

ドコママプラス 4
2022 April vol.179

お子様と楽しめる愛媛のスポット紹介
おでかけdoco co.co 伊予市編

子育てママが選んだ
ドコママ
TSU・NA・GUクーポン

ママさん素顔に変身物語VOL2
ヒカルママと『シンヤ』パパの素顔に変身物語!

愛媛トヨベッタから
入学、入園に備えて子どもを事故から守るために
ママ達に知っていて欲しい事。

読者プレゼントあり

ドコモ二会員募集中!

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カ所配布

てくるん ドコママ関連イベント情報 参加無料

2022年5月開催講座 申し込み受付期間 2022年4月15日(金)～ 抽選のイベントは4月30日(土)締切

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

自己肯定感アップ! 4つのコツ	親子で音リズム	比較しない子育て	ママのためのヨガ
子どもの自己肯定感を高め、子育てが楽しくなる実践的コーチング。日頃の関わりに変える実践的なコツを伝授!	楽しみながら子どもの集中力・判断力も伸ばす音楽指導。あそび。	我が子の成長を周り比べてしまう理由と、そうしないための対処法をお伝えいたします。	中々動く機会が少ないママのために、身体を動かしてリフレッシュしよう。心を癒やそう!
日時 令和4年5月12日(木) 10:30～12:00	日時 令和4年5月12日(木) ①12:45～13:15 ②13:30～14:00	日時 令和4年5月19日(木) 10:30～12:00	日時 令和4年5月19日(木) ①12:45～13:25 ②13:35～14:15
講師 中越 こずえ氏 ● 愛媛県子育て支援センター ● 愛媛県子育て支援センター代表	講師 前田 純子氏 ● 日本こども教育センター リーディング講師 ● WARAリズ認定アドバイザー	講師 堀内 ふみ氏 ● NPO 未来育プロジェクト 理事 ● キッズロジック親子子育てアドバイザー	講師 akiyo氏 ● キッズヨガインストラクター ● マタニティヨガインストラクター
定員 5名 (先着順)	定員 各回親子5組 (先着順)	定員 5名 (抽選)	定員 各回親子5組 (抽選)
託児 500円/1名(先着6名)	対象 0歳～就学前	託児 500円/1名(先着6名)	対象 0歳～未就園児

水引レースの耳飾り 親子にっこり音楽の日

基本のあわび結びでレースのようなピアスやイヤリングを作ります。

日時 令和4年5月26日(木) 10:30～12:00

講師 武智 博子氏
● 水引アート教室「モミエール」制作者

日時 令和4年5月26日(木) ①12:45～13:25 ②13:35～14:15

講師 大野 夏織氏
● ヴァイオリン奏者・音楽講師

定員 5名 (抽選) 定員 各回親子5組 (抽選)

材料費 400円 持参物 ハサミ

託児 500円/1名(先着6名) 対象 0歳～就学前

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 松山第二タビル1階
☎ 089-904-5728
【開催時間】10:00～20:00
【E-mail】tekurun@gem.e-catv.ne.jp
【HP】https://www.tekurun-matsuyama.com

COLOR CUBE
パーソナルカラー / 骨格 / 顔タイプ診断サロン

ママがオシャレに大変身
あなたに似合うファッション・メイクに出逢える隠れ家サロン

パーソナルカラー診断・骨格・顔タイプ診断をして、似合うカラー・コスメをサロン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。コスパが最高な美容サロンドで、後のあなたの生活もなし!

先着10名様 ドコママ限定 パーソナルカラー診断コースご予約お申し込み

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

あなたに似合うファッション・メイクにアクセサリをプレゼント!

☎ 090-7787-2357 (平日:9:00-18:00)
詳しくは、(カラー・メイク) 愛媛県伊予市郡部町重光 202-1 アパートメントハウス Sumit-C 駐車場2台あり

セルフ脱毛サロン SELFMADE 松山市

SPECIAL CAMPAIGN

完全個室サロン 2名まで同時利用OK

男性も女性もお子様も

完全都度払いコース契約不要

脱毛 最安値 1,000円~ (税込)

※キャンペーンのご利用は初回ご予約のお客様に限らせていただきます。

Instagramはコチラ

ドコママクーポンも要チェック!

