

送信先 **info@docomama.com**　郵送先 **ドコママ plus 編集部** 〒790 0924 松山市南久米町549 1 EASTⅡ 2F

※応募の際、ご記入いただいた氏名・住所などの個人情報は、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。

TSU・NA・GUぷろじぇくと ママ目線の家づくり ママが知りたい家づくり

住まう VOL.10

今月の理想のマイホームママ相談員



家づくりで大切なこと見つけたい **えりママ**

私にとって素敵な家とは…なぜかイメージを掴めない?



リフォームを考えています!! **ともかママ**

素敵なリフォームをしてくれる会社、見つけたいです!



賃貸暮らしの選択も? **麻美ママ**

将来、実家を引き継いでも手を加えないで暮らせるとは思えない

取材先 ● 株式会社住工房たかせ さん



愛媛県西条市今在家354-10
(くらしとごはんリクルの隣)

TEL 0898-65-6861

営業時間/9:00〜19:00
定休日/水曜日
URL:http://jyuko-bo.com/

建てた後の人生が豊かになるようなお家を作ってくれそうです。



今回訪問した、たかせさんのお宅は既に玄関から素敵すぎてワクワク!木の温もりがあふれるお家はとても居心地の良い空間でした。家族が自然と集まる工夫を凝らしたリビングは憧れです。造作された素敵な家具もたくさん。家族みんなが暮らしやすいように隅々にまで工夫されいてとても勉強になりました。私は子供の成長をきっかけに家づくりを考えるようになりましたが、何から決めれば良いのか解らず悩んでいました。お話を聞かせていただき、スムーズに家事ができて、家族がゆっくり過ごせる時間が増える家。そこから考えてみようと思いました

リフォームの相談をお願いしたいと思いました♥



家族の「テーマ」を考えて家づくりをしているという話が印象的でした。子育てしていく上で大切にしていることをベースに、資金プランと合わせて家づくりを進めてくれます。家族には、これまでの物語と、これからの未来があり、それを踏まえてより良い提案をしてくれる、そんな印象を受けました。また、新築の家とたかせさん宅を見せていただきました。センスの良いおしゃれな提案をしてもらえる事、メンテナンスにもしっかり対応してもらえる事がわかり、リフォームの相談をお願いしたいと思いました。

今すぐでなくても家づくりは目的をもって進める必要がある事を教わりました。



たかせさんの「新築で家を建てることをゴールにしてしまい、ローンに追われ、大人は家におらず、子どもだけが家にいる。そうならないように、家を建てる目的をしっかり持つことが大事ですよ。」と、いう言葉が一番心に残りました。そして、工務店選びは重要だということ。信頼でき、好みなどの価値観が似ている方でないと、自身の想いは伝わらない事を知りました。たかせさんのお宅や、入居前の新築も見せて頂き、将来実家を引き継いだとしてもこの体験を生かした家づくりを考えたいと思います。



ママたちの相談内容、感想の全文はドコママブログに載ってるよ。

ブログはこの二次元コードから。

住工房たかせの家づくり

「たかせ」が提案する家のコンセプトは、
家族の笑い声が聞こえてくる家です。
楽しい時も、悲しい時も、苦しい時も、
最後は家族みんなが笑顔になるような家。
そのために、のびのびと暮らせる家であること。
そして健康にすくすく育つ家であること。
そして元気に「ただいま!」という声が聞こえてきそうな家をつくります。

見学にきませんか?



★たかせの魅力がぎゅっと詰まったモデルハウス(要予約)見学にきませんか?

五感をはぐくむ
自然素材の家づくり

のびのび暮らす。すくすく育む家。
住工房たかせ

西条市今在家354-10「くらしとごはんリクル」の隣
営業/9時〜19時　定休日/水曜日

お問い合わせは
tel.0898-65-6861

見学会・イベント情報 随時更新中 >>>



提案型モデルハウス【TOBE BASE：トベベース】 ★ご見学随時受付中!


