

docomama plus

ドコママプラス

5
2025 May
vol.216

4月23日～5月12日は
こどもの読書週間

ママさん素敵に変身物語Ⅴ.vol2
megumiママの素敵に変身物語

愛媛トヨペットのスタッフがお答えする
ママの「おクルマなんでも相談室」

やりたいことが何でもできる
スタジオアマービレ　グランドオープン
ドコママ親子教室５月のプログラム案内

読者プレゼントあり

撮影／Studio Switch.　一楽(ichigaku)

ドコママ公式LINE
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。

ドコママ公式ホームページ

企画・制作　一般社団法人愛学舎　☎ 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

こどもとあるこ♪ おさんぽルポ

イラストルポ しらかたみお

vol.152 唐揚げハウスLittle

新田高校近くの**美味しいレモネード**と**唐揚げ**の専門店、**唐揚げハウスLittle**。気軽におやつ感覚で注文できる唐揚げ棒やポテト、しっかりボリューミーなお弁当。ぜひ**アツアツの揚げたて**を召し上がれ♥

松山市 別府町342-1
☎090-2813-3324 月曜休

お店のイチオシ

醤油唐揚げ
S(約13コ) ¥350
M(約8コ) ¥900
Little Box(約16コ) ¥1800
香ばしい醤油味♥

エビから弁当 ¥680
唐揚げがしっかり大きいので満足感あり

醤油唐揚げ / エビフライ / 自家製唐揚げ

揚げ物は全部注文をうけてから揚げるからアツアツ

MIX弁当 ¥980
いろいろ食べたい人にいい！とってもボリューミー！

自家製唐揚げ / コロッケ / エビフライ / ウインナー / 醤油唐揚げ

ねぎ塩レモン唐揚げ
S ¥350
M ¥900
Box ¥1800

瀬戸内のレモンを使用した塩ダレと青ねぎ

他にも旨だしや韓国風もあります

おいしい♥オススメ！

瀬戸内レモネード
ザワカな香りと元気の出る甘酸っぱさ！
無添加 中島産レモン100%

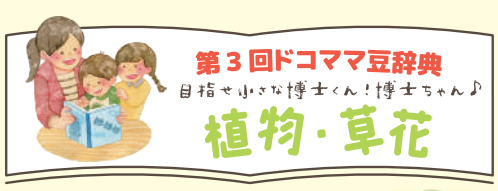
ハワイアンレモネード ¥380
オリジナルレモネード ¥330
ベリーベリーレモネード ¥450
ローズレモネード ¥380

唐揚げ棒 各¥220
・明太マヨ
・スイートチリ
・たこ焼き風
・ねぎだくタルタル
・ハニーマスタード
・スパイシーズ
・ピザ風あぶりチーズ(+20円)

ソースを色々選べて楽しいね♡

中島の契約農家から取り寄せる糖度9度の**完熟レモン**を使用した**レモネード♥手しぼり**もこだわりです。ベース、割り材、トッピングのフルーツも選べます。揚げたての唐揚げと楽しんで下さいね！

※価格は3月取材時のものです。



春から新緑の季節を迎えるこの時期は、お庭や散歩道、いつも遊んでいる公園などで草花たちも綺麗な花を咲かせています。そうした草花たちの観賞や草花を使った遊びなどで、この季節を楽しんでみましょう♪



４・５月頃、身近な場所で花を咲かせる草花には

草花は「草本植物」とも呼ばれ、草に咲く花または、花の咲く草を指します。通常は、地面に近く成長するため背は低くて、柔らかい茎を持つ特徴があります。そんな身近な草花にはどんな種類があるのかな？いくつか紹介します。



ナヨクサフジ

開花期：４月～７月頃
紫色の花を咲かせるマメ科の越年草です。花付きが良く、花期には紫色の濃淡のある花をいっぱいに咲かせます。



ナワシロイチゴ

開花期：５月～６月頃
日本に自生する野イチゴの一つです。日当たりの良い畑地や道路脇、土手などで見かけ、田んぼの畔などにも生えています。淡い紅色の花を咲かせます。



シロツメクサ

開花期：３月～８月頃
春になると一斉に白い花を咲かせます。その後は徐々に花数を減らし、夏まで咲き続けます。４小葉のものは「四つ葉のクローバー」と呼ばれ幸運のシンボルとされています。



ノアザミ

開花期：５月～８月頃
普通は紅紫色の花を咲かすせますが淡紫や、まれに白色の花もあります。葉はタンポに似ていて葉のふちはギザギザの鋭いとげになっています。

親子で春の草花を使って遊んでみましょう

花相撲・草相撲



遊び方

1. オオバコやシロツメクサ、タンポポ、レンゲなど好きな草花の茎を一本ずつ摘み取る
2. 相手の茎と自分の茎を交差させ両端をもって引っ張り合う
3. 茎がちぎれた方が負け

手軽に出来る伝統的な遊びなので、子どもの頃に経験された方も多いかもしれませんね。。
最初のうちは、同じ草花の茎を使って勝つためのコツを掴むようにしましょう。その後はどの草花の茎が強いか試してみるのも面白いですよ。

こんな花を探して遊んでみよう♪


オオバコ


シロツメクサ


タンポポ


レンゲ

草花で色水づくり


ハルジオン

作り方

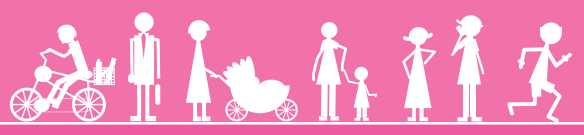
1. 材料を集める
2. 集めた花をビニール袋に入れ、水を加えて揉む
   色が出にくい場合は、すり鉢やすり棒を使って潰す
3. 抽出した色水を紙コップやペットボトルなどの容器に入れる