Tel.089-968-1622
松山市和泉北 1-1-3
営業時間 / 10時～21時 受付終了
定休日 / 無休、年末年始

ご予約はホームページから▼

和泉北 56 業務スーパー 松山環状線 和泉北 和泉北 和泉北 和泉北 和泉北 和泉北 和泉北 和泉北 和泉北 和泉北

docomama park

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26日(土)・27日(日) てくるん 10周年記念イベント開催

3月24日に10周年を迎える松山市まちなか子育て・市民交流センターで、26・27日の両日周年記念イベントを開催。当日はできる限りの感染症対策と、人数制限を行っての開催ながらも来場者を楽しんでもらえるように趣向を凝らしています。また、コロナの感染状況によって、内容の変更や中止となる場合もあるので、事前にホームページを確認を。てくるん 10周年イベント詳細は右QRコードより。

ドコママ HP で人気の「愛媛のイベント情報」をチェックしよう!

ドコママのHPは、もちろん、検索「愛媛のイベント」から直接見れるドコママの人気サイト、愛媛県下のイベント情報を月別のカレンダーでたっぷり紹介。子どもと一緒にのお出かけ先を決めるならこのサイトの詳細はカレンダーの日にちをクリック! https://docomama.com

KIT でキットイースター 2022 ラビットハント開催中

今年のKITのイースターは～4月下旬まで! その間、館内にあるラビット人形を印に、スタンプを集めるとお菓子がもらえるよ

3月5日～4月下旬の毎週土・日、祝日開催!

開催時間: 10時～18時

参加無料

参加対象: 施設ご利用の小学生までのお子様

※保護者の同伴が必要。

幼稚園教諭の復帰をお考えの方へ

え! 松山市内の幼稚園の園長先生に直接なんでも聞けるの?

幼稚園教諭の復帰希望者と園を結ぶ掲示板

こちらのQRからご覧ください

TSU・DO・I

情報募集

docomama park では、子育て世代に向けてイベント・キャンペーン・会員、参加者募集など広く情報をお待ちしております。このコーナーでの紹介をご希望の方は

メール: info@docomama.com に内容、担当お名前、連絡先をご記入の上お送り頂くか、TEL089-909-9855 ドコママ編集部までご連絡ください。

(内容確認の上、ご連絡させていただきます。誌面の都合上取り扱えない場合もございます。予めご了承ください)

3月26日! KITPLAY にサーキット場が完成!!

3月26日に KITPLAY にサーキット場が完成! ペダル式・電気式などゴカートが全 20 台!! ひたひた走り出せば気分は森をかけるレーサー、兄弟やお友達と楽しみながらとおきの1台をみつこう!

【対象年齢】 3歳～9歳

※詳細は3月中旬にHPで発表! 確認をしてお出かけみよう。

ドコママCLUB

TSU・NA・GUぶろじえくと



「TSU・NA・GUぶろじえくと」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「ぶろじえくと」です。

●最近の車の安全装置も進化し、多くのセンサーやカメラが装備された事で事故の発生率も大幅に減少しています。それでも車の周囲には生まれてしまう死角があるのを知っておきましょう。

前方死角

後方死角

●子どもは大人より目線が低い。そのため、目の前の障害物、例えば停車中の車などが、その向こうを走っている車や自転車が見えないうちがあります。当然その場合は運転席から子どもは見えていません。

●子どもの視界は大人の6割程度の範囲しか見えていません。ステイナンドルスの実験では、大人の視界が水平方向で約150度、垂直方向で約120度なのに対し、6歳児の視界は水平方向で約90度、垂直方向で約70度とされています。