TOBE BASE外観イメージ


プラスワン事務所



プラスワンが考える提案型モデルハウス…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完成したのか?
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!


TOBE BASE内観イメージ



housing office PLUSONE 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

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⇒

5つ星の快適を日常に

pure house asp 有限会社 アーキテクト工房 Pure

パッシブハウスを提案する家づくりのエキスパート

●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

住宅購入・ローンのことなら

おうちの買い方相談室松山店

Instagram もチェック!!



完全予約制　キッズスペース有り

私たちが、住宅購入のわからないをアドバイスします

どんな相談でも大丈夫です。

全て無料でお答えします。

お客さまの声

相談して良かった!



おうちの買い方相談室は相談無料と書いてあったので、始めは「相談に行って役にたつのかな。何か買わされるのかな。」と疑っていました。笑!相談に行ってみると「土地の探し方」「住宅会社の選び方」「正しい予算の決め方」など細かく丁寧に教えていただき、老後まで考えたライフプランも本当に最後まで無料でしていただきました。おうちの買い方相談室に出会わなければ、今でもまだマイホームが建っていなかったと思います。本当にありがとございました。

このようなお悩みありませんか?

- 自分たちだけで何十社も比較検討できない…
- 専門用語ばかりの見積り妥当なのかわからない!
- いくらまで借りて大丈夫? 本当に返せる?
- 頭金を入れない方がいいって聞いたけど、本当?
- 住宅ローンを払いながらいくら貯金できるの?

おうちの買い方相談室　松山店

☎ 0120-089-115

営業時間/10:00～18:00　定休日/水曜日

〒790-0951

愛媛県松山市天山1丁目12番12号キタムラビル1号室▶

松山店HP▼



今、住宅購入はチャンスなの?知っておくべきポイント紹介



2019年10月1日に消費税が8%から10%に引き上げられたタイミングで、住宅の購入にメリットが出るよう様々な優遇制度が用意されました。そこで今は住宅を購入するタイミングかどうか? 優遇制度のポイントを「おうちの買い方相談室」の方に聞いてみました。住宅購入を検討されている方、基礎知識として知っておくと役立ちますよ!!

紹介した制度の適用を受けるための要件、詳細等については、国土交通省のホームページや専門家にお尋ねください。

1 住宅ローン減税の控除期間10年から13年間に延長

消費税率10%で住宅を取得し、2019年10月1日～2020年12月31日までの間に入居した方の住宅ローン控除期間がこれまでの10年間から13年間となっています。その適用を受けれる対象者の入居期限が2022年12月末まで延長されました。ただし、対象となるには注文住宅の場合は2021年9月末まで、新築・中古住宅を取得した場合は2021年11月末までに契約を締結する必要があります。さらに、対象となる物件の床面積も50㎡以上から40㎡以上と緩和されています。

では今後ということになると、報道レベルの改正案としては、現行の年末ローン残高×1%から新制度として年間支払った利息の総額のどちらか少ない方となる可能性があるようです。

そうなった場合に例えば変動金利0・5%で借りると、ローン残高3000万円×最大1%＝年間30万円の控除がローン残高3000万円×最大0・5%＝年間15万円ということになります。

〈ポイント〉現在の住宅ローン減税
- 1～10年目　年末ローン残高の1%（上限40万円:認定住宅等は除く）
- 11～13年目　年末ローン残高の1%または建物購入価格×2%÷3のいずれか小さい額

2 収入に応じて現金給付。すまい給付金最大50万円



消費税率引き上げによる住宅所得者の負担軽減の制度にすまい給付金があります。この制度は新築・中古に関わらず住宅取得者は要件を満たした申請が受理されると、収入に応じて現金がもらえます。この制度が適用される方は注文住宅の場合は2021年9月30日まで、分譲・中古住宅の場合は2021年11月30日までに契約され2021年12月31日までの引渡しが対象です。ただし引渡しの期限については2022年12月31日まで延長。給付金の対象となる住宅の床面積も、50㎡以上から40㎡以上に緩和されます。

