

ドコママプラス

8

2025 August vol.219

愛媛県 7月下旬から 8月に開催される
花火大会情報一覧

ママさん素敵に変身物語 V.vol4
ともみママの素敵に変身物語

愛媛トヨペット
夏のお出かけを快適にするための
おすすめアイテムと機能紹介

第4回ドコママ豆辞典
お魚編

撮影/studio switch. 一案 (ichigaku)

読者プレゼントあり

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

スタジオアマビレ in ドコママ親子広場

2025年8月 開催講座 夏休み期間中の講座には園児のお子さんも参加できますよっ！

英語絵本のおはなし会 参加費 無料

8月18日 受付期間 7/15▶▶▶8/11

赤ちゃんから楽しめる英語のお話会で読み聞かせのコツや、簡単にできる手遊びも合わせて紹介します。絵本を通してお子さんと英語で触れあえるチャンスを広げましょう★

時間 1回目 10:00～ 2回目 11:00～ 定員 各回5組 対象 0～5歳児の未就学児とその保護者

講師 宮川 みちよ 氏
・おやこ英語絵本の会あじさい

親子で楽しく音リズム (リトミック) 参加費 500円

8月22日 受付期間 7/15▶▶▶8/15

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 11:00～11:40 定員 各回5組 対象 生後3ヵ月以上の未就学児とその保護者

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

7・8月生まれのお誕生会 参加費 500円

8月25日 受付期間 7/15▶▶▶8/18

毎回開催月生まれのお子さんと、その前月生まれのお子さん対象です。今回のお誕生会に参加出来なくても大丈夫♪応募のチャンスは常に2回あるので、ご参加お待ちしております♡

時間 1回目 10:00～10:40 2回目 11:00～11:40 定員 各回5組 対象 7月・8月生まれの未就学児とその保護者

講師 石井 けいこ 氏 (こまめハウス+主宰)&たのちゃん (ドコママ編集部)

おやこ de 一緒に夏休みバレー体験 参加費 500円

8月29日 受付期間 7/15▶▶▶8/22

夏休み体験イベント♪園児のお友だち対象にしたバレーレッスン♪楽しく踊ってバレーの世界を体験してみよう！男の子も遊びに来てね！

時間 1回目 10:00～10:40 2回目 11:00～11:40 定員 各回5組 対象 年少～年長までの園児とその保護者

講師 めぐ 氏・ひめバレースタジオ講師

園児さんの参加、待ってるよ♡

親子広場お申込み方法

ドコママ公式 LINE とお友だちの方は 公式 LINE とまだお友だちでない方は

- ①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。
- ②申込みフォームへの記入が完了しましたら、再度ドコママ公式 LINE に「ひろば応募しました」とご本人の氏名を添えてメッセージをお送りください。
- ①「ひろば」とメッセージをお送りください。
- ②申込みフォームへの記入をお願いします。
- ③申込みフォームへの記入が完了しましたら、再度ドコママ公式 LINE に「ひろば応募しました」とご本人の氏名を添えてメッセージをお送りください。

▲お友だち登録はコチラ

参加費 500円 はお子様お1人を対象にしています。2人目以降は、1人につきプラス 200円をお願いいたします。

スタジオアマビレ

他にも

Aスタジオ Bスタジオ

会議室 があります。

多目的ホール

企業や地域の皆さまのセミナー・楽器練習・打ち合わせに活用してください！

089-989-4141 (平日 9:00～18:00) amabile@e-kc.jp 詳細はこちら▶

キミのドキドキがとまらない！

キット砦 だいたいばーん！

KIT PLAYをもっと知ろう!!

Instagramも見てね♪

ジップライン

アミアミトンネル

ゆるゆるブランコ

ジャンボすべり台

トランポリン

暑い日だって思いっきり遊べ!!

どんな天候にも負けない 屋内型施設

お客様投票によって選ばれたアトラクションのジップライン！スリル満点のジャンボすべり台！その他にも、まるた橋、ゆるゆるブランコ、アスレチックロード、マシュマロステップ、透明トンネル、ボール池、アミアミトンネル、にこにこミラーなど『キット砦』には色んな遊具がいっぱい！！

屋内型施設だから、どんなに暑い日も心配する必要もなく目一杯に遊べます。お子様たちの冒険心をくすぐる、ワクワクがいっぱいの『キット砦』にぜひご家族皆様でお越しください。

空想こども天国 KIT PLAY (キットプレイ)

愛媛県松山市宮田町4 (JR 松山駅前) キスケ BOX3F ☎ 089-998-3000

ドコママCLUB

TSU・NA・GUぷろじえくと

「TSU・NA・GUぷろじえくと」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「ぷろじえくと」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



ETP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



Instagram 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！



(担当：にしやま・ふなもと)



これからだんだん気温も上がってきて、いざ車に乗ると暑くて、どこかにお出かけすることもためらってしまいますね…。
そこで！愛媛トヨペットスタッフが、夏のお出かけを快適にするアイテムや機能を紹介します(AOA)！