左右(水平)の場合 上下(垂直)の場合

※ステイナンドルスの実験より引用

子どもと大人では見え方が違う

●子どもは大人より目線が低い。そのため、目の前の障害物、例えば停車中の車などが、その向こうを走っている車や自転車が見えないうちがあります。当然その場合は運転席から子どもは見えていません。

小学1年生の歩行中の死者数は
小学6年生の8倍です

CHECK

- ☆子どもの視界は大人の6割程度
- ☆車内からの死角に注意
- ☆駐車発信時の目での安全確認を



愛媛トヨベツト今治店
スタッフはやし

4月から新しく小学生になる子どもや、園デビューされる子どもをお持ちの保護者の方に、今回は子どもを事故から守るために注意してほしいことや、知っていただきたいことを愛媛トヨベツト今治店の林よりお伝えさせていただきます。

入学、入園に備えて子どもを事故から
守るためにママ達に知って欲しい事。

地域の皆さまと共にまちを豊かに。

愛媛トヨベツト

愛媛トヨベツ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ください
お問い合わせください

EHINETOYOPET

●運転席からの死角は、ボンネット前と車の後方が代表的です。また最近では、車高の高い車を運転する人が増えてきています。このことから、死角が広がっています。小さな子どもが、いかに小さい子どもと思っても、思っている以上に周りを一週し、乗り込んでから発進する時に、もう一度ミラーなどで安全確認をした上で発進する事をオススメします。

●周囲の視界をサポートするカメラがあっても、斜め後ろや隣の車の隙から子どもが飛び出してくることがあります。スパーや商業施設など、車が何台も停まっているような駐車場では特に注意が必要ですよ。

子どもを事故から守るために

●1人で行動することが増える入学や入園前に、通学路や子どもの行動範囲内にある公園・集合場所など、そこまでの道を安全確認しながら親子で歩いてみましょう。

●車から降りるときは大人が先に降りる「車内ロック」は忘れずにかけよう

●「駐車場の待機移動は必ず大人と一緒に段から駐車場は遠ざかり走り出す場所ではない」ということを教えてあげよう

●「ほんの少しの間だけだから」と子どもの事故に繋がります。車を運転する時は子どもを注意を払って守れるように何事も心がけておきましょう。

飲食業にドラマ教室(ライブ活動)にラジオパーソナリティと彩に活躍されているシンヤとヒカルはもうすぐ3歳になる娘さんの育児と仕事で毎日大忙し!!美容室の時間も欲しいな。

シンヤとヒカルはプロカメラマンでドラマ教室の先生。仕事は清潔感が必要だし抜け感も欲しい。でもセットに時間がかかり髪型や髪型をそんなに早く出来れば助かるな。

そんなお二人の希望は、普段出来ない事をしてみたい!冒険してみたい!

ヒカルはプロカメラマンでヘア&メイクで洗いを感の外人風スタイルメイクも大人っぽさを感のドリーを意識しました。シンヤとヒカルは思いつくだけアレンジをスタイリングすること。お二人の希望は、普段出来ない事をしてみたい!冒険してみたい!

シンヤとヒカルはプロカメラマンでドラマ教室の先生。仕事は清潔感が必要だし抜け感も欲しい。でもセットに時間がかかり髪型や髪型をそんなに早く出来れば助かるな。

faceメイク
本田 純子さん

撮影
studio switch
Photographer 一葉さん

シンヤとヒカル

シンヤとヒカルはもうすぐ3歳になる娘さんの育児と仕事で毎日大忙し!!美容室の時間も欲しいな。

チョコレート×studio switch×Lifeup
PRESENTS ヒカルママと『シンヤ』パパの素敵に愛身物語



Chocolateオーナー「宮岡 宗平」仲間に仲間に精一杯、貴方らしい笑顔を届けてさせていただきます♡

カラークラウドなど事前にご希望をお聞きします。また、お子様や男性の場合はご対応できないメニューもございます。予めご了承ください。

素敵に愛身したママを撮影してくれるカメラマンはstudio switchの一葉さん(ichigakuさん)

faceメイクはLifeupビューティー＆キャリアの愛身の様子が更に詳しく掲載!お月見もママと「」の愛身物語をお楽しみに!

