ドコママプラス
docomama plus 1
2024 January vol.200



ママさん素敵に変身物語3Season.VOL10
りのママの
素敵に変身物語

docomama創刊200号記念
interview

\えひめのお友達大集合/
こども写真館

冬突入!!「愛媛トヨペット」
スタッフがオススメする
おクルマの冬場対策

読者プレゼントあり

Photographers / Studio switch.一楽

ドコモニ会員募集
QRコードを読み取って何か一文字以上を入れ返信してください。

ドコママ公式ホームページ

企画・制作 サンサンファミリー株式会社 ☎ 089-909-9855 ✉ info@docomama.com
「松山市子育て支援情報の発信に関する連携協定」締結企業





カンタン手作りゲームでお正月遊び

子どもたちは色んな物を作る事でも季節や行事を知識として習得しつつ、親しみを感じる感性が育まれていきます。そこで今回はご家庭で簡単に作れるお正月遊びのおもちゃを2つ紹介します。ご家族で楽しめる伝統的なゲームおもちゃです。お子さんと一緒に作ったり、工夫したりしてお正月を楽しんでくださいね。

家族の写真を使った 福笑いでもりあがろう!!



【用意するもの】
● 写真2枚 ● 折り紙(肌色)1枚
● はさみ ● のり

作り方

1. 大きめにプリント(用意出来ればA4サイズ程度)した写真を用意し、その顔の大きさに合わせて折り紙をカットする。
2. カットした折り紙を、のりで貼りつける。
3. 用意したもう一枚の写真の、目や鼻などの顔のパーツを切り取る。
4. 肌色の紙に切り取った顔のパーツを置いて福笑いを楽しみましょう。





ポイント

最初は基本の遊び方でやってみよう!

まずは福笑いの基本の遊び方で遊んでみましょう。てぬぐいやハンカチなどを使って目隠しをして、それぞれの顔のパーツを並べます。基本は写真本人の顔に近いほうが勝ちになりますが、逆バージョンで「よりおもしろい顔を作った方が勝ち」など、勝負の基準を変えて遊べば面白さが倍増しますよ♪

福笑いは表情を変えた写真を使ったり、動物キャラで作ってみたり、様々なバリエーションで楽しめるのも魅力ですね♥

何が出るかな?ドキドキお楽しみくじ♪



【用意するもの】
● お菓子の筒1本 ● 色画用紙1枚 ● のり
● アイスクリームの棒数本 ● カッター
● 油性のマジックペン ● 接着剤

作り方

1. 色画用紙にのりを塗り、お菓子の筒に色画用紙を貼り付ける。
2. 筒の表側のふたにも色画用紙を貼り付ける。
3. 色画用紙が貼れたふたの中心に 2cm×3mm 程度の穴をカッターであける。(カッターでの穴あけは大人がしてください)
4. アイスクリームの棒にマジックペンで大吉、小吉など文字を書く。(大吉・大凶などで色を変えてみるのもありですよ)
5. お菓子の筒におみくじを書いたアイスの棒を入れる。
6. ふたの裏面にボンドを付けたらふたをして完成です。



ポイント

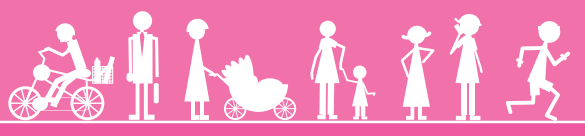
オリジナルおみくじで盛り上がろう!

「大吉」「小吉」「中吉」など、おみくじの運勢以外にも、今日のラッキーアイテムに変えて、おみくじにしてみたり、「大大大吉」といったアレンジを加えてみたり、オリジナルのおみくじにすることで、もっと盛り上がると思いますよ!



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。

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愛媛トヨペットのスタッフがお答えします。相談室では常時読者の皆さんからのご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。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

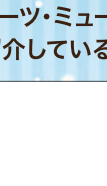
地域の皆さまと共にまちを豊かに。

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

インスタグラム 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♪
EHIMETOYOPET


（担当3くぼた）

冬のタイヤ対策と走り方

愛媛県内では例年雪が降り積もる地域もあれば、そうでない地域もあり、スタッドレスタイヤの準備をしていない方も多いように思います。スタッドレスタイヤやチェーンは突然の降雪への重要な装備なのでこの時期には準備しておきましょう。


写真はイメージです。

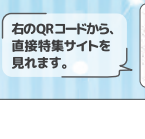
雪道の走行では〈急〉のつく運転操作はひかえ、スピードを落として運転しましょう。減速をする際にはエンジンブレーキを活用し、強くブレーキをかけないように注意してください。強いブレーキはスリップ事故につながる恐れがあります。