マキシクール

エアコンを付けても『思ったよりも冷えないな…』と困った経験はありませんか？そんなときにおすすめのアイテムが『マキシクール』です！



- ・エアコンオイルの潤滑性と密封性を補い、冷房効率を改善します。
- ・コンプレッサの油膜切れを防ぎ、焼き付き等のトラブルを予防します。

マキシクール注入！



マキシクールを使用することによって車の冷房効果がUPします！



※お車に使用されているエアコンガスによっては弊社ではお取り扱い出来ない車種もございます。

『実際にどの程度冷房効果が上がるの？』『詳しく知りたい！』と思った方は、★☆☆(愛媛トヨペット 今治店スタッフブログ)「これからの時期にぴったり！おすすめ商品のご紹介」をご覧ください。(右記コードよりご覧いただけます)



トヨタのリモートエアコン

トヨタのアプリ『My TOYOTA+』の機能をご紹介します。なんと、車に乗っていないでもお使いのスマートフォンから遠隔でエアコンを起動させることができます！

おすすめ POINT

1. 乗車前に、スマホアプリ「My TOYOTA+」であらかじめエアコンを起動することで、乗車時から車内を快適な温度にすることができます。
2. 霜取り機能を作動させることができるため、乗車前に霜取りをすることができ、安全にドライブを開始することができます。
3. スマホアプリ「My TOYOTA+」であらかじめエアコンを起動する時間を設定できます。設定した時間に自動でエアコンが起動するため、手間なくご利用いただけます。

例えば、こんな場面で役に立ちます！

クルマに乗り込む前にスマホで操作！クルマが始動し、エアコンが ON に。車内を快適な温度にし、涼しい状態で運転できます。

※車内に人がいるときは使用しないでください。お子様やペットを車内に残したままにしておくと、熱中症による脱水症状や低体温症になり、重大な健康障害や最悪の場合死亡につながるおそれがあります。
※使用できる機能は車種、グレードによって異なります。
※リモートエアコンは、対象の T-Connect の契約が必要です。



詳しくはトヨタ自動車のHPをご覧ください。(リモートエアコン詳細のQRです！)



夏のお出かけを快適にするための
おすすめアイテムと機能紹介

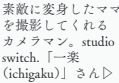
Chocolate と仲間たちで貴方をより素敵に美しく見せるお手伝いをさせていただきます♡



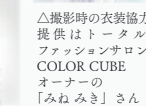
担当美容師 宮岡 崇平



＜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.「一葉 (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
※電話受付・入店ご案内は営業開始10分前となります。



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OKです！)



母になり5年。
3人の子育てに追
われてきたけどそ
ろそろおしゃれを
したい…そう思い
おしゃれにチャレ
ンジしたけれど
『平成風のおしゃれ
になっちゃう』

そんな時に見つけたこの企画。
スタッフみんなで叶えられるように、ヘアもファッションも
トレンドを抑えた令和風のシ
ゴデキママスタイルに変身
憧れの姿になれた変身物語と
なりました♡



ヘアスタイルのポイントは好感度 NO.1☆
きめすぎない令和のレイヤースタイル
変身物語のあとも日常で活かせるように、
時短でおしゃれができるまとめやすい
ヘアにしました♪ファッションは平成に
なっちゃうという悩みを解決するために
トレンドの抜け感をだしインナーとパンツに
柄を入れて令和のおしゃれ上級コーデに
してみました😊



令和の、
シゴデキママ。



担当美容師 宮岡 崇平
デザイン参考価格
パーフェクトカラーコース
カット
髪質改善カラー
トリートメント
合計 ¥14,080
faceメイク
Lifeup 本田 純子
撮影
studio switch.
Photographer 一葉
全身コーディネート・衣装提供
COLOR CUBE みねみき



チョコレート ヘアサロンプレゼンツ!!
studio switch. x Lifeup x COLOR CUBE
ともみ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！



Studio Switch. 14周年キャンペーン!!

おかげさまで7/6で14周年を迎える事ができます。
日頃の感謝の気持ちと、写真を残す大切さを実感して頂く為
毎年周年キャンペーンを開催しています。



ICHIGAKU

キャンペーンの為、行事ごと（お宮参り、七五三、成人式、ブライダル等）、企業様の撮影は対象外とさせていただきます。

7/1～7/31 5,000円（平日に限り）
8/1～8/31 6,000円（平日に限り）
※土日祝は8,000円



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

夏

をまるごと

どんなもんだい!

の

自信でいっぱい!

スラスラできるところから始めて「やればできる!」の自信をはぐくむKUMON。楽しくステップアップしながら、高校の内容も自分の力で解き進める。基礎学力や学習習慣を身につけていきます。

学習効果もどんなもんだい!