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

※電話受付・来店・営業開始10分前となります。

ドコママHPではヒカルママとシンヤパパの愛身の様子が更に詳しく掲載!お月見もママと「」の愛身物語をお楽しみに!

シンヤとヒカルはもうすぐ3歳になる娘さんの育児と仕事で毎日大忙し!!美容室の時間も欲しいな。

シンヤとヒカルはもうすぐ3歳になる娘さんの育児と仕事で毎日大忙し!!美容室の時間も欲しいな。

てくるん10周年記念イベント開催

3/26 10:30~15:00 いはなプロジェクト 古本の交換会

古本を持って来た冊数だけ、別の古本と無料で交換できるよ!

※注意:古本の販売はできません。破れている、汚れている本は交換はできません。

予約申し込み **てくるん(089)904-5728** 10:00~20:00

オリジナルハーバリウム作り!

結ばないお花のインテリア

講師:一般社団法人日本ハーバリウムセラピスト協会
代表理事:古崎 恵美子氏
材料費:700円
※事前予約はてくるんHP又はお電話

イベントのご参加、ご来場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ご確認ください。

web <https://www.tekuran-matsuyama.com>

またまだあります! てくるんイベント

※イベントの日時は変更になる場合がございます

てくるん離乳食講座 無料・要予約

お子さまの月齢に合わせたおはなしや食べる時の悩み相談などをしてみませんか?

4月20日(水)

対象 **コックン期:10:15~11:15**

離乳食をスタートする予定、またはスタートして1週間以内

モグモグ期:11:30~12:30

離乳食をスタートして3週間前後

おもちゃ病院 無料(部品代は有料)

壊れてしまった大切なおもちゃ、壊れて前に修理してみませんか?

4月24日(日) 9:00~

①10:00~②11:00~
③13:00~④14:00~

※てくるんHPのおもちゃ修理ページ「おもちゃの修理のお問い合わせ」を必ず確認のうえ、ご参加ください。

●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**
☎ **089-904-5728** 10:00~20:00

こだわり強すぎるみたい？

うちの子、だいじょーぶ!かな?

子どもの成長は一人ひとり違ってあたりまえ。でも、他の子と比べて……不安になったり、悩んだりする
 事もありますよね。

小さなお子さんほど、普段から気に留めておけば子どもの脳の成長に役立つことが色々ありますよ。
 子育てのヒントにこのコーナーのアドバイスを役立ててくださいね。

子ども整体 右脳教育 食育

でこどもの成長を育てます!

発達障害 放課後等デイサービス

わくわく広場

愛媛県松山市山越5丁目5-20 1F
<http://honkagohiroba.com>
☎ 089-910-4858

お問合わせは、お電話・LINEお気軽に

わくわく広場だより

『お子さまの強みを活かす』

VOL.10

様々な特性を持ったお子様と関わっていく中で、私たちは日々お子様の成長を実感しています。これまででできなかったことができるようになったり、苦手なことに自分から挑戦してみようとしたりと毎日驚かされることばかりです。そうした成長の中で、お子様たちのできる事を増やしていくのはとても重要なことです。

しかし、出来ないことばかりに注目するのではなく、今できることを伸ばしていくことも大変重

が顕著に表れることもあります。
そこで、まずはお子様の得意なこ
とを見つけ、それを更に得意になる
ように手助けしていく。そうす
ることにより、できることが自信
になり、他の
事も頑張ろ
うという意
欲にもつな
がります。



得意なことを伸ばすというのはスポーツや勉強、好きなことだけを伸ばす、今お子様ができることを伸ばしていく意味も含みます。特性や性格によってできることには一人ひとり違いがあります。トイレがうまくだできる、ご飯を好き嫌いなく食べる、自分の気持ち表現するなど、日常生活の中でも得意不得意が出てきます。その中で今、お子様ができていくことを褒めてあげるとお子様にとっては成功体験となり、次につながります。当たり前のことのように