また、普段以上に十分な車間距離を取り、追突事故などを起こさないよう、安全な運転を心がけてください。

フロントガラスの霜対策と注意点

寒い朝の出発時に霜が降りて困った経験があると思います。「タオルを置いておく」「ぬるま湯をビニール袋に入れてガラスをなぞる」色々な対策があると思いますが「熱したお湯」などをかけることは、避けてください。温度によっては最悪ガラスが割れる場合があるので要注意です。

手軽に早く霜取りをするなら解氷スプレーが便利です。トヨタ純正部品の「霜取りウォッシャー」なども効果的です。最近の車にはドアミラーヒーターを標準装着にしているクルマも増えています。デフォッガーと合わせてご利用いただくとより早く霜取りを行うことが出来ます。


四角(ウィンドウ)に矢印が立ち上っているアイコンのスイッチがデフォッガーのものです。


写真はイメージです。

バッテリートラブルに要注意

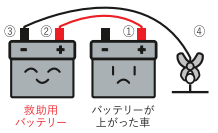
冬場特に一番多い車のトラブルはバッテリー上がりです。

これは、バッテリー内部の液が冷えることで充電効率が下がり、エアコンなどを使用することで消費電力も増える為、起こりやすいと言われています。バッテリー上がりを予防するには、定期的な運転を心がけ、お近くの販売店でバッテリー診断をしてもらいましょう。長期間乗る機会がない方はせめてエアコンなどを OFF にして一定時間エンジンをかけておくことで、バッテリー上がりを防止できます。

万が一バッテリーが上がってしまった時は、その対処法のひとつにブースターケーブルを使う方法があります。
ブースターケーブルをつなぐ順序と注意点は以下になります。



ブースターケーブルをつなぐ順番



① バッテリーが上がった車の⊕プラス端子
② 救援車の⊕プラス端子
③ 救援車の⊖マイナス端子
④ バッテリーが上がった車の金属部分に取り付ける。
⑤ 確実に接続できていることを確認して救援車のエンジンを始動。
⑥ 次にバッテリーが上がっている車のエンジンを始動。
⑦ エンジンが始動したら、つないだ時と逆の手順でブースターケーブルを取り外します。

ブースターケーブルは正しい使い方をしないと危険な場合がありますので十分に注意してください。

※お乗りのクルマによっては状況が変わります。詳しくはおクルマの取り扱い説明書でご確認ください。
※ハイブリッド車は構造上、救援車に使用することができません。

冬場に多いおクルマの困り事への対策を愛媛トヨペットスタッフがお教えします。あらかじめ知っておけば便利な事や、慌てなくてすむアドバイスです。ぜひ冬場の快適なカーライフにお役立てくださいね♪

TSU・NA・GU ぷろじぇくと



冬突入!!「愛媛トヨペット」スタッフがオススメするおクルマの冬場対策

Chocolateオーナー「宮岡　宗平」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

chocolateオーナー「宮岡　宗平」と仲間たちが、貴方らしい美しさのお手伝いをさせて頂きます。
カラーやカットなど事前にご希望をお訊ね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頂きます。



◀FaceメイクはLifeupビュティー&キャリアのメイクセラピスト「本田 純子」さん





素敵に変身したママを撮影してくれるカメラマン。Studio switch.「一楽(ichigaku)」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

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 Instagram



ドコママHPではりのママの変身の様子が更に詳しく掲載中！来月号もママの素敵に変身物語をお楽しみに♪



















教えて 宮岡さん♡ヘアケアQ&A

Q. 髪が伸びて、ほったらかしにしたままでも可愛い髪型ってありますか？

A. 美容室に行く時間がなく髪が伸びっぱなしのママもいらっしゃると思います。デジタルパーマをかけておくと濡らしてスタイリングするだけでパーマが出てくるので可愛いスタイルをすぐ作ることができます♪
長い髪の人は毛先のみデジタルパーマをかけておくのもおすすめですよ。

3rd seasonラストは憧れの海外アーティストに大変身✨「りのママ」

5歳のお子さんを筆頭に3人の育児を頑張っている「りのママ」。髪は、もうすぐ1歳になるお子さんの出産前に美容室に行って依頼、ほぼ手付かず状態。特に行きつけの美容室もなくて、ずっと通える美容室を探していますと、今回のご応募でした。

ヘアスタイルは、「りのママ」の「好き」を前面に押し出し、ロングストレートのヘアにデジタルパーマをかけくせ毛風のふわふわヘアに。髪色は毛先に向かって明るくなるグラデーションにしました。コーディネートも普段は着るのに勇気がいるような柄シャツを身に纏い、「りのママ」憧れの海外アーティストスタイルに大変身!!その変身ぶりにスタッフも感激です♥