４～６月頃だと道端でよく見かける背の高い雑草、ハルジオンで色水を作ってみてはどうでしょうか。柔らかな黄色の色水が出来上がります。
また、花だけでなく、左記の方法で茎や葉からも、色水を作ることができます。色んな草花を使って様々な色水を楽しんでみましょう。出来上がった色水は、絵をかいたり、植物の色水吸い上げ実験に使ったり、楽しみ方もいろいろです。
☆草花や植物で作った色水は絶対に飲まないように注意しましょう。作ったり、遊んだりするときは、大人の目が届くところで行ってください。また、手や服が汚れることも良くあります。エプロンやタオルなども用意しておくと良いでしょう。

☆★草むらに入るときは危険な植物や害虫がいる場合もあります。長ズボンの着用やサンダル履きでは入らない等、注意を怠らないようにしてください★☆

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。ドコママ HP の「おクルマ相談室」から送っていただく事もできます♪

◀ 相談室はこちらから

Asobino Jikan5 の「教えてトヨペットさん」コーナーでおクルマに関する質問にお答えしきれなかった内容を回答します。同じお悩みを持たれているママさん、ぜひ参考にしてくださいね♪

Q チャイルドシートとジュニアシートの違いを知りたい

A ベビーシート・チャイルドシート・ジュニアシートとあり、使い始めるタイミングや切り替えをする判断が難しいと思いますが、お子様の安全を守る為にも体に合ったサポートシートをお使いください。

今回はシートの使い分けの参考として、生まれてからの月齢と身長に加えて、体重を参考にご質問にお答えさせていただきます。

トヨタ自動車のチャイルドシート「NEO G-Child i-Size」では身長 100 ㎝体重 18kg のお子さまであればチャイルドシートとベビーシートの期間でご使用できます。そしてトヨタ自動車のチャイルドシート「NEO G-Child junior」ではジュニアシートは身長 100 ㎝体重15kg から身長150cm 体重36kg 未満のお子さまがご使用できます。

ご質問のチャイルドシートとジュニアシートの違いは、お子様の成長に合わせて使い分けることが大切だと覚えておいてください。



Q 燃料代高騰で少しでも燃費の良い走り方は？



A お子様とお出かけする時にどうしても気になるのが燃料代ですね。

昔は 90 円 /1L なんて時代もありましたが今は 180 円 /1L 前後とガソリン代がずいぶん値上がりをしているため、お出かけしづらい事もありますよね。そこで、少しでも燃料代を抑える豆知識として、お子様と沢山遊びたいママさんたちにお答えします。

まず、不要なアイドリング状態での駐停車はやめましょう。ちょっとの時間なら・・・と思いがちですがちりも積もればですね。

次に急発進・急加速・急減速などの急がつく運転はやめましょう。「急」がつく車の操作をすることは、必要以上な速度を車が出していることの現れです。そして安全面でもお勧めしませんのでゆとりを持った速度で走りましょう。

最後に、車の中の不要な荷物は載せたままになっていませんか？子どもとのお出かけでは荷物がたくさんになる事は「あるある」ですね。そういったお出かけをした後にたくさんの荷物を載せたままにしておくと、車の重量が気づけば子供一人分以上増えてしまっていることもしばしば。車も重くなると燃費が悪くなります。お出かけする時に荷物の見直しや積み下ろしを行うことで、車の重量増加を防ぎ燃費向上へとつながります。

以上簡単なご回答ですが、少しでも楽しいお子さまとのお出かけになればと思います。
その他、気になる事などあればお気軽に弊社へお越しください。
スタッフが笑顔でお迎えさせていただきます。

TSU・NA・GU ぷろじぇくと

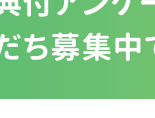
Q A 愛媛トヨペットのスタッフがお答えするママの「おクルマなんでも相談室」!!

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：にしやま・ふなもと）

Chocolate と仲間たちで貴方をより素敵に美しく見せるお手伝いをさせていただきます♡



◀カラーやカットなど事前にご希望をお聞き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 ビューティー＆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 HOT PEPPER Beauty

Chocolate ドコママ連携おすすめクーポン
貴方だけの変身物語の始まりです
Chocolate ご来店時にドコママクーポンを提示していただくとカラーカットトリートメントのセット￥14,800 が￥9,800 に!!
（☆ご来店時にドコママ見ましたと伝えていただくだけでも OK です！）









本当は派手髪やおしゃれをもっとしたいけど、子育て中でなかなかできず…
そんな時にドコママを見て「やってみたいな～」と思い、応募をしてくださいました。
変身をしてみて、子どもたちからは「にんじん🥕オレンジジュース🍊めちゃめちゃかわいいやん💕」と大好評だったとのこと☺
ご本人もお気に入りのヘアスタイルになり、るんるんで前よりももっと自然な笑顔に🎶
本番の日は、夢のような時間を過ごせましたと大満足の変身物語でした🥰





４月からはじまる新生活に合わせて、大幅なイメージチェンジに挑戦しました✨「派手髪にして、POP な雰囲気になりたい！」という希望もあって、刈り上げ&逆アンブレラカラーにして、やりすぎ？！くらいを楽しんだ megumi ママ！見た目だけでなく、気持ちも明るくなれる素敵なヘアスタイルになりました☺
また、骨格診断や顔タイプをプロに見ていただき、似合う服はもちろん、着た時にコーディネートがしっくりこなかった理由もわかったそうです。
今後、お買い物をする時にも役立つと喜ばれていました✨







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
megumiママの素敵に変身物語

docomama plus 公式LINE

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！

LINE



Studio Switch.