わくわく広場・座談会のお知らせ

今春より開催予定で進めております座談会ですが、もう少しコロナの感染状況を見極めた上で実施したいと思います。座談会にご参加希望の方は、日程や内容が決まり次第ご連絡しますので下記メールで事前登録を受け付けます。

— ドコママ編集部 info@docomama.com —

「わくわく座談会希望」と明記の上、ご自身の名前と連絡先・電話番号を記入してお送りください。



り、支援
していけ
るように
努めてま
います。



放課後等デイサービス
愛YOUわくわく広瀬代表
友田 義大

是20年の開校歴史館として
地元松山の健康と笑顔に貢献
3月10日まで社会福祉協議会館で展示中

親のレクであり、全国各店舗展開するオーナー

実践！子育てコネティング

「怒ることがやめられないのなら…」

ちゃんです。
こんなにちは！ 楽育プロコーチのごえ
出ることなら機嫌良く子育てしたい！
でも…でも…思い通りにならないことと
ばかりだし、イヤイヤ連発されるし、お
んなぶに抱っこでヘイトヘトだし、機嫌良く
なかなかられるか！
って感じですよね 😊
ママさん、パパさん、毎日日本当によく頑
張っていますよ!!

幼児の子育てでは心身共にストレスフル。
その環境下で感情コントロールをするの
はなかなか難易度が高いもの。
だから「怒り」を「やるめ」と「やめ」と区別し
ては、目置いておき、
ほめ言葉や共感する言葉を増やすことを
意識してみよう!

《子どもを伸ばす楽育ポイント》
1 回怒ったら、
ほめ・共感言葉を2 回言う

《子どもを伸ばす楽育ポイント》
1回怒ったら、
ほめ・共感言葉を2回言う

6.叱る上には科学的に証明されている黄金比があります。

え？6回？私も3人の子どもを育ててきましてが、6回なんて無理……！

でも、そこで分かんなくて子どもは伸ばせないので、開き変われません。

だから、まずは2回からチャレンジ！なんなら1回でもいいんです！

自己愛革命はミソ倒し。小さな行動でもそれをつきつかけに次のやる気を起こすことが出来るのです。

しかも最初の二歩よりフットワーク軽く！

あなたほど子どを伸ばす力を持っていないと思います。自分を高める力を持っています。小さな一歩から踏み出してみましょう！



なか ごえ
中越 こずえ
Profile
●えひめコーチングブロッサム代表
子母でやママのイキイキライフスタイルを
サポートするコーチングが得意。セミナー
や講座は楽しくわかりやすいと好評。
「YouTubeでも発信中！」

～「私らしく」子どもを伸ばすママになるための090日レッスン～
楽育コーチングパーソナル90」受講生募集中心!!
詳細<http://ameblo.jp/goe-goe2009/>

『過保護・過干渉な親にならないコツ』

日時 令和4年 4月7日(木) 10:30～12:00

お父さん、お母さんに注意してほしい「たばこ」と「お酒」

「たばこは子どもにとって危険がいっぱい！
おなかの赤ちゃんにとっては？」

胎盤を通してお母さんから栄養分や酸素をもらっているお母さんからお母さんがたばこを吸うと、たばこに含まれる有害な物質が胎盤を通して赤ちゃんに移行し、おなかの中の発育が遅れる可能性があります。その中で、2500g未満の低出生体重児として生まれてくるリスクは約2倍高くなります。また早産、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。

生まれたあととは？

産後にお母さんがたばこを吸うと、プロラクチン分泌に影響があり、また母乳の量が少ないので低下します。また、たばこには有害物質が母乳中に分泌されるため、未熟な赤ちゃんに嘔吐や下痢、躁動の増加、落着かないなどの症状が現れることがよくあります。また、妊婦中からお母さんがたばこを吸っていると、乳児期突然死症候群（SIDS）が起る可能性も高くなります。