撮影中は、とってもドキドキしたと話していた「りのママ」でしたが「こんな風になれるんだ！自分でもおしゃれを頑張ろうと思いました😊」と感動のコメント📝✨

今シーズンラストを飾るにピッタリな素敵に変身物語となりました♥



TSU・NA・GU ぷろじぇくと



チョコレート　ヘアサロン プレゼンツ!!
studio switch.×Life up×COLOR CUBE
りのママの素敵に変身物語

この冬Challenge
docomama 特集サイト
子どもの健全な心と身体の成長
ドコママすくすく 習いごと特集

ドコママのホームページ下に表示されるバナーをクリック♪



習い事の特集サイトでは、スポーツ・ミュージック・スタディ3つのカテゴリーに分けて紹介しているよ

右のQRコードから、直接特集サイトを見れます。

docomama plus 公式LINE始めたよ♥

お友だち追加してね♪

ドコママからイベントやセミナー情報・お得なクーポン、特典付アンケートなどお届けします。お友だち募集中です！





docomama 創刊200号記念 特集 こども写真館

えひめのお友達大集合

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。

※写真は、デジカメまたは携帯電話で、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ないものをお送りください。



楽しい毎日をありがとう
これからも姉妹仲良く、
元気にたくさん遊んでね！

田中 依茉 ちゃん R1年8月22日生まれ
田中 咲那 ちゃん R4年5月26日生まれ



元気にお外で
よく遊び、よく食べ、
よく寝るようになって
すごいぞ！

平野 日向 ちゃん R4年10月15日生まれ



毎日笑顔を
ありがとう。
これからも
すくすく成長してね。

増永 莉緒南 ちゃん R4年10月22日生まれ



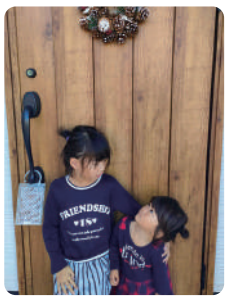
えみりん♥
いつも笑わせてくれて
ありがとう♪

上原 絵美里 ちゃん R4年9月7日生まれ



メリークリスマス！
サンタさん
待ってるよ！

美馬 純奈 ちゃん R3年9月1日生まれ



似てない姉妹
だけど仲良く
大きくなって
ね♥

埜下 未羽 ちゃん H29年8月7日生まれ
埜下 萌空 ちゃん R4年6月8日生まれ



3人とも
元気に
すくすく
成長中★

栗林 美桜 ちゃん R2年4月20日生まれ
栗林 桃音 ちゃん R3年9月12日生まれ
栗林 蓮 くん H30年7月9日生まれ



これからも
仲良く、
たくさん
お出かけ
しようね！

関谷 優 くん R4年3月14日生まれ
関谷 衣栞 ちゃん R1年8月6日生まれ



七五三おめでとう
姉妹なかよく、
たのしく
すごそうね♪

岡田 八重 ちゃん R3年1月26日生まれ
岡田 梅佳 ちゃん R1年6月21日生まれ



みてみてー
僕の妹が生まれたよ！

濱田 龍杜 くん R1年11月24日生まれ
濱田 彩月 ちゃん R5年7月29日生まれ



いらっしゃいませー♬
今日のおすすめは
ショートケーキだよ♥

石井 遙夏 ちゃん R1年6月14日生まれ



これからも
姉妹仲良く
元気に大きく
なってね♥

武智 みなみ ちゃん R1年5月18日生まれ
武智 まどか ちゃん R4年6月20日生まれ



絢斗くん、心晴ちゃん
お誕生日おめでとう!!

