

ドコママプラス

10

2025 October vol.221

第5回ドコママ豆辞典

秋の虫

愛媛トヨペット

ママの「おクルマ

なんでも相談室」!!

クルマを買い替えるタイミング

ママさん素敵に変身物語V.vol6

のママの

素敵に変身物語

令和7年度

県民総合文化祭

いよいよ開催です

読者プレゼントあり

撮影/studio switch 一葉 (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

スタジオアマビレ in ドコママ親子広場

2025年10月 開催講座

申込み受付開始

2025年9月5日(金)〜

9・10月生まれのお誕生会

参加費 500円

10月3日(金) 受付期間 9/5▶▶▶9/25

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回あります。お誕生日のお友だちまってるよ!

時間 1回目 10:00〜10:40 定員 各回5組

2回目 11:00〜11:40 対象 9月・10月生まれ

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)

対象 未就園児とその保護者

英語絵本のおはなし会

参加費 無料

10月20日(日) 受付期間 9/20▶▶▶10/10

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〜 定員 各回5組

2回目 11:00〜 対象 未就園児とその保護者

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

10月31日(金) 受付期間 9/20▶▶▶10/23

テーマはハロウィン!可愛い子ども達の仮装も大歓迎!音楽でハロウィンを楽しみましょう!

時間 1回目 10:00〜10:40 定員 各回5組

2回目 11:00〜11:40 対象 生後3ヵ月以上の未就園児とその保護者

講師 前田 純子氏

・まだピアノ・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

出前オリジナルおゆうぎライブコンサート

参加費 無料

10月13日(日) 受付期間 9/5▶▶▶10/5

オリジナルのお遊びソングを中心に、ギターに合わせ、指遊び・感情表現(笑う・怒る・泣く)の歌・手作りの鈴によるリズム遊び・親子のスキンシップ遊びを紹介します。※オルゴール演奏もお楽しみに!

時間 10:00〜10:45

講師 松田 ちから氏

・ギターことりちゃんを育てる会

・児童発達支援センター・大塚園保育外来担当

・5年間、保育教諭養成大学にて勤務

・書籍「子どもの発達を促すタッチングケア」

対象 5組

対象 お座りができる赤ちゃん〜未就学児とその保護者

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「親子広場応募しました」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が完了しましたら、再度ドコママ公式LINEに「親子広場応募しました」とご本人の氏名を添えてメッセージをお送りください。

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。

QRコード

▲お友だち登録はこちら

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▶

QRコード

子どもと一緒に郷土の文化や芸術に触れる絶好の機会

いよいよ開催です!!

期間: 令和7年 10/1(水)〜12/14(日)

県民総合文化祭

文化の秋!! 芸術の秋!! 到来

県民総合文化祭は、愛媛文化の振興と地域活性化を図り、明るくさわやかで活力のある郷土づくりを目指すアマチュア文化の祭典として、地域に密着したさまざまな文化・芸術イベントを毎年秋に開催しています。今年度は、「つながろう 文化は愛顔の架け橋」のテーマのもと、10月から12月にかけて県内各地で多彩な文化事業を開催しています。ぜひご鑑賞・ご参加ください!

オープニングイベント

県民総合文化祭のオープニングを飾るイベントとして、今年度は大街道商店街で初開催します。高校生による伝統芸能や和太鼓演奏のほか、キッズシア、少年少女合唱団のステージやいけばな、茶会体験など、文化の祭典の開幕を告げる催しが盛りだくさん!

日時: 10月4日(土)14:00〜16:00

場所: 大街道商店街(松山三越前) / YouTubeライブ配信

入場料: 無料 ※一部体験有料

問合せ先: 愛媛県文化振興課 089-907-5222

総合フェスティバル

県民総合文化祭のメインイベント。今年は「つながろう 文化は愛顔の架け橋」をテーマに、大人と子ども、プロとアマ、各種活動に励む人々など多様な人々が文化で繋がります。他では見られない多彩なプログラムをこの機会にお見逃しなく。詳細はHPをご覧ください。