「家族歴をみるのみで、なくそう！ 受動喫煙!!」

家族の中で喫煙者と非喫煙者が一緒にいる場合、吸いたくないばこの煙を吸わされていませんか？

受動喫煙は、非喫煙者が喫煙者の煙を吸って「副流煙」や呼出煙という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、喫煙者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。

妊娠中に受動喫煙にさらされると、胎児の発育に影響が出ると分かっています。また、赤ちゃんにとっても、喘息や乳児肥満、突然死候症候群（SIDS）が発症する危険があります。

また、受動喫煙を受けること、肺がんや虚血性心疾患、脳卒中や高血圧のリスクが高まります。

「飲酒についても考えよう！」

妊娠中にお母さんがお酒を飲むと、その成分は胎盤を通して赤ちゃんに移ります。また、母乳中にお母さんのお酒が飲まれ、母乳の分量が低下します。さらに、飲

赤ちゃんの体内に母乳からアルコールが
入ると赤ちゃんのおっぱいを飲む力が低
下し、発育に影響が出ることもあります。
妊婦さん、授乳中はお酒を飲まないよう
にしましょう。

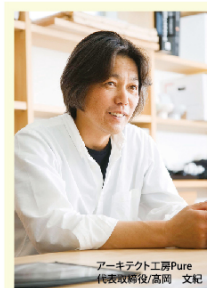
**胎児性アルコール・
スペクトラム**
FASDとは……

妊婦が飲酒によって引き起こされ
る中枢神経の障害で、低体重や先天異
常、顔面（心臓、眼）や精神・発達遅滞、
注意力・記憶力の低さ、情緒不安定、
多動など様々な症状があります。

赤ちゃんを含めたご家族のため
に、お酒はたばこ
の付き合い方を考
えてみませんか？
お互いに協力して、
よりよい子育て環境
を作っていきます。

お問合わせ先
松本市保健所健康づくり推進課
健康相談ダイヤル
☎089-9111817
受付時間 月～金曜日（土日を除く）
8時30分～17時





0から始める家づくりの無料アドバイス
ご希望の方 info@docomama.com
までお問い合わせください。メールでお返
答いたします。



TSU・NA・GUぶろじえくと

住まう

Let's start building a wonderful house

0から始める家づくり!無料アドバイス
ご希望の方はドコママ編集部までメール
で受付中!!

これまでにドコママ編
集部では家づくりを
考えている読者ママさ
ん達と一緒に「アー
キテクト工房Pure」
の家づくりを代表取
締役高岡文紀さんか
ら色々とお聞きする
ことができました。



アーキテクト工房Pure/ model House



5つ星の快適を日常に

asp 株式会社 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

育児関係 家族・人間関係 仕事関係 発達障がい 食育 その他

子育てお悩み かかりつけ探偵団

私たち探偵団メンバーがそれぞれの専門知識を
活かして皆様の相談事にアドバイスいたします。

谷田 敏紀 合同会社 one's mind代表 保育士、社会福祉 士、精神保健福祉 士、介護福祉士、 介護支援専門員	田畑 一郎 児童養護施設 「あすなろ学園」 副園長 社会福祉士、 保育士	本田 秀明 ホンダ社労士 事務所 社会保険労務士、 准看護師	川井 伸一郎 株式会社 西園アソシエーツ 福祉事業部 部長 保育士、 介護福祉士	藤家 文泉 Viasia(自立訓練 事業所) 管理者 社会福祉士、 精神保健福祉士	木原 道雄 木原道雄 司法書士 事務所 司法書士	大丸 和利 colorful (放課後等サ イティス事業 所) 管理者 介護福祉士
--	---	--	---	---	--------------------------------------	--

お悩み事のあるママたちへ、

ドコママHPに居る「ウメさん」のイラストを
クリックして、相談内容をお送りください。
(アドバイス無料・秘密厳守)



ドコママHPで「子育てお悩みかきつけ探偵団」への相談事例集、上のQRコードから直接ご覧いただけます。

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、画面にそって相談内容を打ち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安心してご記入ください)

docomama

こども写真館

子どもの写真、今しが撮れない
募集中! かわいい姿
どんどん送ってね♡

- 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、デジカメまたはスマホで、撮影したものを送ってください。
※翌月号の掲載にならない場合もございます。



ふか 深瀬 恭一郎 くん
R2年2月13日生まれ



ふか 深瀬 恭那 くん
R3年8月31日生まれ

高い所が大好きな恭一郎くん!
いつもニコニコな笑顔ちゃん!