この制度は住宅ローン減税と違って低所得者に有利で所得・扶養人数によって最大50万円の給付を受け取ることができます。年収と給付基礎額の目安については表を参照としてください。

扶養一人で年収(税込)目安額	給付基礎額
年収450万円以下	50万円
年収500万円	40万円
年収600万円	30万円
年収700万円	10万円

3 グリーン住宅ポイント制度。最大100万ポイント♪

新型コロナウイルス感染症の影響により落ち込んだ経済の回復を図る為、一定の省エネ性能を有する新築住宅やリフォーム等に対して商品や特定の追加工事と交換できるポイントを付与する制度です。対象になるには2020年12月15日～2021年10月31日までに契約締結が必要です。購入予定の住宅が何ポイント発行されるかは、その住宅の性能に応じて変わりますが、特例の条件を満たせば、上限ポイントまで発行される可能性もあります。コロナ禍の今だからこそ受けられる制度なので知っておいて損はないですよ。

〈対象住宅とポイント上限〉
（それぞれ一定の性能や期間を満たす住宅の購入やリフォームが対象。特例有）
- 新築住宅→最大100万ポイント
- 既存住宅→最大45万ポイント
- リフォーム→最大30～60ポイント
- 賃貸住宅の新築→最大10万ポイント

〈グリーン住宅ポイントの特徴〉
- 新築は最大で40万ポイント、条件を満たせば100万ポイント
- 「新たな日常」等に対応した追加工事にもポイントを交換可能。若者・子育て世帯がリフォームを行う場合等にポイントの特例あり

取材協力／おうちの買い方相談室　松山店

お父さん、お母さんのお酒とたばこ

お酒って飲んではだめ??

妊娠中にお母さんがお酒を飲むと、胎盤を通って赤ちゃんに移行します。胎児性アルコール・スペクトラム(FASD)といって、赤ちゃんに様々な影響が出ることがあります。

胎児性アルコール・スペクトラム(FASD)とは…
妊婦の飲酒によって引き起こされる、中枢神経の障害で、低出生体重児や先天異常（顔面・心臓・脳など）、精神・発達遅滞、注意力や記憶力の低下、情緒不安定、多動など様々な症状があります。

授乳中にお母さんがお酒を飲むと母乳の分泌が低下します。また母乳からアルコールが体内に入ると赤ちゃんはおっぱいを飲む力が低下し、発育に影響が出ることがあります。妊娠中、授乳中はお酒を飲まないようにしましょう。



赤ちゃんにとって、たばこは危険がいっぱい!!

おなかの中の赤ちゃんは、胎盤を通してお母さんから栄養分や酸素をもらっています。お母さんがたばこを吸うと、たばこに含まれる有害物質は胎盤を通って赤ちゃんに移行し、おなかの中で発育が遅れることがあります。また、赤ちゃんが2500g未満で生まれてくる、低出生体重児の危険は約2倍高くなります。新しい研究では、早産、自然流産、周産期死亡の危険性が高くなることも分かっています。妊娠中にお母さんがたばこを吸っていると、乳幼児突然死症候群（SIDS）が起こる可能性も高くなり、赤ちゃんにとっては危険がいっぱいです。



おっぱいへの影響はあるの??

産後お母さんがたばこを吸うと、プロラクチンの分泌に影響があるため、母乳の分泌量が低下します。また、たばこの有害物質は母乳中に分泌されるため、赤ちゃんに嘔吐や下痢、脈拍の増加、落ち着きがないなどの症状が現れることがあります。

なくそう　受動喫煙!!