井上 心晴 ちゃん H31年1月16日生まれ
井上 絢斗 くん H29年1月12日生まれ



好き嫌いなく
一杯食べて大きく
なってね✽

三谷 汐凛 ちゃん R1年6月2日生まれ



これからも
たくさん遊ぼうね★

藤田 喜積 くん R5年1月4日生まれ



パパもママも
凌くんが
大好きだよ♥

藤本 凌輔 くん R4年6月10日生まれ



これからも
元気いっぱいの
こっちゃんで
いてね♥

福田 恋々 ちゃん H31年1月9日生まれ



いつも元気をくれてありがと♥
これからも笑顔で元気に育って
いってね♥

高橋 瑞季 ちゃん R1年7月25日生まれ



喧嘩もいっぱい
するけどお互い
尊重し合える
兄弟になってね
♥♥

日野 天翔 くん R2年8月25日生まれ
日野 健翔 くん R4年7月8日生まれ



これからもよく食べて元気に
仲良し兄弟でね♥

寺岡 凌成 くん R1年11月9日生まれ
寺岡 晟寿 くん R4年1月6日生まれ



あっという間に2歳♪
おめでとう！
大好き！

山田 美彩 ちゃん R3年10月14日生まれ



大好きなねぇねと
ツーショット♥

森 彩華 ちゃん R3年7月25日生まれ



乗り物大好き♪
未来に向かって
笑顔でGO！

森並 太悠 くん R3年1月24日生まれ



これからも
笑顔いっぱい
元気いっぱい、
大きくなってね♥

脇本 向葵 ちゃん R2年2月12日生まれ



ニコニコ笑顔で元気に
すくすく育ってね♥

西岡 柊諒 くん R4年11月28日生まれ



7ヶ月おめでとう！
我が家の癒し担当♥
これからもたくさん
ご飯食べて大きく
なーれ♥

二宮 瑠璃 ちゃん R5年4月3日生まれ



年の差兄弟♥
いつまでも
仲良しで
いてね♪

松原 瑠久 くん H23年12月16日生まれ
松原 稜輝 くん R2年5月14日生まれ



ピアノ・将棋
がんばる2人を
応援してるよ♥
ずっと仲良しな
2人でいてね♥

木村美月 ちゃん H29年10月24日生まれ
木村伊吹 くん H27年3月15日生まれ

docomama 創刊200号記念 interview

今、吹奏楽の楽団で頑張っている発刊当時ドコママ読者だったおともだち。
そのお兄さんお姉さん聞いてみました。



今、何していますか？

現在は、大学で社会福祉士の資格取得に向けて勉強しています。小・中・高校と続けた吹奏楽を、現在も大学生や社会人を対象とした一般の吹奏楽団に所属して続けています。趣味はカラオケや楽器を吹くことで、現在も続けているオーボエは、中学生の時に出会いました。毎日学校とバイトで充実した日々を過ごしています。



あさかちゃん
創刊当時　5歳



現在　大学生

どんな子どもでしたか

ママからのメッセージ

臍の緒が3回首に巻いていて仮死状態で産まれ心配でしたが、大変元気に育ってくれました。3歳上のお姉ちゃんの後ろにくっついていて、お世話好きの姉のおもちゃにされていたり（笑）、引っ込み思案で口数も少なく言いたい事もあまり言えない娘でしたが、様々な経験をさせてもらう事で成長できたように思います。

今、何していますか？

小さな頃に何度か入退院を繰り返しており、その時に関わってくださった看護師さんに憧れて今は看護大学に通っています。将来、看護師で就職するのか、どの診療科に就きたいのか、それとも保健師で就職するのか、など今はとても迷っています。あと2年ある学生生活の中で納得のいく考えになるように日々勉学に励んでいきたいです！
また、学業以外にはアルバイトや中学生から続けている吹奏楽の活動を行っており日々充実した生活を送っています！



ひなちゃん
創刊当時　4歳



現在　大学生

どんな子どもでしたか

ママからのメッセージ

小さい時から周りを良く見ていて長女気質で驚く事も多かったです。4歳の時に弟が生まれて、よりお姉さんになり今でも仲良くしていて微笑ましいです。初めての一人暮らしを始めて、どきどきする事もありましたが、将来に向けていろんな事を考え、挑戦してるのをこれからも応援したいと思います。

今、何していますか？

人のこころにとても興味があり、大学で心理学を学んでいます。
両親が和太鼓をやっていたこともあり、幼い頃から音楽に触れる機会がたくさんありました。9歳の頃クラリネットと出会い演奏する楽しさを知り、今現在も一般の楽団で楽しく演奏しています。演奏を聴いてくださった方々が笑顔になっているのをみると幸せな気持ちになり、音楽をしていてよかったなといつも感じます。
社会人になってもずっと音楽を続けていきたいと思っています。



るなちゃん
創刊当時　4歳



現在　大学生

どんな子どもでしたか

ママからのメッセージ

出産予定日の約2ヶ月前から切迫早産の危険があるからと入院しました。結局1ヶ月くらいは早く産まれて来て、2週間入院しました。小さく産まれたのに、7歳上の姉と同じ事をしたくていつも喧嘩をしていた記憶です。今は毎日忙しく色々な事に挑戦しているようです。たくさんの経験や人との出会いが、自分の力になると思うので、これからも新しいことにどんどんチャレンジしていってほしいと思います。