大切な記念日も、
何気ない日常も、
特別な時間に。

@ICHIGAKU

マタニティ・ニューボーン・七五三・入園入学・成人式
ブライダル・ペット・プロフィール・HP 用 各種撮影承ります。



791-8016 松山市久万ノ台 899 Mマンション103
089-994-8369









KITPLAYの新エリアアトラクションは、いよいよ4月26日に誕生（予定）です！

2024年12月26日～2025年2月28日までKITPLAYの新エリアアトラクション名募集キャンペーンが行われました。そのキャンペーンの応募総数168件の中から選ばれた名称、『KIT砦』が、いよいよ4月26日誕生（予定）します。その名称に込められた想いには……。



昭和の時代に子どもたちを夢中にさせた『キスケ砦』が、38年ぶり令和に復活！新たな冒険の舞台『キット砦』誕生！

「キット砦」という名前には、応募者であるK・Z様の特別な想いが込められています。

KITPLAYのプレイエリアの完成イメージをご覧になった際、K・Z様は、子どもの頃にご両親と訪れた巨大迷路「キスケ砦」の思い出を鮮明に思い出されたそうです。

夢中で駆け回り、ワクワクとドキドキの冒険を楽しんだあの日の記憶――

その特別な体験を、今度はご自身のお子さまとも共有し、同じような「冒険の思い出」を残してほしいという願いが、「キット砦」という名前に込められています。

「キスケ砦」のように、子どもたちが心躍らせながら遊び、忘れられない思い出を作れる場所となることを願い、「キット砦」という名称を採用させていただきました。

（KITPLAYホームページより）



巨大迷路　キスケ砦とは

キスケ砦とは、1987年に愛媛県北条市（現松山市）にあった巨大迷路で、多くの子どもたちが迷路の中を駆け回りながら、ワクワクとドキドキの冒険を楽しんだ場所でした。

家族や友だちと協力してゴールを目指す体験は、訪れた人々にとって特別な思い出となり、多くの方に親しまれていました。

キット砦は、約10種類の様々なアトラクションが砦の各所に設置されています！そのアトラクションの一部をご紹介します！

ジップライン

約5,000票のお客様投票によって選ばれた新アトラクションになります！

ロープをしっかり握ることで、握力や腕の筋力が鍛えられ、ぶら下がって移動する際に体勢を保つ力やバランス感覚が養われます。

風を切って進む爽快感を味わうと共に、遊ぶことを通して筋肉やバランス感覚が養われます。

すべりだい

KIT PLAY オープン時より多くのお客様に要望いただいた、すべりだいを設置！

脚力やバランス感覚が鍛えられ、すべることで空間認識力や体幹が発達します。

高い場所からすべる体験は、チャレンジ精神や達成感を育む効果も期待できます。

まるた橋

不安定な橋の上を渡ることで、バランス能力、足腰の筋力や体幹を鍛えられ、高さや揺れに慣れることで、怖さを乗り越える経験ができます。



※イラストは開発中のものです。
実際とは異なります。

新エリア「キット砦」は、4月26日（土）のオープンを予定しております。
お子様たちの冒険心をくすぐる、ワクワクがいっぱいの楽しい施設となっておりますので、ぜひご家族皆様でお越しください。



4月23日～5月12日は 第67回 こどもの読書週間



≪取材協力 / 愛媛県立図書館≫

「こどもの読書週間」とは？

子どもたちにもっと本を、子どもたちにもっと本を読む場所をとの願いから、「こどもの読書週間」は1959年（昭和34年）に誕生しました。もともとは、5月5日の「こどもの日」を中心とした2週間（5月1日～14日）でしたが、子どもの読書への関心の高まりを受けて、「子ども読書年」である2000年より現在の4月23日（世界本の日・子ども読書の日）～5月12日に期間を延長しました。開始当時より、図書館・書店・学校を中心に、子どもたちに本を手渡すさまざまな行事が行われてきました。

幼少のときから書物に親しみ、読書の喜びや楽しみを知り、ものごとを正しく判断する力をつけておくことが、子どもたちにとってどんなに大切なことか……。子どもに読書を勧めるだけでなく、大人にとっても子どもの読書の大切さを考えるとき、それが「こどもの読書週間」です。

（公益社団法人読書推進運動協議会ホームページより引用）

愛媛県立図書館、アイテムえひめ3Fスカイホールに仮設図書館オープン！







堀之内の県立図書館は、耐震・機能向上改修工事に伴い令和6年11月1日（金曜日）から一時閉館。本年2月1日よりアイテムえひめ3Fスカイホールに仮設図書館をオープンしています。

また、例年こどもの読書週間に合わせて、各地の公共図書館や書店などで、子どもの読書に関する展示やイベントが行われています。今回は、県立図書館で開催されるイベントについてお話を聞かせてもらいました。

さかな展（愛媛県立図書館×アイテムえひめコラボ企画）開催



4月5日（土曜日）から5月18日（日曜日）の期間、アイテムえひめで「ギョギョッとサカナ★スター展」が開催されます。それに合わせて、愛媛県立図書館では、「さかな展」と題した資料展示を行います。さかなクンの著作をはじめ、魚や海をテーマにした絵本や物語、海の環境について考える本、愛媛の魚図鑑など約100冊を展示・貸出します。