吸いたくないたばこの煙を吸ってしまっていませんか?吸わせていませんか?受動喫煙とは、たばこを吸わない人が「副流煙」や「呼出煙」と呼ばれるたばこの煙を吸わされることを言います。これらの煙には、たばこを吸う人が直接吸う煙である「主流煙」よりも多くの有害物質が含まれています。受動喫煙にさらされると、肺がんや虚血性心疾患、脳卒中などの病気のリスクが高まります。また、妊娠中に受動喫煙にさらされることで、胎児の発育に影響が出ることが分かっています。赤ちゃんにとっては、喘息や乳幼児突然死症候群（SIDS）発症の危険があります。



赤ちゃんを迎えるために、ご家族でお酒やたばこの付き合い方を考えてみませんか?一人では難しいものです。ご家族で協力してよい子育て環境を作っていきましょう。

相談ダイヤル

妊娠中から子育て期にわたる相談に対応しています

●受付時間(祝日除く)
月～金曜日　8:30～17:00

●受付ダイヤル／すくすく・サポート

市役所(松山市役所別館1階)	☎089-948-6343
保健所(松山市保健所内)	☎089-911-1822
南部(松山市保健センター南部分室内)	☎089-969-1400
北条(松山市保健センター北条分室内)	☎089-993-0646
中島(松山市保健センター中島分室内)	☎089-997-1177

愛YOU　愛YOU

児童発達支援
放課後等デイサービス

わくわく広場



新規児童・生徒 募集中!

こども整体 + 右脳教育 + 食育 でこどもの成長を育てます!

「わくわく広場」では、ご家族の不安に寄り添い、ご相談しながら、
私たち独自のこども整体・食育・右脳トレーニングなどを軸に、
お子さま一人ひとりに最適な療育プランをご提案させていただきます。

児童発達支援

発達障がいやその心配のある小学校入学前の未就学児を対象にした通所訓練施設です。
お子さま自身の困りごとを軽減させることを目的とし「小学校入学」をできるだけスムーズに迎えることができるように支援をおこないます。

コミニケーション力の育成から、社会適応性や生活習慣、学習支援等、個々の発達課題に応じた個別療育をおこなっています。



放課後等デイサービス

学校在学中で発達に障がいのあるお子さま、または支援が必要なお子さまが、放課後や長期休暇中に療育を受けることができる施設です。
家庭や学校生活以外で交流できる機会を増やし、お子さまの自立、集団生活や地域の中での生活が継続できるように支援をおこないます。





見学・体験 随時受付中!

愛YOU わくわく広場

愛知県松山市山越5丁目5-20 1F
https://houkagohiroba.com
089-910-4858

お問合せはお電話・LINEでお気軽に♪

◎次回の発刊は令和3年4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 2F ●電話089-909-9855 ●info@docomama.com ●http://docomama.com

企業福利厚生プランナー(法人営業) 正社員募集!!

ご家庭との両立を目指す方必見です!入社後の研修でイチからサポートします！未経験から正社員として安心スタート★まずはお気軽に説明会へお越しください!

【仕事】
企業の福利厚生制度の加入・脱退等の手続き
※ご家庭への訪問ではありません。(法人営業)
【資格】
高卒以上(定年65歳)
営業経験不問
【給与】
月給16万+諸手当
※採用時支給額・能力により異なる
※2019年度平均給与43.4万円(賞与除く)
【時間】
9:00～17:00
【休日】
週休2日制(土・日)、祝日、夏期・年末年始、半日休暇、有給休暇(最高年20日)、育児・介護休業
【待遇】
①試用期間(2ヵ月)
②屋内全面禁煙
※就業場所における受動喫煙防止のための取り組みとして、本社・支社ともに完全禁煙としています。
与年2回、通勤交通費支給、保養所あり(国外)、退職金制度有(勤続3年以上)、社会保険適用
【勤務地】
松山、今治、新居浜、宇和島
【応募】
まずは"ドコママプラス見た"と電話で支社まで連絡ください。

■法人会福利厚生制度受託会社
大同生命保険(株) 松山支社
〒790-0003
松山市三番町4丁目12番4号
☎089-921-7391(担当:ナカソジ コマツ)

主婦の方!子育て中の方!
そんな環境の方々が活躍中!