日時: 10月25日(土)14:00〜16:30

場所: 愛媛県県民文化会館メインホール / YouTubeライブ配信

入場料: 無料 ※入場券(全席指定)が必要

問合せ先: 愛媛県文化振興課 089-907-5222

えひめ生涯学習“夢”まつり

生涯学習に取り組むグループによる楽器演奏やダンスなどの学習成果をステージ発表のほか、クリスマスリース作りや茶道教室などの体験コーナー、生涯学習センターや総合科学博物館、歴史文化博物館、美術館などによる特設コーナー、おはなし会、スタンプラリーなど世代を問わず楽しめる“夢”満載のイベントです。

日時: 11/29(土)10:00〜16:00 11/30(日)10:00〜15:00

場所: 愛媛県県民文化会館(入場無料)

問合せ先: 愛媛県まなび推進課 089-947-5622

子ども伝統文化フェスタ

子どもを対象とした伝統文化に親しむためのフェスティバル。伝統文化・芸能を受け継ぐ子どもたちの舞台発表や作品展示のほか、体験コーナー、水引ミニリースづくりワークショップ、お楽しみ抽選会も開催します!ぜひお越しください。

日時: 11/23(日・祝)10:00〜16:00

場所: 愛媛県県民文化会館サブホール ほか

入場料: 無料※一部体験は有料(材料費のみ)

問合せ先: 愛媛県文化振興課 089-907-5222

吹奏楽公演

県内各地で活躍している一般吹奏楽団が一堂に集い、ポップスからクラシックまでの幅広いジャンルの吹奏楽をお届けします。

日時: 11/9(日)14:00〜16:30

場所: 愛媛県県民文化会館サブホール (入場無料)

問合せ先: 愛媛県文化振興課 089-947-5480

愛媛県観光スポーツ文化部 文化局文化振興課

愛媛県松山市一番街四丁目4-2

TEL:089-947-5480

その他のプログラム詳細を右記コードからホームページでご確認のうえ、ぜひご来場ください。

QRコード

▲県ホームページ

▲愛媛県文化振興課公式Instagram

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



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)



愛媛トヨペットのスタッフがみなさんの質問にお答えさせていただく「おクルマなんでも相談室」。今回は、おクルマに関する質問で多かった『子育て世代のお客様がクルマを買い替えるタイミング』についてご紹介します。

ライフスタイルやご家庭の環境に変化があったときは、クルマを買い替えるのにぴったりなタイミングです。

では、お子様がいらっしゃるお客様にとって環境の変化とは、

01 家族が増えた



02 習い事や部活動を始めた



03 子どもが大きくなって家族全員で外出する機会が減った



など様々な変化が挙げられます。

例えば 01 や 02 の場合は、お子様を乗せたり荷物も乗せやすいミニバンのクルマに買い替える選択肢が出てきます。03 の場合は反対に SUV やコンパクトカーに買い替える選択肢も出てきます。



クルマは生活必需品の一つです。このように自分たちの環境の変化に応じてクルマを買い替えることは、自分たちの生活をより快適にしていけることにもつながります。

愛媛トヨペットの子育て世代の女性スタッフにも買い替えのタイミングを聞いてみました。

01 査定額が良ければなるべく早めに



02 新車から 2～3 年、車検を受ける前に



03 走行距離 10 万キロが来る前、車が壊れる前に!



04 税金が高くなる前(新車の新規登録から 13 年経過すると金額が上がる)



01・02 のなるべく早めに乗り換えるタイプと、03・04 の長く乗りたいタイプで分かれていました。

ライフスタイルや家族の変化に合わせて、クルマの乗り換え時期を考えることが大切です。今の生活に合った 1 台を選ぶことで、日々の安心や快適さがぐんと広がります。



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♡

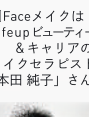


担当美容師 / 宮岡 崇平

＜カラーやカットなど事前にご希望をお聞かせください。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いただきます。＞



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

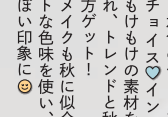
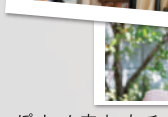
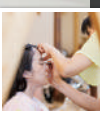
※電話受付・入店ご案内は営業開始10分前となります。

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 各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!!
(※各来店時にドコママ見たと伝えていただくだけでもOKです!!)