今、何していますか？

高校を卒業後、松山大学に入学しました。入学直後は松山での一人暮らしに不安を感じましたが、周囲の方々の助けもあり、今ではとても充実した生活を送っています。
その生活の中でも、高校から始めた吹奏楽が大きな存在です。現在、一般社会人が集まる吹奏楽団に所属しており、音楽に触れることは勿論のこと、楽団内での人間関係がとても有意義なものとなっています。



けんちゃん
創刊当時　5歳



現在　大学生

どんな子どもでしたか

ママからのメッセージ

小さい時はとても用心深く、繊細な子で心配もしました。大きな病気もせず今では人に優しく、芯の強い子に育ってくれて申し分のない息子です。
身体には気をつけて、好きなことを全力で楽しんで。周りに思いやりと感謝の気持ちを忘れずに生きていってください。たまには帰ってきてね。

---

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

event　12月もKITPLAYでビンゴ大会を開催！

12月もKITPLAYではビンゴ大会を開催しています。
12月の開催予定日は3日、10日、17日、24日、31日。24日にはクリスマス大ビンゴ大会を開催！いつもより豪華な景品が用意されているので注目です♪



【ビンゴ大会参加方法】
開始時間15時～（受付14時30分～）
会　場／KITPLAY内（マシュマロジャンプ横の受付テーブルにて受付）
参加費／お一人様100円（税込）※24日は300円
※ビンゴカードはお一人様1枚限りとなっております。
※混雑緩和のため、現金のご用意をお願いしております。
※大きなお金は予めKITフロントの精算カウンターにて両替をお願いいたします。
※小学生以下の方は保護者同伴の上、会場にお越しください。

《お問合せ》KIT ☎089-998-3000



12月のKITではビンゴ大会以外にも注目イベントが一杯です。チェックをして、色々な楽しいイベントに参加くださいね。

participants　エッグスンシングスエミフルMASAKI店で試食付き「子育てママたちのブレーク座談会」を開催♪

R6年1月30日（火）エッグスンシングスエミフルMASAKI店では、店内の特別ルームを使った子育てイベントとして、第1回目の「子育てママたちのブレーク座談会」を開催します。座談会で話してもらった内容は、今後のイベントプログラムを決める参考となります。
また、今回は参加料500円（飲み物代）で無料託児と、試食付きだから、ママにとってはちょっとしたブレークタイムとして参加のできる座談会となっています。

【概要】
試食付き「子育てママたちのブレーク座談会」
開催日／令和6年1月30日（火）
時　間／10時30分～11時45分
場　所／エッグスンシングスエミフルMASAKI店
募集人数／10名
参加費／500円（飲み物代）
★無料託児付／託児はエミフルMASAKI施設内の会議室を利用して専門スタッフが行います。
※ご参加には事前申し込みが必要になります。
※ご応募多数の場合は抽選となります。
※託児をご利用の場合、対象年齢は生後6ヵ月以上～未就学児までになります。
※試食の料理内容については事前にお知らせできませんので、ご了承のうえ、お申込みください。

《お問合せ》ドコママ編集部 ☎089-909-9855



【お申し込み】
ドコママ公式LINEに「座談会」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、LINEに「座談会」とメッセージをお送りください。LINEに予約フォームをお送りします。応募者多数の場合は抽選となります。予めご了承ください。

《ご応募締め切り》
2024年1月15日（月）まで
※ドコママ1月号4面にも案内が掲載されています。

公式LINE登録コチラ

event　0歳から18歳にかけての”子育て環境を育むワークショップ”の開催!!

松山市は2023年4月にこども家庭部を創設し、少子化対策と子育て環境の充実を図るため、ライフステージに応じた支援を推し進めており、子育てしやすい環境を、さらに整える必要な取組みや課題を共有し、社会全体で子育てを行う機運を高めていきたいと考えています。そこで今回、子育てサークル・支援活動などを行っている団体や、子育て中（0歳から18歳にかけての子ども）の保護者の方を対象に、ワークショップを開催します。是非、ご参加ください。



第1回／令和6年1月20日（土曜日）14時～16時
第2回／令和6年2月17日（土曜日）14時～16時※第1回、第2回とも同じ内容です。

▲詳しい内容はコチラから

▲申込みフォームはコチラから

【お問い合わせ】
松山市こども家庭部 こどもえがお課
〒790-8571　愛媛県松山市二番町4-7-2　☎：089-948-6039

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。この紙面での紹介をご希望の方は、info@docomama.comに内容、担当者お名前、連絡先をご記入の上メールをお送り頂くか、直接☎089-909-9855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。）