また、児童図書エリアでは「おりがみであそぼう！」として、折り紙工作ができるスペースを用意しています。つくった折り紙はボードに貼っても、持ち帰ってもOKです。

「ギョギョッとサカナ★スター展」併催の「おさかな王国えひめ」にも図書館を紹介するブースがありますので、そちらもぜひご覧ください！

さかな展 & こどもの読書週間記念　イベント紹介

(1)「ギョギョッとサカナ★スター展」併催「おさかな王国えひめ」へのブース出展
- 期間：4月5日(土)～5月18日(日)
- 場所：アイテムえひめ大展示場A
- 内容：図書館の案内ポスター・記念展示ポスターの展示・展示資料やさかなクン著作の紹介パネル展示　等

(2) 記念展示「さかな展」の開催
- 期間：3月29日(土)～5月29日(木)の開館時間中（休館日を除く）
- 場所：仮設県立図書館　児童図書エリア
- 内容：魚の本や絵本から海の環境を考える本、愛媛の漁業に関する本まで、児童書・一般書・郷土資料を幅広く取り揃えて展示します。（貸出も可）

(3) おはなし会の開催
- 期間：4月26日(土)、27日(日)、29日(火)、5月3日(土)～6日(火)、10日(土)、11日(日)、17日(土)、18日(日)の11日間（※開催期間は各日14:00～30分程度）
- 場所：仮設県立図書館　小イベントスペース
- 対象：幼児から大人まで
- 実演：県立図書館おはなし★グミ、松山おはなしの会
- 内容：魚や海がでてくる絵本や紙芝居、素話ほか。（参加者には記念品を贈呈）

(4) 工作コーナーの設置
- 期間：3月29(土)～5月29日(木)の開館時間中（休館日を除く）
- 場所：仮設県立図書館　児童図書エリア
- 対象：幼児から大人まで
- 内容：児童図書エリアに折り紙ができるスペースを用意しています。つくった折り紙は館内のボードに貼れます。持ち帰りもOKです。

県立図書館のホームページで図書館のイベントやいろいろなサービスを検索してみてください▶

★令和7年10月30日(木)・31日(金)に第111回全国図書館大会愛媛大会が開かれます。愛媛県出身作家によるトークセッションなど、関連プログラムが111(トリプル・ワン)となるプロジェクトが始動しています。ぜひ情報収集をしてみましょう。



それぞれの地域にある図書館でも、「こどもの読書週間」に合わせたイベントや定期イベントが開催されています。図書館によっては電子書籍やInstagramでの情報発信など新しいサービスも行っています。ぜひお近くの図書館を検索し利用してみましょう。本との出会いは、お子さんの豊かな感性を育む良い機会になってくれると思いますよ♪