KUMON経験者の声

勉強が遊びの一部に教材の絵もかわいく文字も大きいので見ても楽しく学べます。(年長さんの保護者)

集中力がついたらと思います。得意科目がより得意になり、自信が生まれました。(小2の保護者)

できるレベルからスタートなので安心して取り組んでいます。学習習慣を身につける良い機会です。(小5の保護者)

どんなもんだい!?夏の無料体験

受付中

実施期間

7月17日 木 ~ 8月23日 土

算数・数学 英語 国語 1教科から学べます。

「無料体験」の後、継続して学習される場合

●月会費(1教科) / 東京都・神奈川県: 幼児・小学生7,700円 中学生8,800円 高校生以上9,900円
上記以外の地域: 幼児・小学生7,150円 中学生8,250円 高校生以上9,350円

※会費につきましては各教室の所在地に準じます。
※英語学習開始時には、専用リスニング機器「E-pencil」6,600円(税込)をご購入いただきます。
●公式の教室は入会金が不要です。●会費は教材費、消費税を含みます。

上記の期間中の1週間、教室で計2回まで、公文式学習を体験(無料)していただける機会です。●期間中、各教科につき参加は一度です。
●実施期間未了のご予約の場合は、教室での体験が1回となる場合があります。

全6区画 分譲開始

SOYOKAZE GARDEN

松山市北条《New Town》

そよかせガーデン

誕生

海が近く、利便性に優れた分譲地の誕生

ハトマート

JRいよ北条駅

DOM 北条店

北条小学校

松山市役所北条支所

鹿島

シーハの湯

松山駅まで特急で12分

渡し船で3分

今治駅まで特急で24分

ご興味のある方はLINE登録から資料を請求ください。

LINE登録

建築条件無し!

[駐車2台]+[お庭]も充分取れる1区画50坪以上

770万円~980万円

■場所 松山市北条469番4,470番1■学区 区 北条小学校 北条中学校■交通 JR予讃線伊予北条駅徒歩9分■用途地域 第一種住居地域■建ぺい率 60%■容積率 200%■地目 宅地※建築条件無し■取引形態 売主■広告有効期限 令和7年7月末日

松山中央不動産

〒790-0916 愛媛県松山市東本1丁目6-10 一階

TEL.089-909-9500

この夏 START!

docomama 特集サイト

子どもの健全な心と身体の成長

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!

MUSIC

SPORTS

STUDY

子どもの健全な心と身体の成長

習いごと特集

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。

防災一口 MEMO.12

大地震が起こる? デマに惑わされない!でも備えは必要

「2025 年 7 月 5 日、日本に大災害が起こる!」と話題になりそのような会話をした方も多かったのではないのでしょうか?

6 月 21 日以降トカラ列島近海での地震が続いている状態ですが、日本全体で大きな災害 ... は起こりませんでしたね。

この情報、科学的根拠は一切ありません。気象庁は今回の情報を受け現代の科学的知見では日時や場所を特定する地震の予知は不可能であり、「デマである」との見解を示し、そのような情報で心配する必要はないと呼びかけています。

ただ、大災害はいつどこで起こるかわかりません。急な大雨で県内でも土砂災害が各所で起こっています。

だからこそ備えは必要です。

また今は SNS が普及したことでデマや誤情報が拡散されやすく、その情報に惑わされてしまうことも増えてきています。

これは災害時にも同じようなことが起こります。

デマに惑わされず、正しい情報をキャッチすることも防災・災害時には不可欠です。

防災士
こまめハウス+ 石井けいこ

デマ? ホント?

ジャスト・ワン Message.VOL3

一働きたいママさんも働いているママさんもー

自分のトップ3を書き出そう!!

1. 自分ならではの強みは? 知識・技能

2. 自分があることをしたときに、それをしたいのはなぜ?

3. これまでに誰と繋がり、その関係をどのように生かしてきた?

株式会社 ジャスト・ワン

愛媛県の人材派遣、求人情報 株式会社ジャスト・ワン 松山市歩行町1丁目4-6 ジャスト・ワンビル 3F TEL: 089-998-3001

『朝ごはん』食べたかな?

生活リズムを整えて、元気な1日のスタートを『朝ごはん』から始めましょう!!

『朝ごはん』は、非常に重要な役割を果たしています。

<1日の生活リズムは『朝ごはん』から>

朝日を浴び『朝ごはん』を摂ると、体内時計がリセットされ、1日の生活リズムが整います。前日の夕食が遅くなると食欲がわきません。1日3回の食事の時間を規則的にすることで、おなかがすくリズムができ、食事がきちんと摂れるようになっていきます。このリズムを繰り返すことで、生活リズムが整ってきます。「早寝早起き朝ごはん」の生活リズムを習慣づけていきましょう。