10年くらい同じ髪型なので、思い切ってチェンジしてみたい。メイクもコロナ以降に降してないので、チャレンジしたい。でも、どんなのが似合うかわからない。そんな時に見つけたのがこの企画。

実は、お仕事の関係で明るいカラーには挑戦できないので、応募を迷っていたもののママ。企画を終えて、髪色を変えなくても変身できたので、お仕事の規則がある方にも挑戦してみたいとのこと。



今回のヘアスタイルのテーマは「かわいさ、いい感じ、いい」にイメージチェンジ。重たい印象にならないように、ひし形くびれレイヤーにして、立体的なヘアスタイルを意図。イエベ春とブルベ夏のパステルカラーが似合うママには、透明感のある水色のセットアップを、チョイス♡インナーにも、もけもけの素材を取り入れ、トレンドと秋感を両方ゲット! メイクも秋に似合うマツボイ印象に。

Metamor Phose



担当美容師
宮岡 崇平

フォトグラファー
一葉 (ichigaku)

Faceメイク
本田 純子

全身コーディネート・衣装提供
COLOR CUBE みねみき

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 ¥14,000



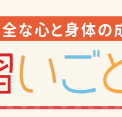
チョコレート ヘアサロン プレゼンツ!!
studio switch × Life up × COLOR CUBE
のママの素敵に変身物語

この秋
START!

docomama 特集サイト
子どもの健全な心と身体の成長

ドコママ
すぐ習いごと特集

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。



Studio
Switch.

大切な記念日も、

何気ない日常も、

特別な時間に。



マタニティ・ニューボーン・七五三・入学入学・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



地域における子どものお世話に まつやまファミリー・サポート・センター

あなたの力をいかしませんか？



地域で育児の手助けを必要としている人たちの援助してくれる

『提供会員』（有償ボランティア）を募集しています。

登録説明会 10月16日(木)10:00～11:00 開催

(ファミリーサポートセンターのしくみ等をご説明します/会場コムズ/説明会無料/託児なし)

Point1

提供会員は、松山市在住で、健康で援助活動に熱意のある方であれば経験や資格を問わず登録できます。

Point2

提供会員がサポート活動をした場合には報酬が支払われます。(報酬金額は、まつやまファミリー・サポート・センターの基準に準じます。)

Point3

提供会員になるためには初級講習会の受講が必要です。(講習中、託児《要予約・無料》があります。1歳～就学前の子どものみに限ります。)



▲ホームページ



▲申込フォーム

“あなたの力をぜひ地域で支え合う子育てにお貸しください”登録説明会へのご参加お待ちしております。



【令和7年度 第2回 初級講習会】(会場:コムズ)

日程	時間	講習項目
11/12 (水)	10:00～12:00	子どもの遊び
	13:00～15:00	保育のこころ
11/13 (木)	9:00～12:00	安全・事故 救命講習
	13:00～15:00	身体の発育と病気
11/14 (金)	10:00～12:00	子どもの心の発達とその問題
	13:00～16:00	看護の基礎知識
11/20 (木)	10:00～12:00	子どもの世話
	13:00～15:00	子どもの発達段階に応じた効果的な関わり方
11/21 (金)	9:00～12:00	子どもの栄養と食生活
	13:00～16:00	事業を円滑に進めるために(修了式)

(日程・開催方法については変更になる場合があります。)

【申込締め切り 10月16日(木)】

※コムズの駐車場には、台数に限りがあります。公共交通機関の利用をお勧めします。

【申込み・お問い合わせ】

子育てで 頑張るあなたを
地域でサポート

まつやまファミリー・サポート・センター

松山市三番町六丁目 4 番地 20
松山市男女共同参画推進センター
(コムズ内)

AM9:00～PM5:00

(日・月・祝 休、月曜祝日の場合は火曜休)

TEL: 945-1008

FAX: 943-0460

mama

注目!

若くてもかかる「乳がん」「子宮頸がん」

20～40歳代の女性がかかるがん

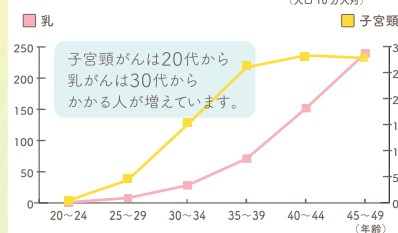
1位

乳がん

2位

子宮頸がん

年齢別がん罹患数



早期発見・早期治療がカギ

早期なら約9割が治ります

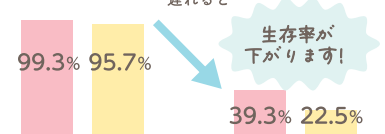
5年後の生存率

出典：がんの統計2025

乳 子宮頸

早期発見時

発見が遅れると...