おだ 小田 蒼菜 ちゃん
R3年3月15日生まれ



おだ 小田 麻莉乃 ちゃん
H28年9月1日生まれ

もうすぐ1歳! 大好きなお姉ちゃん
とおめかししたよ♡

やす 安永 遼馬 くん
H28年8月29日生まれ

いも幸せをありがとう♡
兄弟仲良く、大きくなってね♡

やす 安永 大希 くん
R1年11月24日生まれ

春から一年生だね!
これからは二人
仲良く頑張ろうね♡

たけ 竹田 心春 ちゃん
H28年2月18日生まれ
たけ 竹田 壮佑 くん
R元年6月8日生まれ

読者プレゼント

申し込み締め切り/R4年4月15日(金)まで



伊予市の味をプレゼント

docho co.伊予市編の「ますます、いよし。」ブランド 認定商品として紹介している関木醤油工場さんより、ゆずぼんずしょう油・だししょう油・三徳醤油それぞれ 360ml入り各 3本セットにして1名様はプレゼント。大正12年(1923年)創業以来、今も昔ながらの製造方法を守り続ける地元ならではの味を楽しんでください。

A ゆずぼんずしょう油・三徳醤油3本セット

ネットショップは下のコードから▼

提供/関木醤油工場
Tel: 089-987-0008

伊予市の味をプレゼント

docho co.伊予市編の「ますます、いよし。」ブランド 認定商品として紹介している三好食品さんより愛媛県産の大豆を使用した、子供のデザートにも打って付けなぶっかけおぼろ豆腐と、手作り豆腐が喜ぶ2名様にプレゼント。大正8年(1919年)創業の老舗豆腐屋、豆腐の温度が高くなり大豆の味を楽しめる人気自慢の豆腐です。お店からの郵送になります。

B ぶっかけおぼろ豆腐を含む4品をセットで郵送

ホームページは下のQRコードから▼

提供/三好食品
Tel: 089-982-0422

大人気original商品



愛媛県最大級の広さで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



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。バキューティクルに潤いと栄養を与え、乾燥を防ぎます。色 / ハニエペリー / 内容量 7ml「店舗で当選ハガキとの交換になります。」

大人気で常に欠品状態になる、chocolateのオリジナル商品。マタニティ専用シャンプーを家族みんなで使えるように改良。肌へ優しくお子様も安心して使えると高評価。今回ネットショップ開設を記念してシャンプー & リンスを1名様にプレゼント。購入時に欠品の場合は再入荷通知希望で先着順にお知らせいたします。

C 家族のキョリを近づけるニートラルシャンプー&リンス

ネットショップは上のコードから▲

D 入浴+岩盤浴 無料チケット

ホームページは上のQRコードから▲

E SHAREYDVA シェアードヴァ キューティクルオイル

ホームページは上のQRコードから▲

提供/chocolate hair salon
Tel: 089-993-5990提供/喜助の蒸(じょう)
Tel: 089-998-3300提供/ニールアーティスト学院
Tel: 089-924-3788

プレゼント応募方法
※応募の際は、ご記入いただいた氏名・メールアドレスなどの個人情報、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。

プレゼントのご応募は右の QR コードの申し込みフォームよりお願いします。プレゼントの当選は、ドコママより直接発送または当選ハガキの郵送にて当選とさせていただきます。商品をご提供先より発送して頂く場合は、ドコママ事務局より事前に当選の連絡をメール (info@docomama.com) 新しくはお電話で連絡させていただきます。その連絡をもって当選とさせていただきます。ご連絡後一週間たってもご連絡がない場合は自動的に当選を無効とさせていただきます。予めご了承ください。