お休みは土・日・祝。育児・介護休暇もあって、
ご家庭との両立にピッタリ!経験は問いません。
会社説明会で不安や働き方のお悩みを解消してください!

土日祝お休み! 半日休暇あり! 育児・介護休業あり!



子育てサポート企業として
ライフスタイルに合わせた
働き方をサポートする当社
だから安心です♪

プラチナくるみん 子育てサポートしています
『プラチナくるみん』は、働きやすさのしるし!
当社は、子育てサポート企業です。 http://www.daido-life.co.jp
詳しくはWEBで! 大同生命 新たな可能性へ 検索

「第4回 食育料理体験会」実施報告♪

詳細はこちら▶

参加者のみなさんとオンラインで繋がり楽しい講座となりました!



第4回食文化研究会は新型コロナウイルス感染症の予防対策の為、ZOOMを繋いでのオンライン講座体験会と当日参加が難しかったママ達は動画配信での体験会と2本立てで開催!
今回はチョコレートケーキと2種類のサラダを作りました。
チョコレートケーキは板チョコとバターをレンジで溶かした後、ホットケーキミックスを混ぜてレンジでチン!
サラダは「塩豆腐と焼き野菜のサラダ」「キャベツと柑橘のサラダ」を調理。
塩豆腐はチーズの代わりとして焼き野菜の上にトッピング♪キャベツと柑橘のサラダは果汁とお塩だけでシンプルな味付け。湯通ししたキャベツと果肉を和えて皮の容器に入れて完成!
事前講義動画では野菜のルーツと野菜のうまみを引き立てる調味料について教えていただきましたよ。ママ達には講座後、ご自宅で調理していただきお料理を楽しんでもらいました!
(リポーター:ママリーダーこまめハウス+石井けいこ)



食育についてのお困りごとや悩み事 募集中!
例 ・レパートリーが少なくて献立に悩む ・子どもの食べ方が汚い ・食材の保存方法がわからない etc.
お申込み 件名に「食育料理体験会」希望とご記入の上、お名前を添えて ドコママ編集部 info@docomama.com まで

●監修／松山短期大学 教授 垣原 登志子
●メインサポーター 伯方の塩®
●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

docomama調査隊 Ma→ru まーる

ご興味のある方、お気軽にメールかお電話でお問い合わせ下さい。

自由な時間を利用して ドコママの
モニター や イベンター や リポーター 等に
協力していただけるママたちの登録募集しています♪

お問い合わせ
サンサンファミリー株式会社
松山市南久米町549-1 EAST II-2F
Mail : info@docomama.com
☎089-909-9855

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分までごと200円
お問い合わせ:キッズタウン すまいる保育園 089-904-7007



みんなのスマイルタイム

新年度に向けてお名前入りのロゼットを作ろう。
3月 26日(金)31日(水)
4月 2日(金)5日(月)
★時間はてくるんHPをご確認ください。
対象:幼稚園～高校生以下
予約・料金:要予約・材料費250円
※ママ対象のママのスマイルタイムもあります。てくるんHPをご覧ください。

●お問い合わせ・お申込み
松山市まちなか子育て・市民交流センター てくるん
※ご参加の前には必ずてくるんHPの<イベント参加にあたっての注意事項>を確認の上、お越しください。状況によっては中止になる場合もありますので、ご了承くださいませ。
TEL:089・904・5728

子育てママが選んだお店が載っている "ドコママクーポン"

doco.moni(ドコモニ)会員のマイページMENUもしくは右の二次元コードから、ドコママホームページ内のクーポン一覧画面にあるお店を押してクーポンをどんどん利用してね

こちらの二次元コードから直接クーポンページにいけます!



