

ドコママプラス

11

2025 November vol.222

特集

七☆五☆三

愛媛トヨペット

Asobino Jikan 7

遊べる！学べる！防災運動会

開催決定

ママさん素敵に変身物語 V.vol7

あゆみママの

素敵に変身物語

special feature

小さな子ども連れも安心、

のんびりと食事のできる

お店3選

読者プレゼントあり

撮影 / studio switch. 一案 (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11月 開催講座

申込み受付開始

2025年10月10日(金)〜

出前オリジナルおうちライブコンサート

参加費 家族500円

10・11月生まれのお誕生会

参加費 500円

11月3日(月) 受付期間 10/10〜10/26

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

定員 親子20名

対象 お座りができる赤ちゃん〜未就学児とその保護者

11月12日(水) 受付期間 10/10〜11/4

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が対象です。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 2回目 11:00〜11:40

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)

定員 各回5組

対象 10月・11月生まれの未就園児とその保護者

親子で楽しく音リズム(リトミック)

参加費 500円

絵本専門士と一緒に楽しむ絵本の世界

参加費 無料

11月21日(金) 受付期間 10/20〜11/13

今月は秋あそびリトミック。トンボやもみじがみつけれかな？秋を大満喫して楽しみましょう！

時間 1回目 10:00〜10:40 2回目 11:00〜11:40

講師 前田 純子 氏

定員 各回5組

対象 生後3ヵ月以上の未就園児とその保護者

11月28日(金) 受付期間 10/20〜11/20

絵本やパネルシアターで、おはなしの世界で遊んでみませんか？幼児期のお子さんから楽しめます★

時間 1回目 10:00〜 2回目 11:00〜

講師 渡部 愛 氏

定員 各回5組

対象 未就園児とその保護者

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「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。

お友だち登録はコチラ

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▶

みあきで地域新聞を発行している原田さんは...

地域新聞 みあき代表 原田 浩明

伊予市三秋(いよし みあき)へは、松山市内からだとR56号線を南予方面に向かって走り、犬寄峠に入る手前の向井原交差点を右折。R378号線から双海町に抜ける三秋峠の中腹の道を左手に少し下ると着きます。「伊予市八景」にも選定された「大池」のある地域としても知られています。その三秋で生まれ育った原田さんが地域の魅力を発信するために年3回の定期発刊物として取り組んでいる「地域新聞」は2025年10月1日号で26号目を迎えました。地域新聞は、卒業後都市部で働いていた原田さんがUターンで出身地に戻ることになり、どの地域も問題になっている少子高齢化の手助けに情報発信をしてみませんかと相談されたことが発行のきっかけだそうです。その三秋で開催している人気イベントの「レンコン収穫体験」や里地山の魅力を知ってもらうための取り組みを少しだけ紹介します。

やってみて！

見てみて！

れんこん収穫体験

地域新聞 みあき

たのしいこといっぱい

三秋で毎年開催されている「レンコン収穫体験」。今年は、11/23(日)・24(月)の2日間での開催です。レンコン畑の水を抜いて芋を掘るような感じで収穫できる体験会は幼児も参加できるとあって回を重ね毎に注目されています(要事前予約)。当日は収穫体験以外に農産物の直売やレンコンカレー、お菓子やコーヒーの出店もあり、楽しいイベントとなっています。

※詳細は地域新聞みあきのホームページをご覧ください。

地域新聞は野菜農家が本業の原田さんが代表で発刊されています。地域の皆さんへの無料配布と一部は伊予市の公共施設などに置かれています。地域の方々の寄稿原稿や三秋の取り組みを紹介し、地域情報の発信源としての役割を担っています。今回HPもリニューアルされ、バックナンバーも見られるようになったそうです。また、地域のご高齢の方が親しみやすいように敢えて紙媒体の発行にこだわったそうです。