<『朝ごはん』を摂るメリット>

体を温める・・・まだ眠っているからだを徐々に温めて、活動的になる。

脳が起きる・・・脳の唯一のエネルギー源のブドウ糖が、脳を目覚めさせる。

便秘予防・・・腸が刺激を受けて規則正しい排便習慣が身につく、便秘予防になる。

<栄養バランスのとれた食事>

主食・主菜・副菜のそろった食事は、いろいろな食品が組み合わせるため、栄養のバランスがとれます。

	体での働き	食 品
主食	働く力になる	ごはん、パン、麺類
主菜	血や肉になる	肉、魚、卵、大豆製品
副菜	体の調子を整える	野菜、きのこ、いも、海藻

＊汁物で、主菜や副菜でとりきれなかった栄養素を補給しましょう。
＊牛乳及び乳製品、果物は、1日1回適量摂取しましょう。

【バランスのよい食事】

出典：政府広報オンライン「健全な食生活を実践するには? (栄養バランスを考える)」

<『朝ごはん』を食べる習慣がない人は・・・>

まずは、何か食べることから始めませんか?

冷蔵庫の中や家にあるもので手軽に食べられるものから始めて、食べる習慣がついたら、少しずつ、品数や量を増やしていきましょう。

夕食の献立を考える時に、次の日の『朝ごはん』の分まで作っておくこともいいですね。

<簡単朝食メニュー>

【ピーマンとツナのピザトースト】

(材料1人分)

食パン.....1枚
ピーマン.....1/2個
たまねぎ.....1/8個
ツナ.....30g
マヨネーズ.....小さじ2
ケチャップ.....大さじ1
塩こしょう.....少々
コーン缶.....大さじ1
ピザ用チーズ.....15g

(作り方)

①ピーマンは輪切り、たまねぎは薄切りにする。

②ボウルに、たまねぎ、ツナ、マヨネーズを入れ混ぜる。

③食パンにケチャップを塗り、②をのせて、塩こしょうをする。

④ピーマン、コーン缶、ピザ用チーズをのせて、トースターでチーズが溶けるまで焼く。

※家にある材料やお好みの分量に変更してください。

【納豆キャベツ丼】

(材料1人分)

キャベツ.....1/2枚
納豆.....1パック
納豆に添付のたれ.....1袋
ごはん.....1膳

(作り方)

①キャベツをせん切りにして、耐熱容器に入れてラップをかけて、500Wの電子レンジで2分程度加熱する。

※鍋で湯がいてもOK。

②納豆にたれを入れて混ぜる。

③②に①を入れ混ぜ合わせる。

④温かいごはんに③をかける。

※しらすを入れたり、のりをちらしても美味しいです。



愛媛県7月下旬から8月に開催される花火大会一覧

今年開催される7月下旬から8月に開催される愛媛県内の花火大会情報をまとめてみました。この夏は、地元の花火大会以外でも観戦を楽しむ計画を立ててみては如何でしょうか!? 夏の夜空を彩る大輪の花を、めいっぱい楽しんでみましょう!!

☆☆このコーナーは7月上旬時点でドコママ編集部が確認のできた大会情報のみを掲載しています。紹介している場所、日付以外にも花火大会は開催されています。予めご了承ください☆☆

7月の花火大会情報



1. 十七夜堀江港祭り

- 開催日/2025年7月19日(土)
(※荒天時は7月20日または7月21日に延期)
- 花火予定時間/20:00～(約15分) 20:45～(約15分)
- 打ち上げ数/約1,200発
- 場所/松山市堀江町 堀江港広場(松山市堀江町1719)
- 問合せ先/十七夜堀江港祭り実行委員会事務局
TEL:080-6379-7807

2. がわのえ夏まつり花火大会

- 開催日/2025年7月19日(土)
(※荒天時は7月20日または7月21日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約3,000発
- 場所/四国中央市川之江町 川之江港防波堤
- 問合せ先/四国中央市役所観光交通課 又は 四国中央市川之江観光協会
TEL:0896-28-6187 又は TEL:0896-77-5003

3. 第59回 うわじま牛鬼まつり 海上打上花火

- 開催日/2025年7月22日(火)
(※荒天時は9月以降に延期予定)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約10,000発
- 場所/宇和島市 宇和島湾
- 問合せ先/うわじま牛鬼まつり実行委員会 宇和島商工会議所内
TEL:0895-22-5555

4. 新居夏祭り花火大会

- 開催日/2025年7月24日(木)
(※荒天時は9月以降に延期予定)
- 花火予定時間/20:30～
- 打ち上げ数/約800発
- 場所/大洲市新谷 新谷稲田橋付近
- 問合せ先/大洲市観光協会
TEL:0893-24-2664

5. みなと花火大会

- 開催日/2025年7月25日(金)
(※荒天時は7月26日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 場所/四国中央市 三島川之江港
- 問合せ先/四国中央市役所観光交通課 又は 四国中央市川之江観光協会
TEL:0896-28-6187 又は TEL:0896-77-5003