少しも我慢できない　成長が遅いだけ？　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発達や成長に役立つことが色々ありますよ。
このコーナーのアドバイスを子育てのヒントに役立ててくださいね。

こども整体＋右脳教育＋食育
でこどもの成長を育てます！

愛YOU
児童発達支援
放課後等デイサービス
わくわく広場
松山市山越 5-5-20　☎089-910-4858
松山市古川南 1-13-2　☎080-3167-5725
松山市立花 1-11-3　☎070-3281-3279
お問い合わせは、お電話・LINE でお気軽に



わくわく広場だより
『育みたい10の姿』

VOL.31

皆さんは「10の姿」という言葉をどこかで聞いたことがありますか？
「10の姿」とは、幼児期の終わり、すなわち小学校入学までに育んでほしい姿や能力を5領域をもとに10個の視点から捉えて具体的に示されているものです。
これは、幼稚園教育要領、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領が2017年に改定されたことに伴って新しく作られたもので2018年4月より施行されています。項目は、以下となります。

①健康な心と体　②自立心　③協同性　④道徳性・規範意識の芽生え　⑤社会生活と関わり　⑥思考力の芽生え　⑦自然との関わり・生命尊重　⑧量・図形、文字等への関心・感覚　⑨言葉による伝え合い　⑩豊かな感性と表現

今回はこの中で「健康な心と体」「言葉による伝え合い」「豊かな感性と表現」の3つを取り上げてお話したいと思います。

1「健康な心と体」とは

体を動かす様々な活動に目標をもって挑戦したり、困難なことにつまずいても気持ちを切り替えて乗り越えようと主体的に取り組む。衣服の着脱、食事、排せつなどの生活に必要な活動の必要性に気付き、自分でするとあります。
1つめの健康な心と体では主体的に自分で取り組むことへの重要性を述べています。そのためには、子ども自身が、自ら考え、自ら取り組めるように見守ることの大切さが分かります。つい、援助者は子どもとの関わりの中で、手を出しすぎてしまうことがあります。主体的に取り組む中で、子どもにとって出来たという経験の積み重ねが、自信となり育まれていくものです。

2「言葉による伝え合い」とは

2つ目の「言葉による伝え合い」では、絵本や物語などへ親しみをもてるようにすること。興味をもって聞く中で言葉のもつ意味の面白さや必要性を分かるようになること。その中で思いを巡らせたり、想像を膨らませたことを言葉で友だちと共有したり、必要に応じて言葉での表現を楽しむようになること。などを大切にしています。
子どもたちは、社会生活の中で友だちや先生とのやりとりを楽しむと同時に、伝わる嬉しさや共に考え合う面白さを感じて成長していきます。
家庭では、家族との会話のやりとりや心を通わせる経験の楽しさが思いやりのある心を育むでしょう。
相手に自分の想いを伝えるためには幼少期から、さまざまな言葉との出会いが重要です。その方法として絵本を用いながらいろいろな物語に触れ、お話に耳を傾ける機会を少しの時間でも作っていくのはいかがでしょうか。きっと小さい時に読んでもらった絵本は幼少期の思い出として心に残る経験となり、想像する楽しさに繋がっていくことと思います。



3「豊かな感性と表現」とは

この目的は、生活の中で美しいものや心動かす出来事に触れ、イメージ豊かに感じた事を楽しく表現することです。
そのために、大人が子どもと同じ目線に立ち、五感を働かせながら「お花が可愛く咲いてるね」「水の音がゴーッてするね」と感じたことを子どもに声かけしてあげることの大切さに改めて気が付きます。
花が咲くことの感動や水の流れに興味を募らせる。そういった様々な経験を、子ども時代に一つでも多くしてほしいと願います。そうして、子どもが気づいたことや感じたことに共感をし、美しいものを美しいと思える心を子どもとともに楽しみながら感じ取ってみましょう。

今回は「10の姿」の中から3つの姿をお話させていただきました。保育現場では子どもたちの成長を支える1つの目安として「10の姿」が身に付くように育んでいます。ご家庭の子育てにも関連付けられるようにお話してみました。これからの子育てに少しでも役立ててくだされば光栄です。

放課後等デイサービス
愛YOUわくわく広場代表
友田義大
歴20年の現役整体師として
地元松山の健康と笑顔に貢献
3児のパパであり、全国8店舗
展開するオーナー



こんにちは赤ちゃん訪問
～赤ちゃんがお生まれになった、すべてのご家庭を訪問します～

児童福祉法に基づく事業で、**生後４か月未満の乳児のいるすべての家庭を訪問**し、子育てに関する情報提供などを行い、地域の中で子どもが健やかに育つ環境整備を図ることを目的とした子育て支援事業です。