大切なあなたの未来のために、がん検診を受けましょう。定期的な検診があなたと家族を守る第一歩です。

松山市のがん検診

2年度に1回 補助が使えます。
この機会にお得に受診しましょう!



補助を使うと
最大約
1万円
お得!

子宮頸がん

20歳～

乳がん

40歳～

地域の会場	800円	1,200円
指定医療機関	1,300円	2,000円

※免除制度があります。

健診機会のない人向け

18歳からの健診



問合先

松山市健康づくり推進課(保健所) TEL 089-911-1819 / FAX 089-925-0230

地域の会場で受診

①WEBまたは電話で予約する

受付 検診日の3ヵ月前～3週間前(先着順)

日程はコチラ

託児を利用できる日や夕方に実施している日もあります。

WEB

スキャン

WEBで予約すると60名に商品券が当たります!

TEL

健診予約ダイヤル

0120-489-355

平日 9:00～17:00 (年末年始を除く)

受付

指定医療機関で受診

①WEBまたは電話で受診票を請求する

WEB

申し込み

TEL

健康づくり推進課

089-911-1819

②直接、医療機関に予約する

指定医療機関一覧

TEL

0120-489-355

平日 9:00～17:00 (年末年始を除く)

受付

保険資格が確認できるものを持参して受診してください。



防災一口MEMO.14

台風シーズン突入
事前にできる風水害から身を守る行動とは？

8～10月は台風が多い季節であることはみなさんご存じのとおり。最近は急な豪雨や線状降水帯の発生など、大雨災害の危険度が急激に高まる可能性が増えています。地震は予測ができませんが、大雨や台風など天気の前兆はでき平時の際に被害を少なくできるよう事前に準備することが可能です。

例えば

- 屋根や雨戸、ブロック塀などの補強や傷んでいないか確認
- ベランダや庭に出ている自転車や鉢植えなどを室内に入れる
- 側溝や排水溝の掃除をする
- 備蓄の確認(食料・生活用品、大雨で買い物に行けなくても数日自宅で過ごせるぐらいの備蓄があれば安心です)
- 停電や断水した際に過ごせるように懐中電灯やポータブル電源、ラジオ、飲料水・生活用水の準備
- 非常持ち出し袋(防災リュック)の準備
- 風水害の場合、避難するより自宅に留まるほうが安全という場合もあります。住環境と合わせてハザードマップ・避難経路を確認しましょう。
- 気象情報が確認できるようお天気アプリや防災アプリをインストール



風水害に備え、事前に避難行動計画【マイ・タイムライン】を作成しておくことであらかじめ自分自身がとる行動を考え準備していつ、どんな行動をとるか災害時、慌てず行動ができるよう家族で話し合いもおさしましょう。サイトや防災アプリで簡単にマイ・タイムラインを作成し家族で共有することもできますよ。

防災士
こまめハウス+ 石井けいこ

docomama
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。



大きな魚と
大きくなるぞー!

おおはら おと
大原 桜音 ちゃん
R2年4月17日生まれ

おおはら すい
大原 翠依 ちゃん
R5年6月6日生まれ



大好きだよ
元気に大きくなあれ!

いずみの こうせい
泉野 虹晴 くん
R7年1月17日生まれ



みんなでお散歩
これからも一緒に歩こうね!

くろだ さら
黒田 彩桜 ちゃん
R6年3月15日生まれ



いつも元気いっぱい
たくさん遊ぼうね!

くぼ きなつ
久保 輝夏 ちゃん
R5年7月28日生まれ



いつも笑顔で、妹と仲良し
パパママの癒し!

たけうち なお
竹内 直広 くん
R3年12月18日生まれ



同じ格好にポーズ
ずっと仲良しでいてね!