6. 第68回 にいしま納涼花火大会

- 開催日/2025年7月25日(金)
(※荒天時7月28日に延期・28日荒天の場合29日・29日荒天の場合30日)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約8,000発
- 場所/新居浜市 国領川河川数平形橋北側
- 問合せ先/新居浜市観光物産課 又は 新居浜商工会議所内
TEL:0897-65-1261 又は TEL:0897-33-5581

7. 2025 にゅうがわ花火大会

- 開催日/2025年7月26日(土)
(※荒天時は翌27日に延期/翌日も荒天の場合中止)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約6,000発
- 場所/西条市 丹生川駅正面線(旭新開内)
- 問合せ先/にゅうがわ花火大会実行委員会
TEL:0898-65-5847

8. 松山・北条・中島合併20周年 風早海まつり

- 開催日/2025年7月26日(土)
(※荒天時は翌日に順延)
- 花火予定時間/20:20～
- 打ち上げ数/約4,000発
- 場所/松山市北条辻 北条港外港野積場
- 問合せ先/風早海まつり実行委員会
TEL:089-993-0567

花火観覧席
有料販売あり

9. 第13回 伊予彩まつり 花火大会

- 開催日/2025年7月27日(日)
(※荒天時中止)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約8,000発
- 場所/伊予市 伊予港防波堤
- 問合せ先/伊予彩まつり実行委員会事務局
伊予市観光物産協会ソレイヨ内
TEL:089-994-5852

花火観覧席
有料販売あり

10. きなけいや伊方まつり

- 開催日/2025年7月27日(日)
(※荒天時は7月28日に花火のみ延期)
- 花火予定時間/20:10～
- 打ち上げ数/約3,000発
- 場所/西宇和郡伊方町 伊方町役場前埋立駐車場
- 問合せ先/伊方町商工会 又は 伊方町観光商工課
TEL:0894-38-0809 又は TEL:0894-38-2657

8月の花火大会情報



11. 第73回松山港まつり・三津浜花火大会

- 開催日/2025年8月2日(土)
(※荒天時は8月3日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約9,000発
- 場所/松山市三津ふ頭
- 問合せ先/松山港まつり振興会事務局
TEL:089-951-7705

花火観覧席
有料販売あり

12. ながはま赤橋夏まつり

- 開催日/2025年8月2日(土)
(※荒天時中止)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約1,800発
- 場所/大洲市長浜 長浜港湾緑地
- 問合せ先/ながはま赤橋夏まつり実行委員会(大洲市役所長浜支所内)
TEL:0893-52-1112

13. 久万納涼まつり

- 開催日/2025年8月2日(土)
(※荒天時は8月3日に順延)
- 花火予定時間/21:15～
- 打ち上げ数/約1,000発
- 場所/久万高原町役場周辺
- 問合せ先/久万納涼まつり実行委員会事務局
TEL:0892-21-2061

14. 大洲川まつり花火大会

- 開催日/2025年8月3日(日)
(※荒天時は8月8日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約3,000発
- 場所/大洲市中村 肱北河原
- 問合せ先/大洲市観光協会
TEL:0893-24-2664

15. おんまぐ花火

- 開催日/2025年8月3日(日)
(※荒天時は8月11日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約10,000発
- 場所/今治市 今治港防波堤
- 問合せ先/今治市民のまつり振興会事務局
TEL:0898-23-3939

花火観覧席
有料販売あり

16. 鹿野川夏まつり

- 開催日/2025年8月10日(日)
(※荒天時は8月11日に順延)
- 花火予定時間/20:30～
- 打ち上げ数/約2,100発
- 場所/大洲市肱川町山鳥坂 鹿野川湖
- 問合せ先/大洲市役所肱川支所
TEL:0893-34-2311

17. 森の国の夏祭り

- 開催日/2025年8月13日(水)
(※荒天時は8月15日に延期)
- 花火予定時間/20:40～
- 打ち上げ数/約2,000発
- 会場/北宇和郡松野町 道の駅・虹の森公園まつの周辺
- 問合せ先/森の国の夏祭り実行委員会(ふるさと創生課内)
TEL:0895-42-1116

18. いがさき夏祭り花火大会

- 開催日/2025年8月13日(水)
(※荒天時は8月15日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約700発
- 場所/喜多郡内子町五十崎 豊秋河原
- 問合せ先/五十崎自治センター
TEL:0893-43-1221

19. やったるDAY! in よしうみ花火大会2025

- 開催日/2025年8月15日(金)
(荒天時は翌8月16日に延期)
- 花火予定時間/20:15～
- 打ち上げ数/約200発
- 場所/今治市吉海町 よしうみバラ公園たまご広場
- 問合せ先/今治市吉海地域教育課
TEL:0897-84-2111

20. 四国中央市土居夏まつり

- 開催日/2025年8月15日(金)
(※荒天時は8月16日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約2,000発
- 場所/四国中央市土居町土居 ふるさと広場(関川河川敷)
- 問合せ先/四国中央市土居夏まつり実行委員会(四国中央市役所観光交通課内)
TEL:0896-77-5003