三秋では「レンコン収穫体験会」以外にも子どもたちに里地山ならではの楽しみを体験できるイベントを季節に合わせて実施しています。原田さんは新聞の発刊や、イベントを通して地域の方々やイベントに協力してくださっている愛媛県VYS連合会の方々などとのふれあいや出会いも、今の取り組みをしている魅力ですね。と、言われていました。

LINE

Q 007ixphz

Instagram

Q miakinews

LINE/Instagramをフォローしておけば収穫体験の予約案内が届きます。(10月下旬配信予定です。)



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あそび・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)

今年の秋は愛媛トヨペットのお店でちょっとかわった運動会の開催です

TSUNAGU 子育て

あそびのじかん

## Asobino Jikan 7

遊べる! 学べる! 防災運動会

11/24 月祝 開催決定

愛媛トヨペット × ドコママ plus 参加者募集中!

### いけ! ぼくらの命 まもるため

#### プログラム

1. ぼうさい☆ダンダン
2. それいけ! ボウサイマン!
3. 心を燃やせ! 無限ボールの旅
4. 命 TSU・NA・GU 大走査線
5. まんま・ミーア!



避難をする時にはどんなものを  
防災リュックに入れたらいい?  
災害時に身を守るポーズを楽し  
みながら学ぼう!!

電気自動車を使って防災  
食を温め、実際に食べて  
みよう!! お気に入りの味に  
出会えるかも♡

#### 概要

- 開催日 / 2025年11月24日(月・祝)
- 時間 / AM10:00 ~ 12:30 頃
- 会場 / 愛媛トヨペット空港通本店
- 来場者用駐車場完備
- 募集人数 / 親子合わせて 40 名程度
- 対象 / 年少～年長までの園児と小学3年生までのお子さん。  
ごきょうだいの参加も OK
- 予約フォームへ事前のお申込みが必要です。
- 応募者多数の場合は抽選となります。(当選発表は 11/11 以降になります。)
- 問合せは / ドコママ編集部 089-909-9855 迄

★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。ご一読のう  
え、お申込みをお願い致します。



お友だち登録がまだ  
の方はコチラから▼

TSU・NA・GU  
ぷろじえくと

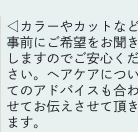


愛媛トヨペットの Asobino Jikan 7  
遊べる! 学べる! 防災運動会 開催決定

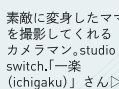
Chocolate と仲間たちで貴方をより素敵に美しく見せる  
お手伝いをさせていただきます♡



担当美容師  
宮岡 宗平



<カラーやカットなど  
事前にご希望をお聞き  
します。ヘアケアについ  
てのアドバイスも含め  
てお伝えさせていただきます。>



素顔に変身したママ  
を撮影してくれる  
カメラマン、studio  
switch、「一葉  
(ichigaku)」さん♡



<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



△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

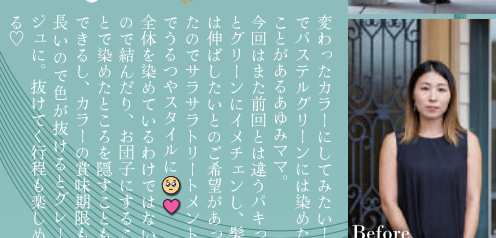
松山市和泉南4丁目2-2  
TEL 089-993-5990  
営業 / 平日 10:00~19:00  
土日祝日 9:00~19:00  
定休日 / 月曜・第3火曜  
※電話受付・入店ご案内は営業開始10分前  
となります。



#### 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 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  
いただくだけでもOKです!)



Before

本日は色を入れて見た目  
から派手髪にして楽し  
たい! でも、タイミン  
グ的には今は派手髪にする  
のが難しい...  
どうしたらアソビゴコロ  
を取り入れたヘアスタイ  
ルになるかな?