どんなことをするの？



母子保健推進員や保健師などがご自宅で、赤ちゃんや養育者の皆様の体調などについてお伺いさせていただきます。また、育児に関する相談相手となったり、子育てに関する情報提供なども行います。

訪問はいつ頃にあるの？



赤ちゃんが生後4か月を迎えるまでに訪問させていただきます。
「赤ちゃんセット申請書」に記載していただいた連絡先に、母子保健推進員や保健師などが連絡しますので、ご都合のよい日にちをお知らせください。
母子保健推進員は個人の電話から、保健師は松山市保健所や保健センター分室（南部分室・北条分室・中島分室）から連絡します。
※不審な電話や、ご不明な点がございましたら、下記担当までお問い合わせください。

～母子保健推進員さんからのコメントです～

「母推さん」ってご存知でしょうか？
母子保健推進員の略称です。母子保健推進協議会の事務所は、松山市保健所すくすく支援課にあり、こんにちは赤ちゃん訪問・幼児健康診査のお手伝い等地域密着型で活動をしています。昭和43年発足。母性の尊重及び乳幼児の健康保持増進という母子保健の理念に基づき、すべての母と子の生活に密着した、きめ細かな母子保健活動を積極的に推進することを目的として活動を続けて、今年度で設立55周年を迎えました。保健所等にポスターがありますのでご覧になってください。
令和5年4月、岸田総理から異次元の子育て支援策が打ち出されました。出生率の低下、児童虐待、子育ての孤立化等に対応して、母推も、地域の中で子どもが健やかに育っていくよう、また、保護者が不安を抱えることなく育児ができるよう子育て支援活動を行っています。
「こんにちは赤ちゃん訪問」に関しては、生後４か月未満の乳児がいるすべての家庭を訪問しています。訪問する前には、保健師・母子保健推進員が電話などで連絡させていただいておりますが、知らない番号なので不信感を抱かれ、なかなか連絡がつかないこともあり、苦慮しています。
私たち母推は、各地域で活動していますので、どうぞ気軽にお声をかけてください。少しでも、子育ての応援ができるよう、毎月定例研修会で研修を重ねながら、赤ちゃんに会えることを楽しみにしています。

お問い合わせ先　松山市保健所　すくすく支援課
TEL:089-911-1821　FAX:089-908-6588

◎次回の発刊は令和6年1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●https://www.docomama.com

エッグスンシングス × docomama plus Colabo

子育てイベントいよいよスタート♪

VOL.1 真冬でも常夏気分☀エッグスンシングスで

「子育てママたちのブレーク座談会」開催!!

参加者募集

1回目の子育てイベントは試食会も兼ねた座談会です。当店の開催場所を実際に見て頂いて、何ができるか？何をしたいか？ママたちのリアルなお話を聞かせてください。皆さんのお声を参考に素敵なイベントが開催出来ればと思っています。

開催日時:2024年1月30日(火)
AM10:30 ～ AM11:45
(受付開始 AM10:15より)
募集人数:10名(お子様との同席参加は出来ません)
参 加 費:500円(お飲み物代)
無料託児付:託児はエミフルMASAKI施設内の会議室を利用して専門スタッフが行います。
※託児には条件があります。詳しくは予約フォームに記載していますので、ご一読後お申し込みをお願いします。

特典 試食付座談会



※写真はイメージです

※試食の料理内容については、事前にお知らせすることは出来ません。

ご応募方法
ドコママ公式 LINE に「座談会」とメッセージを送ってね！お友だち登録がまだの方は、お友だち登録後、「座談会」とメッセージをお送りください。
LINE に予約フォームをお送りします。応募者多数の場合は抽選となります。
予めご了承ください。**ご応募締め切り/2024年1月15日(月)まで**



コンセプトは“All Day Breakfast”
朝に限らず、昼でも夜でも美味しくてボリューム感のあるブレックファーストメニューを楽しんで頂けます。



Eggs`n Benedicts -エグスンベネディクト-
オリジナルのオランデーズソースとポーチドエッグを様々な食材とお楽しみいただける人気メニューです。

Eggs 'n Things エミフル MASAKI 店 TEL/089-989-8855
営業時間/9:00～22:00(L.O. 21:00) 定休日/施設休館日に準ずる

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
- Cafe 子やぎのさんぽ

amusement
- KISUKE/KIT PLAY

beauty・rental
- natural&medical KIRA
- BRIDAL SYMPHONY EHIME KYOYA
- 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×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♥