21. 第55回八幡浜みなと花火大会

- 開催日/2025年8月15日(金)
(※荒天時は8月16日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 打ち上げ数/約4,500発
- 場所/道の駅 みなとオアシス 八幡浜みなと
- 問合せ先/八幡浜市観光物産協会
TEL:0894-22-3111

22. 市民納涼花火大会

- 開催日/2025年8月17日(日)
(※荒天時は8月18日に延期)
- 花火予定時間/20:00～
- 場所/西条市上喜多川 加茂川河畔中堤防
- 問合せ先/西条市観光物産協会
TEL:0897-56-2605

第4回ドコママ豆辞典 目指せ小さな博士くん！博士ちゃん♪ お魚編

身近で美味しい代表的な川魚たち

アユ



おさかな館のアユの群れ♪
泳ぎの速さに撮影が追いつかず…((+_+))

特徴

川魚の代表格と言えるアユは「清流の女王」とも呼ばれ、大きさは一般的に 20～30cm ほどです。大きくなるにつれて全体的に黄色味が強くなり、黄色の斑も明瞭になります。アユは別名「香魚（こうぎょ）」とも呼ばれ、新鮮な水環境で育ったアユは、スイカのような良い香りがします。

イワナ



特徴

イワナは冷たい水を好み水温が 20 度を超える暖かいところでは生息しにくい特徴があります。

ニジマス



特徴

一般的な大きさは 40cm 前後です。明治時代に移入された魚で、25℃前後の高水温にも適応できることから、養殖も盛んに行われています。

アマゴ



特徴

河川の上流域、いわゆる清流に生息しています。地方によって、その呼び名にも違いがあり、近畿から四国にかけてはアメゴ、アメノウオと呼ばれています。

オイカワ



今、オイカワのきれいな婚姻色を当館でご覧いただけます。

特徴

オイカワは、愛媛県には生息している魚で、他県では国内移入種・国内外来種となっています。体長は全長 15cm ほどの小さめの魚で、繁殖期の春～夏には体色が鮮やかな虹色になりヒレは橙色になる婚姻色の綺麗な雄のオイカワを見ることができます。

◀このマークがついている魚は、おさかな館にいます！
マークがついていない魚は、当館でご覧いただくことはできません。



おさかな館 館長
恩田 勝也氏

引き継がれる食文化の大切さ



今回紹介している川魚は、どれも白身のさっぱりとしたクセのない味が特徴です。(ニジマスなど餌を工夫して、身に赤みをつけて、見た目も美味しく育てる場合もあります。)川魚を簡単に美味しく味わえる料理としては、塩焼きで食べるのをおすすめしたいと思います。
また、その川魚を子どもたちが食べてくれて、魚の美味しさを知り、知ることで生息地への興味が繋がり、大人になっても食べられるためには、生き物たちの環境を守り続けることが重要だと気が付いてくれる。そうなってくると、とても嬉しく思います。

1メートル超えのサイズにまで成長する日本三大怪魚^{キョ}

アカメ



特徴

暗闇で目が赤く光ることからつけられた和名です。日本の高知・宮崎・鹿児島の一部でしか見られない珍しい魚で、宮崎では天然記念物になっています。

ビフコオオナマス



特徴

琵琶湖水系の河川と淀川水系にのみ生息する、1m を超える日本最大のナマスです。釣り人なら一度は釣り上げてみたい夢の魚だそうです(笑)

イトウ



特徴

北海道でのみその存在が確認されている日本最大の淡水魚です。絶滅危惧種としても記録されており、限られた地域にだけ生息しているため、「幻の魚」とも言われています。

川の不思議や魅力を紹介している「おさかな館」では 道の駅 虹の森公園まつの TOPIX!

町を流れる 四万十川の支流広見川



ピラルク



おさんぽペンギン



～河川環境を守る勉強会を開催しています～

町内の小学校・中学校、宇和島の子どもたち（夏休み）と、実際に川に入って、水中の生き物を集め、環境省が出している指標生物の表と照らし合わせながら「きれいな水・少し汚い水・汚い水」に振り分け、どこの水域の虫が多かったかを知ってもらう水質調査のような勉強会を開催しています。同時に川がきれいかどうかを目で見て感じてもらい、外来の魚を持ち込んではいけないことや、水質を守るために泥水などを流してはいけないことなども伝えています。この勉強会を切っ掛けに、将来子どもたちが大人になったときも、今の自然を残すためにはどうしたらいいのか？ そうしたことを考える機会になって欲しいと思っています。

～おさかな館 夏のイベント～

冬に開催し、好評だった夜のおさかな館「ナイトアクアリウム」を 7/19（土）～8/31（日）の期間中、17：00～20：00 毎日開催します。冬とはまた違った、映像と光に彩られた演出を準備しておりますので、ぜひこの機会に夜の雰囲気も楽しんでもらいたいと思います。昼間の 11:00 と 15:00 は、大人気「おさんぽペンギン」も毎日開催しています。