以前、ブリーチしたところ  
を活かしてメリハリの  
あるビビットな真みどり  
に! 今回、撮影時はヘアアレ  
ンジして思いっきり遊ん  
でみました! 自分  
スタイルに変身する自分

の姿を見てパーマのイメ  
ジも沸いたみたい♡  
髪型とメイクが違っただけで  
違う自分になったと言っ  
ていたあゆみママ。  
遊びながら新しいワタシを  
見つけた変身物語となりま  
した!

担当美容師  
宮岡 宗平  
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

### 遊んで見つける新しいワタシ

After

《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

TSU・NA・GU  
ぷろじえくと



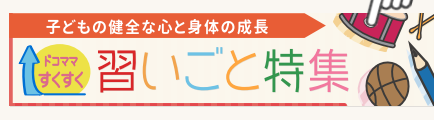
チョコレート ヘアサロンプレゼンツ!!  
studio switch × Lifeup × COLOR CUBE  
あゆみママの素顔に変身物語



docomama 特集サイト

子どもの健全な心と身体の成長

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



一礼

境内に入る前に一礼します。



1. 神社の境内に入る前に

今年のモデルは!!



美馬 純奈ちゃん



特集

七五三

七五三とは、男の子が3歳と5歳、女の子が3歳と7歳の時に成長を祝う行事です。

最近では数え年にこだわらず、満年齢や、家族の成長にあわせてお祝いすることも多くなりました。

晴れ着を着たり、記念写真を撮ったり、家族や親戚と会食したり、お祝いの仕方は各家庭それぞれですが、子供の成長を家族みんなで喜び、お祝いしましょう。

今回は、ドコママモデルさんに体験していただいた「お参りの作法」をご紹介します。

■取材協力／伊豫豆比古命神社

2. 手水舎

(てみづ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う。



4. 本殿



階段を登って本殿に進みお参りをします。

3. 本殿までの道のり



参道の真ん中(正中)は神様の通り道になっているので、道の端を歩くようにします。

二礼二拍手一礼



二拍手(手のひらを合わせて右手を少し下げた状態で拍手)を打って、一礼して下がります。



二回礼(再拝という、90度の礼)をします。



お賽銭は投げずに静かにいれます。

5. お参りが終わったら...



本殿の回廊を一周歩き、(正中をはずして)正面で一礼。

ここからは神社ごとに作法がかわります。今回は椿神社の作法をご紹介します。

椿神社の七五三祈願について



◆祈願料  
(御初穂料、御玉串料)  
1人 5,000円  
2人 8,000円  
3人 10,000円  
◆時間  
9時～16時

◆松山市居相2丁目2-1  
◆TEL:089-956-0321

HPはこちら



子供の守護神の児守神社をお詣りして、境内から出る際は一礼します。

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。



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**



## インフルエンザ等の感染症にかからないように予防しよう!!

インフルエンザは、例年 12 月～3 月に流行シーズンを迎え、毎年多くの方が感染しています。流行前にしっかり予防をして、インフルエンザにかからないようにしましょう!



### 【インフルエンザについて】



**症状：38 度以上の発熱、悪寒、頭痛、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感など**  
 小さなお子さんは、症状を訴えられないことがあるため、様子がいつもと違うと感じたときは、早めに医療機関を受診しましょう。また、インフルエンザウイルスは発症前日から発症後 3～7 日間は体外に排出されます。その間は外出を控えましょう。

### 【予防のポイント】

#### ①流行前にインフルエンザの予防接種を受けましょう。

予防接種を受けてから抵抗力がつくまでに、2 週間程度かかります。12 月中旬までに予防接種を済ませておくとういでしょう。また、ワクチンが十分な効果を維持する期間は約 5 か月とされています。予防接種は毎年受けましょう。

#### ②外出後の手洗いなどの清潔習慣を身につけましょう。

外から帰ったとき、調理の前後、食事の前などには流水、石けんによる手洗いをしましょう。また、アルコール製剤の手指消毒も効果があります。

#### 手洗いの方法

- 01 石けんをつけ、手のひらを合わせてよく洗う
- 02 手の甲を伸ばすように洗う
- 03 指先・爪の間によく洗う
- 04 指の間に十分に洗う
- 05 親指と手のひらをねじり洗う
- 06 手首を洗う