愛媛県公立図書館一覧

愛媛県立図書館
松山市大可賀2丁目1番28号
アイテムえひめ3階スカイホール
電話番号：089-941-1441

松山市立中央図書館
松山市湊町7丁目5番地
松山市総合コミュニティセンター内
電話番号：089-943-8008

松山市立三津浜図書館
松山市住吉2丁目4番12号
電話番号：089-951-2516

松山市立北条図書館
松山市河野別府941
電話番号：089-993-2281

松山市立中島図書館
松山市中島大浦2962
中島総合文化センター内
電話番号：089-997-1181

今治市立中央図書館
今治市常盤町5丁目203番地2
電話番号：0898-32-0695

今治市立波方図書館
今治市波方町樋口甲72番地1
電話番号：0898-41-5888

今治市立大西図書館
今治市大西町宮脇甲506番地の1
電話番号：0898-53-3622

今治市立大三島図書館
今治市大三島町宮浦5713番地
電話番号：0897-82-0506

宇和島市立中央図書館
宇和島市鶴島町8-3
電話番号：0895-22-1065

宇和島市立簡野道明記念吉田町図書館
宇和島市吉田町立間尻甲1802-3
電話番号：0895-52-3169

八幡浜市立市民図書館
八幡浜市本町1丁目60-1
電話番号：0894-22-0917

八幡浜市立保内図書館
八幡浜市保内町宮内1番耕地118番地
電話番号：0894-36-3050

新居浜市立別子銅山記念図書館
新居浜市北新町10番1号
電話番号：0897-32-1911

西条市立西条図書館
西条市大町1590番地
電話番号：0897-56-2668

西条市立東予図書館
西条市周布427
電話番号：0898-65-4797

西条市立丹原図書館
西条市丹原町池田1733-1
丹原総合支所3階
電話番号：0898-68-8711

西条市立小松温芳図書館
西条市小松町新屋敷甲3007番地1
電話番号：0898-72-5634

大洲市立図書館
大洲市東若宮17番地5
電話番号：0893-59-4111

伊予市立図書館
伊予市米湊768-2 IYO夢みらい館（伊予市文化交流センター）内
電話番号：089-983-4051

四国中央市川之江図書館
四国中央市川之江町2242番地1
電話番号：0896-28-6256

四国中央市おやこ図書館
四国中央市上分町556番地の1
電話番号：0896-28-6258

四国中央市三島図書館
四国中央市三島宮川4丁目8番57号
電話番号：0896-28-6053

四国中央市土居図書館
四国中央市土居町入野939番地
電話番号：0896-28-6354

西予市図書交流館
西予市宇和町卯之町1丁目245番地1
電話番号：0894-62-6420

東温市立図書館
東温市見奈良509番地3
電話番号：089-964-3414

久万高原町立図書館
上浮穴郡久万高原町久万1484番地1
電話番号：0892-50-0415

松前町ふるさとライブラリー
伊予郡松前町大字筒井633番地
電話番号：089-985-4140

砥部町立図書館
伊予郡砥部町宮内1410番地
電話番号：089-962-4400

内子町図書情報館
喜多郡内子町内子3427番地
電話番号：0893-44-4198

伊方町立図書館
西宇和郡伊方町湊浦1992番地
電話番号：0894-38-0607

分館一覧

宇和島市立中央図書館 **津島分館**
宇和島市津島町岩松甲471

新居浜市立別子銅山記念図書館 **角野分館**
新居浜市中筋町二丁目4番24号

大洲市立図書館 **長浜分館**
大洲市長浜甲480番地の3

肱川分館
大洲市肱川町山鳥坂73番地

河辺分館
大洲市河辺町植松547番地

西予市図書交流館 **野村分館**
西予市野村町野村11号35番地1

三瓶分館
西予市三瓶町朝立1番耕地337-13

明浜分館
西予市明浜町高山甲3678番地

土居分館
西予市城川町土居86

高川分館
西予市城川町高野子75-1

魚成分館
西予市城川町魚成3680

遊子川分館
西予市城川町遊子谷2372-1

東温市立図書館 **川内分館**
東温市南方264番地

studio amabile スタジオアマービレ

2025年5月 グランドオープン

愛らしく / 親しみやすい / 優しい

Amabile（アマービレ）ってなに？

アマービレの語源は、イタリア語の「amabile」です。地域の皆さまにとって、親しみやすく、笑顔溢れる拠り所にしたいという想いが込められています。

たくさんの人が集う場所に。

やりたいことが何でもできます。





音のことを気にせずに、思いっきり楽器の練習がしたい！

会社の研修で施設を借りたい！





イベントを開催したい！

＼企業や地域の皆さま／

セミナー / 打ち合わせ / 楽器練習

に活用してください！

多目的ホール



主な使用用途	各種セミナー、楽器練習 地域行事 など
仕様	114平米 （最大利用時　140平米 ＋Aスタ Bスタ） 50~60名 （最大利用時　70~80名）
設備	プロジェクター、 スクリーン、長机、椅子、 ホワイトボード、グランドピアノ

※全面使用時は、A・Bスタジオを同時予約にて使用可能となります。

※隣接するA・Bスタジオから、音が漏れて聞こえる可能性があります。使用用途など、お気軽にお問い合わせください。



Aスタジオ



主な使用用途	各種セミナー、楽器練習 地域行事 など
仕様	27平米　5~8名前後
設備	電子ピアノ、カラオケ、 椅子、ドラムセット

Bスタジオ



主な使用用途	各種セミナー、楽器練習 地域行事 など
仕様	11平米　1~3名前後
設備	オンライン通信環境 （モニター、WEBカメラ等）、 電子ピアノ、ホワイトボード

研修室



主な使用用途	各種セミナー、 打ち合わせなど
仕様	33平米　15~20名
設備	プロジェクター、モニター、 スクリーン、長机、椅子、 ホワイトボード

申し込み方法

1. 予約状況を確認♪♩♫
2. 利用約款に同意の上、利用申し込み書をメールにてお送りください。

※NPO団体、公的教育機関等の団体使用割引制度もあります。

料金表

施設名	広さ	収容人数目安	1時間単価
多目的ルーム（カーテン仕切りあり）	114平米	50~60名	1,500円
Aスタジオ	27平米	5~8名	1,000円
Bスタジオ	11平米	1~3名	500円
多目的＋Aスタ＋Bスタ	180平米	70~80名	2,500円
研修室	33平米	15~20名	1,000円

全日 9：00~21：00（一部 18：00まで）　※研修室は、平日9：00～18：00が利用可能です。

備品名	金額
プロジェクター&スクリーン	2,000円／回
マイク&スピーカー	2,000円／回
グランドピアノ	3,000円／回

長机、椅子、コンセント、演台、常備楽器（ドラム、キーボード等）カラオケ設備（Aスタのみ）　**無料**

所在地
〒790-0047
愛媛県松山市余戸南5丁目4-1
e-KC Group 本社ビル内

お問い合わせ
089-989-4141
（予約専用・平日9：00～18：00）
amabile@e-kc.jp



スタジオアマービレで毎月ドコママ主催の親子教室♪定期開催始まります!!



5月開催プログラムのご案内

お申込み開始日：2025年4月20日から【それぞれのイベントは応募者多数の場合抽選となります】
※それぞれのイベント受付期間は、開催日の10日前に、自動的に受付終了とさせていただきます。

5月12日（月）

受付期間 4/20 ▸▸▸ 5/2　参加費 500円

4月・5月生まれのお誕生日会

4月・5月生まれのお友だちと一緒に手形足形アートや、お歌にお遊戯、フォトブースなどでお祝いをしましょう♪

- 時間／1回目　10：00～10：40
  2回目　10：50～11：30
- 講師／石井　けいこ氏　&　たのちゃん
  ・こまめハウス＋主宰　・ドコママ編集部
- 定員／各回5組
- 対象／4月・5月生まれの未就学児とその保護者

5月19日（月）

受付期間 4/20 ▸▸▸ 5/9　参加費 無料

絵本専門士と一緒に楽しむ絵本の世界

- 時間／1回目 10:00～10:30 質問タイム 10:30～10:45
  2回目 10:50～11:20 質問タイム 11:20～11:35
- 講　師／管　弥和乃氏
  ・絵本専門士（国立青少年教育振興機構認定）
  ・JPIC読書アドバイザー（日本出版文化産業振興財団認定）
  ・絵本セラピスト®
- 定員／各回親子5組
- 対　象：0～3歳児（乳幼児）とその保護者
  （保護者1名につきお子さま2名まで可）