プレゼントのご応募は右の QR コードの申し込みフォームよりお願いします。プレゼントの当選は、ドコママより直接発送または当選ハガキの郵送にて当選とさせていただきます。商品をご提供先より発送して頂く場合は、ドコママ事務局より事前に当選の連絡をメール (info@docomama.com) 新しくはお電話で連絡させていただきます。その連絡をもって当選とさせていただきます。ご連絡後一週間たってもご連絡がない場合は自動的に当選を無効とさせていただきます。予めご了承ください。

こどもとあるこ

おさんぽルポ vol.115 pain famille

知恵におも 小さなパン屋さん
pain famille (パンファミリー)。
ほっぺ ぷっくりの可愛いパンの
キャラクターが目印です。塩パンで
有名なパンソンのご親戚の
お家で、こちらの塩パンも
美味しいです。お店のイチョシは
「こんがり醤油パン」! ハマります!!



“ドコマクーポン”

子育てママが選んだお店が載っている

doco.moni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



クーポン提示で
未就学児・小学生の
お子様全員に
バニカジュースをプレゼント!

選べるセットと
おかわり自由な
パンが魅力!

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4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 PLAY2時間以上のご利用が必要となります。
●1グループでの500円引きとなります。
●他のクーポンやサービスとの併用はできません。

＜KISUKE 対象期間:令和4年4/1~4/30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り、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。

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

お祝い時期にクーポンをご提示ください

釜めし
全メニュー
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4年3/20~4/19まで

未就学児のお子さまに
果汁100%ジュース
サービス

来店時にクーポンを
ご提示ください

cafe grato

松山市余戸5丁目3-7
TEL 089-973-6033

愛媛県松山市清沢町660
TEL 089-907-3919

営業/9:00~21:00 日曜営業
定休日/不定休

対象期間:令和4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
キッズメニュー
全て100円引き

※1枚1グループに限り利用可

来店時にクーポンを
ご提示ください

Cafe 子やぎのさんぽ

対象期間:令和4年3/20~4/19まで

バニカジュース専門店 banabee

お子様(小学生以下)と一緒に来店時、
1杯ご注文につきお子様用ミニサイズ
バナナジュースを1杯プレゼント

愛媛県松山市永代町9-31F 定休日なし 営業時間 12~18時

対象期間:令和4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
メイクアップレッスン
(60分コース)5500円を
3500円

KIRA クーポン提示で

TEL 089-923-5004 松山市久万/81247-11
※休火/日/祝 ※営業/10:00~18:00(要予約)

対象期間:令和4年3/20~4/19まで

ドコママクーポン限定!
クーポン提示で

★入学金無料★

★ALL20%OFF★

クーポンでなくても
ネイル用品を

★ALL20%OFF★

ネイルアーティスト学院 松山山崎山ビル2F
TEL 089-989-8688

対象期間:令和4年3/20~4/19まで

COLOR CUBE パーソナルカラー/骨格/顔タイプ診断サロン

ドコママ限定!「ペア割」/
2名さま以上と一緒に来店の方
全てのコース対象!

全に10%OFF!

【ご利用条件】
・お申し込み時にドコママペイジーを希望とお伝えください。
・他割引との併用はできません。

※詳しいメニューは「カラーキューブ 愛媛」で検索

対象期間:令和4年3/20~4/19まで

セルフ脱毛初回来店時
ドコママクーポン持参で

部分脱毛 10分
リピーター限定
3,000円を
1,000円(税込)

半身脱毛 30分
リピーター限定
5,500円を
2,000円(税込)

全身脱毛 50分
リピーター限定
8,800円を
3,000円(税込)

※クーポンのご利用は初回来店時のご来店に限りさせていただきます。

SELFMADE Tel.089-968-1622

対象期間:令和4年3/20~4/19まで