かなざわ ゆたろう
金澤 紇太郎 くん
R6年1月5日生まれ

かなざわ さくらろう
金澤 咲太郎 くん
R6年1月5日生まれ

腹帯のお祓

産祈願

戌の日

赤ちゃんは神様から「授かる」と言いますね。神様からの恵みである赤ちゃんのママの健康と無事を願って行うのが腹帯祓(安産祈願)です。子だくさんでお産の軽い犬にあやかって、妊娠5カ月目の戌の日にお祓いを受けた腹帯を着けます。ママがお参りできない場合は代理の方(赤ちゃんの祖父母など)が受けられても大丈夫です。伊豫豆比古命神社(椿神社)にある、児守神社で体験しました。

協力/伊豫豆比古命神社

1 一礼(神社の敷地に入る前に)

敷地内に入る前に、一礼します。入る時は、参道の中央は神様が通る道(正中)なので、左右どちらかを通りましょ。



2 手水舎(てみずしや)又はちようずしや

神様にお会いする前に手や口を清めます(みそぎ)を行う。ひしゃくが在るときは、ひしゃくで左手、右手の順に清めたのち、水を左手に受けて口をすすぎ流し、ひしゃくに残った水で左手を清めます。流水式の場合は、直接流水で、左手、右手の順に清めてから、左手に水を受けて口をすすぎましょ。



3 児守神社に進む

4 受付

用紙に必要事項(妊婦名・現住所・生年月日・出産予定日)を記入し、腹帯と初穂料(玉串料)を渡す。呼ばれたら殿内へ。



5 腹帯のお祓(安産祈願)

開式太鼓



修祓(しゅぼつ)



祝詞奏上(のりとそうじょう)



西原 光紀さん・藍さん

金幣拝戴(きんぺいはいたい)



守札(しゅさつ) 腹帯をご神前から下げる



玉串拝礼(たまぐしはいれい)



①名前を呼ばれたら立って玉串を受け取る
②前に進み軽くお辞儀をする

閉式 齋主(さいしゅ) あいさつ 守札(しゅさつ) 腹帯を授ける



6 一礼(安産祈願閉式後)

正中を避けて進み門を出て一礼。



児守神社(伊豫豆比古命神社)の腹帯祓

戌の日カレンダー

令和7年	令和8年
10月 8日(水)・20日(月)	1月 12日(月)・24日(土)
11月 1日(土)・13日(木)・25日(火)	2月 5日(木)・17日(火)
12月 7日(日)・19日(金)・31日(水)	3月 1日(日)・13日(金)・25日(水)

- 準備物/腹帯(形状・色不問、複数枚可) 初穂料(玉串料)安産祈願は1万円
- 日時/毎月戌の日※予約不要、所要時間は20分程度 祈願祭は10時と14時に斎行



▲椿神社のホームページはコチラから

お問い合わせ/松山市居相2丁目2-1
☎ 089-956-0321

全6区画 分譲開始

SOYOKAZE GARDEN
そよかぜガーデン

松山市北条《New Town》

誕生

海が近く、
利便性に優れた
分譲地の誕生



ご興味のある方は
LINE登録から
資料を請求ください。



建築条件
無し!

今治駅まで特急で24分

[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

松山中央不動産

〒790-0916
愛媛県松山市東本1丁目6-10 一階
営業時間/9:00-20:00

TEL.089-909-9500

受付

10月~12月中の
午前9時~午後4時頃までの間で
随時受付
●予約は承りできません



年の数だけ太鼓をたたいて、健康祈願
七五三年太鼓
11月中のみ毎日
朝9時~夕方4時頃まで境内に設置

椿神社の七五三

男女3歳「髪置」男児5歳「袴着」女児7歳「帯解」



いよずひこのみことじんじゃ
伊豫豆比古命神社
椿神社

松山市居相2丁目2-1 電話089-956-0321

https://tubaki.or.jp

駐車
スペース
250台

第5回ドコママ豆辞典

目指せ! 博士くん! 博士ちゃん!