5月30日（金）

受付期間 4/20 ▸▸▸ 5/20　参加費 500円

親子で楽しく音リズム

楽しみながら子どもの集中力・判断力も伸ばす育脳音楽あそび。

- 時間／1回目 10:00～10:40
  2回目 10:50～11:30
- 講師／前田　純子氏
  ・まえだピアノ・リトミック教室主宰
  ・日本こども教育センター　リトミック認定講師
- 定員／各回親子5組
- 対象／生後3ヵ月～未就学児とその保護者

親子教室お申し込み方法

- ドコママ公式LINEとお友だちの方は、LINEに届いた画像をタップしてご応募ください。
- ドコママ公式LINEとまだお友だちになっていない方
  ❶QRコードを読み取ってお友だち登録をしてください。
  ❷**「親子教室」**とメッセージをお送りください。
  ❸申込フォームを記入してください。
  ❹**再度、ドコママ公式LINEに「親子教室応募しました」とご本人の氏名を添えて**メッセージをお送りください。

第18回 愛媛リエート吹奏楽団 定期演奏会



2025 5/4 SUN

開　場 13：00
ロビーコンサート 13：10
開　演 14：00

松山市民会館 大ホール
愛媛県松山市堀之内

TICKET ¥1,000 ※高校生以下無料

チケットの購入はこちら！！▲
当日チケットのお取り置き可能です。

主な演奏曲目：エルサレム讃歌／A.リード、陽はまた昇る／P.スパーク、Mrs.GREEN APPLE メドレー／大森 元貴　他

主催：愛媛リエート吹奏楽団　定期演奏会実行委員会
後援：愛媛県　愛媛県教育委員会　松山市　松山市教育委員会愛媛新聞社　愛媛CATV　えひめリビング新聞社　愛媛県吹奏楽会議

お問い合わせ　愛媛リエート吹奏楽団　TEL：080-6375-0293　Mail：take20030806@yahoo.co.jp

団員募集中

見学希望の方は下記の二次元コードを読み取ってお気軽にお問い合わせください♪

貸出可能な楽器もございます！



5月31日

たばこによる健康影響について考えよう！

世界禁煙デー

5月31日～6月6日　禁煙週間



5月31日はWHO（世界保健機関）が定めた「世界禁煙デー」です。
また、厚生労働省では毎年5月31日から6月6日を「禁煙週間」としています。たばこは喫煙者本人だけでなく、家族や周囲の人の健康にも影響があります。
たばこを吸うことで生じる様々な影響を知り、この機会に禁煙について考えてみましょう。

「受動喫煙」による健康への影響



喫煙者が吸う煙だけでなく、たばこから立ち上がる煙（副流煙）や喫煙者が吐き出す煙（呼出煙）にも、**ニコチン**や**タール**はもちろん多くの**有害物質**が含まれています。こうした煙を吸わされてしまうことを受動喫煙といいます。受動喫煙によって、**脳卒中**や**虚血性心疾患、肺がん、乳幼児突然死症候群（SIDS）**のリスクが高まります。

「サードハンド・スモーク（三次喫煙）」から子どもを守ろう！



「**サードハンド・スモーク**」とは、たばこの煙が消された後でも、煙に含まれるニコチンや化学物質が喫煙者の毛髪や衣類、部屋のカーペットやソファなどに付着し、その化学物質を吸い込むことです。



子どもは体が小さく、カーペットやソファに接することも多く、触ったり舐めたりすることもあるため、特に影響を受けやすいと考えられています。
子どもは自分の意志でたばこの煙を避けることができません。大切な家族・子どもをたばこの煙から守り、自分自身も健康であるために「**禁煙**」にチャレンジしてみませんか？

【すくすく・サポート】受付時間：平日（月～金）8:30～17:00　（祝日・年末年始を除く）

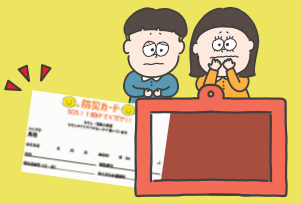
保健所（松山市保健所内1階）	TEL：089-911-1822
南　部（松山市保健センター南部分室内）	TEL：089-969-1400
北　条（松山市保健センター北条分室内）	TEL：089-993-0646
中　島（松山市保健センター中島分室内）	TEL：089-997-1177
市役所（松山市役所本館1階）	TEL：089-948-6343



防災一口 MEMO.9

新年度になりました！ お守りにもなる防災カードを作ろう

防災カードとは避難所や避難場所、緊急時に必要な情報をまとめたものです。保護者と離れた場所で被災した際に緊急連絡先やお子さんの情報、アレルギーなどを記載しておくことで災害時、救援者に対応してもらう環境を作ることができます。
お子さんの学年・学校が変わるタイミングで新しい情報に書き直し、家族で集合する避難所の再確認を合わせてしておきましょう。
私がオススメしているのは写真付き防災カード。家族写真が付いていることで家族がはぐれた際、写真を提示することではぐれてしまった場合、家族を探す手がかりにも。
まだ小さいお子さんは自分のことを大人に伝えることが難しいのでいざという時のお守りになります。園バッグやお出かけバッグに携帯しておきましょう。
安否確認方法や心構え等も記載された防災カードのテンプレートが各自治体や企業からもリリースされていてダウンロードできますよ。
こまめハウス+のHPからも防災カードダウンロード可能です。