松野生まれ、松野育ち滑床養魚場産の極上「ニジマス」

「道の駅 虹の森公園まつの」では、滑床養魚場産「極上」ニジマス」を販売しています。綺麗な清流の水を掛け流しで飼育された極上のニジマスです。刺身でも食べられます。(サーモンのようなとろける甘みが口に広がります。ご来館時のお土産として、おすすめの一品です。



取材協力
道の駅 虹の森公園まつの
おさかな館
愛媛県北宇和郡松野町大字延野々 1510-1
TEL：0895-20-5006
営業時間 / 10：00～17：00
(2025 年 7/19～8/31 ナイトアクアリウム 17：00～20：00)
定休日 / 1月1日(元日)



手作り

暑中見舞い or 残暑見舞いで、
“ありがとう”
を伝えよう

はなび

材料
・トイレットペーパーの芯
・クレパス
・はさみ
・ティッシュ

すいか

材料
・発砲トレー（お肉やお魚のトレー）
・ペットボトルのキャップ
・絵の具
・はさみ
・セロハンテープ
・ペン

ひまわり

① トイレットペーパーの芯に切り込みを入れる
◎はなび：細かい切り込みを入れる
◎ひまわり：太めの切り込みを入れる

② 切り込みを入れたトイレットペーパーの芯に絵の具をつける
（絵の具は水分多めがおすすめ！）

③ はがきに押す
◎はなび：少しずつ回しながら何度か押すと細かい線がたくさんできるよ
◎ひまわり：絵の具がしっかりつくように、ぎゅっと押さえつけてね

④ クレパスで仕上げをする
◎はなび：クレパスを塗ったティッシュで、はがきをこする
◎ひまわり：クレパスで中央の茶色い部分や、茎を描く

すいか

① 発砲トレーをすいかの形に切る

② 切った発砲トレーを、輪っかにしたセロハンテープでペットボトルのキャップにくっつける

③ 絵の具をつける
（絵の具は水分少なめがおすすめ！）

④ はがきに作ったスタンプを押す

⑤ 乾いたら、ペンで種や皮の模様を描く

こどもとあるこ

おさんぽルポ

Vol.155 コスモシアター
沼田市総合コミュニケーションセンター

夏休み、プラネタリウムで星のこをもっと知ってみませんか？今回はコスモシアター開館以来38年間、星の解説をされている福田英利さんにお話を聞きました。

スクリーンは直径23m、高さ11.5m
スピーカーはスクリーンのうしろ側にあり、スピーカーの傾斜角は約20°

Q1 コスモシアターの始まりは？
コスモシアターは当時の横浜の大型プラネタリウムと同じ大きさに計画され、1987年に開館しました。当時西日本の大きだったんですよ。それ以前にも愛媛にプラネタリウムはありましたが、旧愛媛新聞本社の屋上や、中学校、高校にも小さな施設は結構ありました。

Q2 どんなことに工夫して解説されていますか？
会場を見まわして、観覧する一番小さいお客さんにも分かりやすい言い方を心がけています。「日没を太陽のしずむ時間」と言いかえたり、小学生の団体の学習には、その学年に合わせた星のクイズを盛り込んだりしています。

Q3 皆さんにメッセージをお願いします
是非夏休みはお子さんと一緒に夜空を見上げてください。そこから未来の宇宙飛行士も生まれるかもしれませんね。

現在、解説員は3名います

docomama 子育て写真館

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。

※デジタルカメラまたはスマホで、なるべく高解像度（100KB以上）で撮影したものを送ってください。
※応募者多数の場合はすべて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いないものをお送りください。

いつも可愛いお写真送ってくださりありがとうございます♡

写真応募の際は

- ◆ あまりキャラクターが写っていないもの
- ◆ 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！

戸田 陽望 ちゃん
R5年2月9日生まれ

木村 優心 くん
R4年5月10日生まれ

木村 心音 ちゃん
R6年12月19日生まれ

岡田 連太郎 くん
R6年2月27日生まれ

成松 紇心 ちゃん
R6年3月26日生まれ

西田 真織 くん
R4年12月20日生まれ

西田 葉葉 ちゃん
R4年12月20日生まれ

西田 叶葵 ちゃん
R6年7月12日生まれ

ドコママwebサイト 幼稚園の園長先生インタビュー

★それぞれの園の園長先生に直接お話をしてもらったインタビュー内容を、しっかり読んで、じっくり探せる！ドコママならではの園、特集サイトです。
★園に決めた理由！通って良かったこと！それぞれ園にお子さんを通わせている保護者の生の声、2025年版載っています！