秋の虫

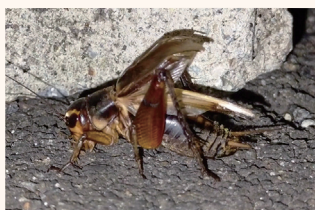
第5回ドコママ豆辞典は、昨年に特集をして好評でした秋の虫です。今回も地元松山を拠点に虫たちのフィールドワーク等で活躍されている「武智 礼央」さんに昨年にプラスして秋を代表する虫たちを教えてくださいました。



マツムシ
翅先までの長さ：3cm
【環境】川やため池の土手や林縁の草地
【鳴き声】「チンチロリン」で有名だが「ピピリリー」のように聴こえる
【その他】姿を見るのは難しい



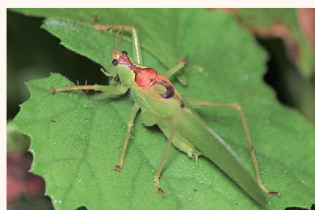
スズムシ
翅先までの長さ：2cm
【環境】川やため池の土手や林縁の草地
【鳴き声】「リーン、リーン」
【その他】姿を見るのは難しいが、まれに灯りに飛んでくることがある



エンマコオロギ
翅先までの長さ：3.5cm
【環境】田畑や空き地の草地など
【鳴き声】「コロコロリー」
【その他】閻魔大王のような迫力のある顔をしている



クツワムシ
翅先までの長さ：6cm
【環境】林縁のクズが茂る草地
【鳴き声】「ガチャガチャ」
※大音量
【その他】動きが遅く、鳴き声が聴こえたら簡単に見つけることができる



ウマオイ
翅先までの長さ：4cm
【環境】林縁や河川敷の草地
【鳴き声】「スイッチョン」
※ハタケの方が鳴くテンポが速い
【その他】ハヤシノウマオイとハタケノウマオイがいて棲み分けている(そっくり)



キリギリス (ニシキリギリス)
翅先までの長さ：3.5cm
【環境】林縁や河川敷の明るい草地
【鳴き声】「ギーッチョン」
【その他】昼夜問わず鳴く



アオマツムシ
翅先までの長さ：3cm
【環境】街路樹や公園、林
【鳴き声】「リーリー」
【その他】樹上性の外来種。灯りによく飛んでくる



シバズ
翅先までの長さ：0.7cm
【環境】芝生など草丈が低い草地
【鳴き声】「シー、シー」
【その他】とても身近な鳴く虫で、草に踏み込むとびょんびょんと跳び出てくる



カネタキ
翅先までの長さ：1cm
【環境】街路樹や生け垣などの木の上
【鳴き声】「チン、チン」
【その他】葉の茂みにいて見つけにくい。夜間に公園の手すりなどで見ることがある

鳴く虫を見つけるコツ!

- いろいろな方向から鳴き声を聴いて、**鳴き声の出どころを特定する。**
- 足音を立てず**にとにかく**ゆっくりと近づく。**
- ライトはゆ〜っくり当てる**、もしくは弱にする。
- 鳴き声がある**周辺を足で踏み踏みして開けた場所に追いつく。**
- 夜間メスは歩き回っていることが多いので、**夜に河川敷や田畑の道**を歩いてみる。

虫を探すときにサンダルで草むらに入るのはNGです!!



保護者の方へ

お子さんが虫を飼う時のお願いです。

逃がさないで!

買ってきたスズムシがたくさん卵を産んで増えすぎたらどうしますか? 生き物(とくに移動能力が低い種)は、同じ種であっても地域によって遺伝的に違いがあります。他地域産のスズムシを野外に放せば、長い進化の過程を経て形成された、その地域集団の遺伝的特徴が失われてしまいます。また、そのような遺伝的に均一になり多様性が失われると、特定の病気や天敵に弱くなる可能性もあります。飼い始めたら最後までお世話をしましょう。卵が混ざっている可能性がある土を野外に捨てることも止めましょう。

武智 礼央氏 プロフィール

- ・愛媛県希少野生動植物保護推進委員
- ・愛媛県レッドリスト改訂分科会員
- ・NPO 法人 森からつづく道
- ・西条自然学校(自然観察ガイド・生物調査)

1982年生まれ。松山市出身。幼稚園の頃の夢は「昆虫はかせ」。愛媛県内の自治体やNPO法人、博物館関係の野外調査や小学生を対象にした昆虫教室やフィールドワーク等を開催。昆虫を通して子ども達が身近な自然の中での遊びや、大切さを知る「きっかけ」になることを願っている。