※個人情報が記載されていますので紛失しないよう気を付けてください。

防災士
こまめハウス+　石井けいこ

防災カードのダウンロードサイトはコチラから

幼稚園の園長先生インタビューが

ドコママホームページの園特集
「うちの子のピッタリさがそ」に載ってます





ドコママホームページの上記アイコンをクリックしてね！

ドコママ愛媛　検索

上記コードより、直接見ることもできます

こども写真館

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。

※デジカメまたはスマホで、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。

今月号の子ども写真館では、ドコママ春の子ども撮影会にご応募いただいたお友だちのポートレート写真を合わせてご紹介しています。ドコママ撮影会の第二弾開催も只今計画中です。
次回撮影会へのお申込み、心よりお待ちしております♪



お花見散歩に出発！
提灯も桜も可愛いね♪

戸田 陽望 ちゃん
R5年2月9日生まれ



たくさんお出かけして春のお花と写真たくさん撮ろうね！

中西 瑞希 ちゃん
R5年10月11日生まれ

中西 咲来 ちゃん
R4年4月9日生まれ

春の撮影会



できること、いっぱい増えてきたね。

寺尾 遥斗 くん
R1年10月9日生まれ

寺尾 結斗 くん
R5年5月7日生まれ

春の撮影会



1歳のお誕生日おめでとう♪
いっぱい笑って大きくなってね！

松本 大碁 くん
R6年4月2日生まれ



可愛い笑顔でみーんなの癒やし♡

高橋 美玖 ちゃん
R5年4月17日生まれ



これからもたくさんお出かけしようね♪

藤田 喜積 くん
R5年1月4日生まれ

春の撮影会



保育園もにこにこ笑顔で過ごせますように～

二宮 颯亮 くん
R5年11月14日生まれ

春の撮影会



ようちえん、しょうがっこう、たのしみ♡

白石 楓香 ちゃん
H28年11月1日生まれ

白石 柚花 ちゃん
H30年11月30日生まれ

白石 陽太郎 くん
R3年5月12日生まれ



百日祝い～
とびきりの笑顔が撮れました♡

谷脇 望容 ちゃん
R6年12月19日生まれ

いつも可愛いお写真送ってくれてありがとう❤

ドコママからのお願いです

写真応募の際は

- ◆ あまりキャラクターが写ってないもの
- ◆ 周りの背景が分かるよう少し引き気味のお写真（お顔がUPの写真だとトリミングの際に切れてしまう場合があります）



これからもよろしくお願いします
みんなのお写真待ってるよ♪

読者プレゼント

申し込み締め切り／R7年5月15日（木）まで

海水100%国産塩　伊豆大島産　天日と平釜の日本伝統海塩

A 海の精 あらしお　500g1袋



▲ホームページはこちら

「海の精は昔なつかしい伝統海塩」

1972年、日本から塩田が消え、海水を原料とした国産の塩づくりはすべてイオン膜に変わりました。海の精は、伝統塩を求める消費者が復活した、日本の伝統食にふさわしい塩です。

提供／和泉本店「松山元氣倶楽部」・「愛媛純正食品センター」 Tel:089-958-4455

岩盤浴　喜助の蒸（じょう）+入浴も出来る無料チケットを３名様へ♪

B 温泉入浴＆岩盤浴ギフト券





▲ホームページはコチラ

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 & 岩盤浴両方利用が出来るギフト券を３名様にプレゼント！レンタルタオルセットに平日利用には特典も付いてます♪

提供／喜助の湯　Tel:089-998-3300

プレゼント応募方法

ドコママ公式LINEに「カーネーション」とメッセージを送ってください。お友だち登録がまだの方は、お友だち登録後、「カーネーション」とメッセージをお送りください。折り返し５月号の読プレ申し込みフォームがLINEに届きます。必要事項をご記入の上お申し込みください。皆さまのご応募お待ちしております。

※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。

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

amusement
- 虹の森公園まつの「おさかな館」
- KISUKE/KIT PLAY

beauty・art photo
- chocolate hairsalon
- natural&medical KIRA
- 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。



ミニ列車に乗って、総延長235mのコースを楽しもう。
お気に入りの一台を見つけましょう。

★★5／18（日）ミニSL乗車会☆★☆★☆

■日時：5／10（土）・11（日）10時～・14時～
■持ち物：牛乳パック1000ml2個、赤・白のビニールテープ1個ずつ
■料金：無料（入館料のみ必要です）
■申込：四国鉄道文化館 ☎：0897-47-3855
■場所：四国鉄道文化館 南館
※保護者同伴・要予約



牛乳パックと、ビニールテープを使って赤色に白いラインがかわいい、小物入れも付いた「DF50」を作って、走らせてみよう！

★5／10（土）・11（日）てつぶん工作教室「ディーゼル機関車DF50を作ろう！」

event
てつぶん EXPRESS5月の♪注目イベント紹介!!