NAIL ARTIST ACADEMY ネイルアーティスト学院
松山市衣山パルティフジ衣山2F ☎089-989-8688
対象期間/R3年3/20～4/19まで

大人も一緒に遊べる! 楽しめる!
KIT PLAY 遊び放題
クーポン提示で 500円引き



【利用条件】
●KIT PLAY遊び放題ご利用の方
●1枚で1グループ有効です。
●他のクーポンやサービス券との併用はできません。
KISUKE 対象期間:令和3年3/20～4/19まで

クーポン利用の手順



1 PCから利用する場合はドコママHPのTSU・NA・GUクーポン情報の画面をクリック
2 表示されている一覧から使いたいお店のクーポン画面をクリック
3 クリックしたお店のクーポン画面が表示されます。表示された画面にある二次元コードを読み取ると、スマホにクーポンが表示されます。
表示されたクーポン画面をお店の方に提示してご利用ください。
1 スマホから利用する場合はドコママHPのTSU・NA・GUクーポン情報の画面をタッチ
2 表示されている一覧から使いたいお店のクーポン画面をクリック

未就学児のお子さまに 果汁100%ジュースサービス(リンゴ or オレンジ)
来店時にクーポンをご提示ください



松山市余戸東5丁目3-7
TEL 089-973-6033
現在コロナ感染予防対策のため、ラストオーダーは18:00までとさせていただいてます。
cafe grato
営業/9:00～ 日曜営業 休/不定休(詳しくは店舗までお問い合わせください)
対象期間/R3年3/20～4/19まで

Betty Crocker's ベティクロッカーズ バーディースクエア重信



ランチとスイーツのセットメニュー 100円全て引き
ゆったりとした座席スペースを確保した広い店内です。お子様連れでご安心してご来店ください
愛媛県東温市志津川1489-1
TEL089-964-7078
営業/10:00～21:00(L.O19:00) 日曜 営業定休日/無休
対象期間/R3年3/20～4/19まで

ドコママ読者限定コース!
大人可愛いメイクアップレッスン♪
垢抜けエステ「と」ママメイクアップレッスン(60分コース)5500円(税別)を 3500円(税別)
クーポン提示で



KIRA natural & medical SINCE 1969
TEL089-923-5004 松山市久万ノ台1247-11
●休/火・日・祝 ●営業/10:00-18:00(要予約)
対象期間/R3年3/20～4/19まで



初来店の方で10,000円以上の技術メニューをご利用の方にクーポン提示で
N. モイスチャーハンドゲル(80g) プレゼント!!
chocolate hair salon
松山市和泉南4丁目2-2
☎(089)993-5990
対象期間/R3年3/20～4/19まで



宅配専門 お届け時にクーポンをご提示ください
釜めし全メニュー ひと釜につき200円引き
期間中何回でも利用可能!
宅配釜めし 釜しょう 松山南店
対象期間:令和3年3/20～4/19まで



日替わりランチ(税込690円)をご注文で100円引き
※5名様まで
平日のみ利用可能
子供ランチ、ドリンクバーもあります
キッズルーム完備 無料駐車場約200台
松山市久米窪田町337-1 テクノプラザ愛媛1F
TEL 089-909-5585
営業/月～土(定休日/日曜日)11:00～15:00
family dining nico ファミリーダイニング ニコ
対象期間:令和3年3/20～4/19まで



選べるセットとおかわり自由なパンが魅力!
クーポン提示で未就学児・小学生のお子様全員にバニラミニアイスプレゼント♪
レストラン カフェ haco
来店時にクーポンをご提示ください
松山市朝生田町5丁目7-31 営業時間/11:00～22:30(ラストオーダーは22:00)
対象期間:令和3年3/20～4/19まで

ママさんと子どもに優しいお店です♪



クーポン提示でキッズドリンク1杯サービス!
来店時にクーポンをご提示ください
Cafe 子やぎのさんぽ
愛媛県松山市溝辺町甲60
TEL089-907-3919
営業/9:00～21:00 日曜日営業 定休日/不定休
対象期間/R3年3/20～4/19まで