虫の音を楽しめるおすすめのスポット 5 選

武智礼央さんに子どもづれで虫の音や観察するのに便利なスポットを合わせて教えてくださいました。虫の音や観察は夕方から夜がおススメなので、十分に注意をしてお出掛けください。紹介している施設はともども駐車場と公衆トイレが設置されていますので、日中お子さんとお出掛けスポットとしてもご利用できます。

SPOT.1 松山市野外活動センター(レインボーハイランド)



松山市菅沢町乙 280 番地

愛称「レインボーハイランド」として親しまれる松山市野外活動センターは、45haの面積と920人の宿泊能力を誇り、ローラースライダーやアスレチック広場、多目的グラウンド、テニスコートなど遊び場も充実しています。

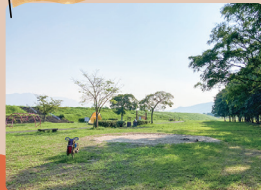
SPOT.2 松原泉



松山市森松町 473

駐車場から松原泉まで徒歩で約10分ほど。自然再生事業の一環として蘇えった松原泉と小川と樹木とがきれいに手入れされている景観には一見の価値があります。

SPOT.3 かすみの森公園



東温市上村 417 番地 1 地先

駐車場も広く子どもたちがおもいっきり遊べる遊具も充実しています。もちろん自然も豊かで大人も子どもも楽しめる人気のスポットです。

SPOT.4 くつろぎ公園



松山市宿野町

湖面の近くまで降りることができる階段があり、ここでしか見れない景観を楽しめる公園です。春から秋にかけて様々な植物を見る事ができます。

SPOT.5 せせらぎ公園



松山市玉谷町乙 349-2

公園のキレイな芝生広場から河原に降りると小さな子どもも川遊びができる穴場のスポットになっています。国道から公園に入る目印の看板がないので現地を調べてからお出掛けください。

※おすすめのスポットについては、松山市内とその近郊で便利なスポットに限定されています。ご了承ください。

イベント告知

第2回ドコママ自然教室

～秋の虫の音色観察会～ 開催

第2回ドコママ自然教室は、春の昆虫採集教室で講師に招いた武智礼央先生と秋に鳴く虫たちを採取したり鳴き声を聞いたりするライブ教室を開催します。ぜひママ、パパと一緒に参加ください。

開催日：2025年10月26日(日)
時 間：16:30～18:30頃
観察会：重信川出合い橋架橋下河川敷
(毎年出合い橋のいもたき会場になっているところ)

対 象：小学1年生～3年生程度。
詳しい案内はドコママ公式 LINE でお知らせするので、お友だち登録がまだの方はぜひ登録してね!

読者プレゼント

申し込み締め切り/R7年10月15日(水)まで

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♪

A



▲ホームページはコチラ

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います♪

提供/喜助の湯 Tel:089-998-3300

お子さんを子育て中の保護者の方や教育関連従事者の方へ役立つ、書籍+CD+小冊子の3点をセットにして1名様にプレゼント!!

B



長年に渡って子育て支援に取り組まれている松田ちから氏による著書「増補・改訂」『発達に心配りを必要とする子の育て方』+発達に心配のある子どもを中心に個別指導・発達支援を行っている”なのはな子ども塾”での100人近くの子どもたちとの出会いから生まれた、楽しいオリジナルソングを取めたCD「アッハ・ブン・エンはどんな顔?」+お子さんの情緒を育む癒しの子育てネットワーク代表阿部 秀雄(あべ ひでお)著による小冊子「ニコニコ抱っこすめ」(0~1歳半対象)の3点をセットにして1名様にプレゼント。次号は小冊子を「ダダこね育ちのすめ」(1歳半~3歳対象)に変えた3点セットのプレゼントになります。

お問合せ/「ドコママ編集部」Tel:909-9855

プレゼント応募方法

ドコママ公式LINEに「お月見」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、「お月見」とメッセージをお送りください。折り返し10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