お店でクーポンを利用する時は各店のクーポンをクリックしてね♥



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。

右のQRコードから直接クーポンページが開けます。

読者プレゼント

申し込み締め切り/R6年1月15日(月)まで

200号を記念して今月号限定の大プレゼント！無料チケットを20名様へ♪





▲HPはコチラ

A 入浴＋岩盤浴無料チケット

愛媛県最大級の広さと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 & 岩盤浴両方を利用出来る招待券プレゼント！しまなみ温泉「喜助の湯」でのご利用もできます。レンタルタオルセット付き♪

ドコママのママスタッフたちが欲しいと言った、頑張っているママにピッタリ！
秘密のごほうびセットを1名様にプレゼント♪



B ママのごほうびセット

ドコママより創刊 200 号を記念して、頑張っているママへ普段使いの商品をプレゼント。ドコママのママスタッフが選んだ商品です♪何が入っているかは届いた時のお楽しみ♥

プレゼント応募方法

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頂きます。商品をご提供先より発送して頂く場合は、ドコママ事務所より事前に当選の連絡をメール (info@docomama.com) 若しくはお電話で確認させて頂きます。その確認をもって当選とさせて頂きます。ご連絡後一週間たってもご返事がない場合は自動的に当選を無効とさせて頂きます。予めご了承ください。

申込フォームはこちらから▶

※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。

園結びのお仕事

ドコママサポーター募集 追加募集



ドコママを配付している幼稚園・保育園へルート訪問し、簡単なヒアリングをして頂くお仕事です。

特 徴
- ドコママと各施設の15年以上の信頼関係があるので、安心して訪問できます。
- 松山市と「子育て情報発信に関する連携協定」を締結しており安心とやりがいがあります。
- 幼児教育現場に興味のある方
- 子育て支援に興味のある方
- 空いた時間を有効活用して働きたい方
- 子育て支援事業の一環のため、仕事的に子育てに理解があり家庭との両立がしやすい。



報酬目安
5,000円～100,000円程度
★別途手当有!!
★その他、イベントや座談会など活躍の場所多数

要面談になります。お気軽にメール(件名に面談希望とお書きの上、お名前、連絡先を添えてお送りください)又はお電話にてお問い合わせください。面談の日程は改めてご都合の良い日を調整致します。



:info@docomama.com
TEL:089-909-9855(担当/久保田)



訳あり 完熟 蜜りんご

人気商品につき 限定200箱

ご自宅用
※時期により蜜の入り方、味にはバラつきがあります。※訳ありの為傷などがある場合があります。

12月上旬頃より発送予定

本日より お申込締切迄 1週間

全国でもリンゴの生産量が豊富な「フルーツ王国山形」より、蜜入りリンゴ「サンふじ」を特別に通販限定でご紹介。不揃いで皮に小さい傷はありますが、味はそのまま！「サンふじ」の特徴は、実に袋をかけずに栽培し、太陽の光をふんだんに受けて育つため、果肉の中には完熟の証である蜜がたっぷり。さわやかな酸味と甘みのバランスが絶妙と大好評。昼夜の寒暖差が激しい山形ならではの最適な環境で育てられた逸品を産地直送致します！「安心」、「信頼」、「安さ」と、品質の良い逸品をお楽しみください。

1箱 約3kg (6玉～12玉) 1,980円(税込)

2箱以上ご購入で※送料無料 **3箱以上ご購入で手数料無料** **4箱以上ご購入で500円引き**

※同一送付場所限定。1箱の送料は1か所につき880円(税込)。※北海道・中国・四国・九州は、1,210円(税込)。
※北海道・中国・四国・九州地方は2箱以上でも特別送料の330円(税込)はかかります。※沖縄・離島への発送は行っておりません。



りんごの名産地山形より直送!!

私が愛情込めて育てました!!

●お申し込みはお電話で ●受付/9:00～18:00 土日祝日も受付中!!
☎050-1868-3161

株式会社 東北ECグローバル
〒962-0402 福島県須賀川市仁井田字万開140-3
東北ハッピー農園

●12月上旬頃より順次出荷、以後7日～10日前後で順次お届け。●お支払いは代引き(手数料330円～／決済金額に応じる)またはコンビニ振込(手数料330円/税込)、3セット以上で手数料無料。●1セットの送料は1か所につき880円(税込)、2セット以上で送料無料。※北海道・四国・中国・九州の1セットの送料は1,210円(税込)、2セット以上で330円(税込)。※500円引きは4セット以上のご注文、同一送付先に限り適用となります。●商品の性質上、お客様都合による返品はお断りしております。●お預かりした個人情報は、お客様への商品の発送及びご案内、その他サービスを提供するためのみ使用させていただきます。