インタビュー記事掲載先幼稚園

- 勝山幼稚園
- 若草幼稚園
- 認定こども園 星岡
- 勝愛幼稚園
- 三葉幼稚園
- さくら幼稚園
- 慶応幼稚園

ドコママの「うちの子のピットリさがそ」のサイトを見てね！

ドコママホームページを開くと出てくる上記アイコンをタップしてご覧いただけます。

左記コードより直接園特集サイトをご覧いただくこともできます

読者プレゼント

申し込み締め切り/R7年8月5日(火)まで

人気の施設!! 虹の森公園 おさかな館のご優待券2枚を1組様へ♪



高校生以上無料の入場で優待券2枚

北宇和郡松野町の多彩な魅力を詰め込んだ「虹の森公園」にある「おさかな館」より高校生以上の入館料が無料になるご優待券を2枚、1組様にプレゼント。四万十川をはじめとする淡水に棲む魚や熱帯魚を中心に、川の不思議や魅力を楽しく紹介されている水族館です。大人気のおさんぽペンギンや、8/31まで、ナイトアクアリウムも開催中です♪



▲おさかな館 Instagram

提供 / 虹の森公園「おさかな館」 Tel:0895-20-5006

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♪



温泉入浴&岩盤浴ギフト券

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♪



▲ホームページはコチラ

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「あさがお」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、「あさがお」とメッセージをお送りください。折り返し8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、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「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**
 - ・美容ハリッ小顔矯正サロン 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。



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

イベント名「TSUNAGU 子育て「Asobino Jikan」」
G子育で「Asobino Jikan」
日時/令和7年8月4日(日) 10時30分〜お昼頃
会場/愛媛トヨペット 空港通本店
募集/35名程度
対象/年少〜小学3年生
◆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、抽選となります。
◆来場者用駐車場完備
◆参加無料
《お問合せ》
ドコママ編集部
089・909・9855

Asobino Jikan 6 体験の夏休み

8月4日開催の、愛媛トヨペット×ドコママの子育てイベント「Asobino Jikan 6」の申し込み受付は7月20日(日)にて終了します。今回は体験の夏休み!! をテーマに昨大好評のももこ洗車体験や段ボールハウス制作、電気自動車体験とワーク一杯の体験プログラムを準備しています。お申し込みがまだの方はお急ぎください。

event

愛媛トヨペット第6回「Asobino Jikan」申込みぴ切まであと少し♪

event

松前町の夏の一大イベント「まさき町夏祭り」開催!

お友だち登録がまだの方はコチラから▶



★お申込みはドコママ公式LINEに「あそび」とメッセージをお送りください。LINEに予約フォームが届きます。予約フォームには運営に関する事項等を明記しております。ご一読後のうえ、お申込みをお願い致します。

◆「Asobino Jikan」への事前申し込みはドコママ公式LINEからになります。お友だち登録がまだの方はお友だち登録をお願い致します。

キスケBOX1階では愛らしい「金魚ねぶた」と、耳心地よい音色の「砥部焼の風鈴」を展示中。8月末まで楽しめます。
金魚ねぶた
ふっくらとした赤い金魚をモチーフにした可愛らしいねぶたが会場を彩っています。青森の夏の風物詩として知られるねぶたは、写真映えも抜群で、絶好のフォトスポットとなっています。

event

キスケBOXで金魚ねぶたと風鈴が織りなす夏の風情を楽しめます

詳しくは右記コードよりご覧ください
【お問い合わせ】
松前町商工会
愛媛県伊予郡松前町大字浜 809-1
☎089-984-1427



participants

ドコママ親子広場 8月開催イベント参加者募集!!

毎月開催されているドコママ親子広場では、いろいろなイベントを自主開催しています。夏休み期間中の開催イベントでは幼稚園児のお子さんにも参加できる講座内容になっております。ごきょうだいでのご参加もOK!! ふるってのご応募お待ちしております。

砥部焼の風鈴 愛媛県を代表する伝統工芸品である砥部焼の風鈴が、涼しげな音色を奏でます。一つひとつ手作りされた風鈴の優しい音色は、夏の暑さを忘れさせ、心地よい癒しを与えてくれます。
【場所】キスケBOX1階 (愛媛県松山市宮田町4番地)
【金魚ねぶた・砥部焼風鈴展示期間】2025年6月21日〜8月末頃(予定)

情報募集

docomama parkでは、子育て世代に向けてイベント・キャンペーンなど、幅広く情報を提供しております。このコーナー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、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。)



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!

楽器・機材 高価買取

いたします!

壊れていてもお任せください

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

☎050-1880-4312

営業時間 10~22時

年中無休

※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。

〒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

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

調理・買い出し・後片付け不要

健康



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！

便利



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！

電子レンジで温めて

約5分で完成



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4月9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>からご確認ください。割引
総額

5,000

新規ご購入限定

円割引

— ドコママ限定でナッシュがお得 —

今すぐはじめよう！

▼ 初回2,000円OFFでご注文された場合 ※初回2,000円OFF、2～4回目まで1,000円OFFの総額5,000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 4,318円 ▶ 2,318円 (税込)

8食
セット

通常料金 5,157円 ▶ 3,157円 (税込)

10食
セット

通常料金 6,206円 ▶ 4,206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