★LiD／APD（聞き取り困難症／聴覚情報処理障害）について知ってほしい☆



event
第1回LiD／APD当事者交流会
2025年4月26日（土）開催

★その他の楽しいイベントをHPで確かめてね★

▲四国鉄道文化館ホームページ

☎：0897-47-3855

■日時：5月18日（日）10時～12時・13時～15時（雨天中止）
■場所：四国鉄道文化館 南館広場
■料金：1回100円
※未就学児は保護者の同乗が必要です。
※乗車には四国鉄道文化館の入館券が必要です。
※「駅前マルシェ」は10時～15時開催。
■お問い合わせ 四国鉄道文化館（西条市大町798-1）



【LiD／APD（聞き取り困難症／聴覚情報処理障害）】を、当事者自身がプレゼンしたり、四国で同じように悩んでいる方、LiD／APDを知らない方、知り合いに当事者がいるけれど、どうしたら良いか分からない方に参加して頂き、情報提供、当事者の方々とつながるイベントです。

【開催概要】
■第1回LiD／APD当事者交流会
■開催日時：4月26日（土）14時～16時30分（途中休憩時間あり）
■会場：2番町ルーム（松山市二番町3丁目8-21久保豊二番町ビル2F）

■日時：5月18日（日）10時～12時・13時～15時（雨天中止）
■場所：四国鉄道文化館 南館広場
■料金：1回100円
※未就学児は保護者の同乗が必要です。
※乗車には四国鉄道文化館の入館券が必要です。
※「駅前マルシェ」は10時～15時開催。
■お問い合わせ 四国鉄道文化館（西条市大町798-1）
■アクセス：伊予鉄道城南線「大街道駅」から徒歩2分
■参加費：無料
■参加条件：LiD／APDに関心がある方
■定員：15名
■主催：LiD／APD当事者四国の会

【お問い合わせ先】
LiD/APD当事者四国の会
担当：森松未来
・メールアドレス：lid.apd.ehime@gmail.com
・X（旧Twitter）ID：@lidapdEHIME
・HP：https://select-type.com/s/LiDAPD-shikoku

▲第1回LiD／APD当事者交流会のお申し込みはコチラから

情報募集
docomama parkでは、子育て世代に向けてのイベント・キャンペーン・会員、参加者募集などの情報をお待ちしております。

participants
ドコママ親子教室 5月開催イベント参加者募集!!

ドコママは5月より毎月親子教室でいろんなイベントを自主開催します。
5月は、12日（月）に「4月&5月生まれのお誕生日会」・19日（月）に、「絵本専門士と一緒に楽しむ絵本の世界」・30日（金）に「親子で楽しく音リズム」の3本です。
詳しい開催案内は今月号のドコママ5面に載っているので、確認をしてどんどん応募してね。
ドコママ公式LINEでも案内するので、お友だち登録がまだの方は、この機会にぜひ登録をお願いします♪

LiDのお子さま向けのリーフレットもぜひご覧ください。▼

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

ピアノ・ギター・管楽器（サックス、フルート、トランペット、クラリネット）
ドラム・三味線・尺八など
なんでも買取!
壊れていてもお任せください
楽器・機材 高価買取 いたします!
出張買取で
その日にその場で現金化!!
全国無料出張査定
電話査定無料
楽器の買取屋さん
※状態によっては、ご希望の金額に添えないものや、お値段が付かないものもございます。
※未成年者からの買取はできません。
※季節事情または地域により出張査定や即日での対応が難しい場合もございます。
※買取をご希望される場合、法に基づき「運転免許証」「パスポート」「健康保険証」などのご本人確認書類を査定員にご提示ください。
050-1880-4312
営業時間 10～22時
年中無休
〒220-6216 神奈川県横浜市西区みなとみらい2-3-5　クイーンズタワーC 16F

◎次回の発刊は令和7年5月20日。お楽しみに！

企画・制作／一般社団法人愛学舎 〒790-0047 松山市余戸南5丁目4-1 ●電話0889-909-9555 ●https://www.docomama.com

e-KC Group × nosh ナッシュ

時短で健康的なナッシュの宅食

子育て中ママ・パパの時短におすすめ！



手軽で便利なナッシュのサービスについて

専属シェフと管理栄養士が監修



全メニュー健康に配慮した糖質30g・塩分2.5g以下のヘルシーな冷凍宅配食です！

調理・買い出し・後片付け不要



食べる時はレンジで温めて、食べた後の容器は捨てるだけなので、育児や家事の時短に！



チリハンバーグステーキ
糖質17.9g｜塩分2.5g



鮭のマッシュポテトアヒージョ
糖質18.7g｜塩分2.3g



にんにく醤油から揚げ
糖質23.6g｜塩分2.2g



白身魚と野菜の白湯ソース
糖質10.2g｜塩分2.5g



オニオングリルハンバーグ
糖質16.8g｜塩分2.3g



クリームコロッケグラタン
糖質19.1g｜塩分2.0g



ハンバーグと彩り温野菜のデミ
糖質20.0g｜塩分2.4g



鶏肉の照り焼き
糖質16.0g｜塩分2.5g



フライドフィッシュ
糖質16.9g｜塩分2.5g



チーズケーキバー
糖質12.4g｜塩分0.3g

※2025年3月14日時点の情報です。栄養成分値は当社都合で変更になる場合がございます。 ※全メニューは、https://nosh.jp/menuからご確認いただけます。

割引総額 5,000円割引 新規ご購入限定

— ドコママ限定でナッシュがお得 —

今すぐはじめよう！

初回2000円OFFでご注文された場合 ※初回2000円OFF、2～4回目まで1000円OFFの総額5000円OFFです。 ※下記の料金に別途送料が発生いたします。

6食セット 通常料金 ~~4,190円~~ ▸ 2,190円（税込）

8食セット 通常料金 ~~4,990円~~ ▸ 2,990円（税込）

10食セット 通常料金 ~~5,990円~~ ▸ 3,990円（税込）

お電話の際は「ドコママを見た」とお伝えください！

050-3101-6850 受付時間/9:00～20:30（年末年始を除く）

WEB注文はQRコードから

https://e-kc.nosh.jp/

※WEBは24時間注文可能です

nosh ナッシュ ナッシュ株式会社