・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。



【当日の流れ】
9時30分受付開始
10時注意事項などの説明
10時20分ゲームスタート
11時表裏式※終了後から遊び放題
※進行具合により前後する可能性がありますので、予めご了承くださいませ。
【所要時間】約1時間半
【対象】未就学~小学生まで(学年により、ハンディキャップが付きまます)
【定員】20組
【参加費】親子2人で三千元(ドリンクバー付き)

親子ボウリング大会
10/13(水)

親子で協力!! ボウリング大会を開催します。
1ゲームを大人と子どもで交互に投げる協力プレーの新しい大会となっています。
大会後には、館内全てが遊べる2時間バック付き!! 「スポーツの日」の特別プランとなっています。
是非、お子様と一緒に思い出作ってみませんか?
開催日は10月13日のスポーツの日!開催内容は左記の通りです。

●当日の流れ
9時30分受付開始
10時注意事項などの説明
10時20分ゲームスタート
11時表裏式※終了後から遊び放題
※進行具合により前後する可能性がありますので、予めご了承くださいませ。

event
10月13日(水) K I T
で親子ボウリング大会開催!!

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
10月26日開催
第2回ドコママ自然教室
秋の虫の音色観察会
カトちゃん
詳細はホームページをご覧ください。



※写真は昨年の大学祭より

●備考・子育て支援ひろば「ばけっと」が開いているため、授乳・おむつ替え・子供用トイレ・乳幼児休憩スペースもあります。

親子で協力!! ボウリング大会を開催します。
1ゲームを大人と子どもで交互に投げる協力プレーの新しい大会となっています。
大会後には、館内全てが遊べる2時間バック付き!! 「スポーツの日」の特別プランとなっています。
是非、お子様と一緒に思い出作ってみませんか?
開催日は10月13日のスポーツの日!開催内容は左記の通りです。



event
2025大学祭 聖カタリナ大学・聖カタリナ大学短期大学部 北条キャンパス開催!!

※参加者は上記料金でツアール後、KIT・KITPLAYが2時間遊び放題の特典付きです。
※付き添いの方は、KIT利用料が発生いたします。※定員20組の事前予約制になっています。お早めにお申し込みください。

【お問い合わせ・予約】
089-998-3300

event
10月26日開催
第2回ドコママ自然教室
秋の虫の音色観察会
カトちゃん
詳細はホームページをご覧ください。



※写真は昨年の大学祭より

●備考・子育て支援ひろば「ばけっと」が開いているため、授乳・おむつ替え・子供用トイレ・乳幼児休憩スペースもあります。

親子で協力!! ボウリング大会を開催します。
1ゲームを大人と子どもで交互に投げる協力プレーの新しい大会となっています。
大会後には、館内全てが遊べる2時間バック付き!! 「スポーツの日」の特別プランとなっています。
是非、お子様と一緒に思い出作ってみませんか?
開催日は10月13日のスポーツの日!開催内容は左記の通りです。



event
2025大学祭 聖カタリナ大学・聖カタリナ大学短期大学部 北条キャンパス開催!!

※参加者は上記料金でツアール後、KIT・KITPLAYが2時間遊び放題の特典付きです。
※付き添いの方は、KIT利用料が発生いたします。※定員20組の事前予約制になっています。お早めにお申し込みください。

【お問い合わせ・予約】
089-998-3300

りんごの名産地青森より直送!!

りんごの生産量全国1位の青森県より「葉とらずりんご」を特別に通販価格でご紹介。不揃いで皮に小さい傷はありますが、味はそのまま! 「葉とらずりんご」は、太陽の光をふんだんに浴びた葉っぱをとらずに栽培する為、ぎゅっと濃い味の詰まった甘いりんごに育ちます。さわやかな酸味と甘みのバランスが絶妙と大好評。県内でも厳選された弘前市の赤石農園から愛情とこだわりの詰まった逸品を産地直送致します!

訳あり 完熟 葉とらずりんご

1箱 約2kg (5玉~10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

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

限定200箱

お申込締切日 本日より1週間

9月下旬頃より順次出荷

私が愛情込めて育てました!!

赤石農園 赤石淳市さん

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閑140-3 東北ハッピー農園

●お申し込みはお電話で ●受付/9:00~18:00 土日祝日も受付中!!

050-1881-3979

●9月下旬頃より順次出荷、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350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・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、同一送付先へ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、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。

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