#### ③咳エチケットを守りましょう。

インフルエンザが流行しているときに、やむを得ず外出して人混みに入る場合には、不織布マスクを着用しましょう。くしゃみや咳の飛沫は、1～2m 飛ぶといわれています。とっさにくしゃみや咳が出そうな場合は、ほかの人から顔をそらし、袖や上着の内側で鼻と口を覆いましょう。



#### ④室内の環境を整えましょう。

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。室内はなるべく加湿器などで適度な湿度 (50～60%程度) に保ちましょう。また、こまめな換気にも心がけましょう。

#### ⑤栄養・休息を取りましょう。

疲れが溜まり、体力が落ちていると、感染しやすく症状が重くなります。バランスの良い食事を心がけ、睡眠を十分にとり、抵抗力を高めましょう。



#### お問合せ先

松山市こども家庭センター すくすく支援課  
 TEL：089-911-1821  
 (受付時間 月～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:00)

## 刺さる ことわざ 諺

## 含 蓄 選

不定期で紹介してきた諺集も過去七回を数え、諺の意味には日本人の生活感や人生観が様々に反映されていたように思います。今回は、全七回の中から一つずつ、比較的知られていて、含蓄(内に含み持っている)を含んだ諺を選んでみました。



### 親の心子知らず

「おやのこころ こしらず」言わずと知れた諺。親は深い愛情で育てたものの、それを理解しないで子どもは好き勝手に振舞う事。また、自分が親になってはじめて親の気持ちがわかった時などにも使われます。

### 春植えざれば秋実らず

「はるうえざればあきみのらず」春に種をまかないと秋の収穫はできないように、やるべき事をしないで、良い結果は得られないといった意味。この春から入園や進級などで環境が変わったお子さんも多いと思います。お子さんにまいた種から、この秋は、小さな実りを実感できたと思います。

### 昨日は今日の昔

「きのうはきょうのむかし」たった一日前のことも今日から見れば過去のこと。それくらい時間が経過するのは早い事をいいます。今この瞬間を大切に生きることの大事さを教えてくれます。

### 一寸の虫にも五分の魂

「いっすんのむしにもごぶのたましい」どんなに小さく弱いものにも相応の意地や根性があるので侮ってはいけないという戒めの諺です。因みに一寸は約 3.03cm、五分はその半分。一寸は弱い虫の例え。五分の魂は精神や心の例えとして使われています。

### 一日千秋の思い

「いちじつせんしゅうのおもひ」一日千秋の語源は「一日三秋(さんしゅう)」が由来になっています。一日合わないだけで三年も経ったように感じるほどの強い情愛を表しています。それをもっと強調した言葉が一日千秋ということになります。

### 明日の事を言えば鬼が笑う

「あすのことをいえばおにがわらう」未来のことなど予測できるはずもないからあれこれ言っても仕方がないことをいいます。類義語には「来年の事を言うと鬼が笑う」「三日先の事を言えば鬼が笑う」等々があります。

### なすの花と親の意見は千に一つも仇はない

「なすのはなとおやのいけんはせんにとつともあだはない」茄子は花が咲けば必ず実をつけるように、子供を思った上での親の意見であれば、茄子の花のように、まず無駄なもの(悪い結果になるもの)はないということの喩えです。

みなさんの心に刺さる諺はありましたか? 先人が残してくれた諺が、皆さんの暮らしの糧として役立ってくれると嬉しいです♡



## こども写真館

### お子様の写真を募集しています

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。

- 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



大きなお口ががっり!

のなか 野中 こはる ちゃん  
 R5年3月23日生まれ



七五三の前撮りをしました♡  
 元気に健やかに育ちますように!!

きだ すみか 木田 純楓 ちゃん  
 R4年2月14日生まれ



かねこ らむ 金子 来夢 ちゃん  
 R2年5月26日生まれ  
 かねこ ひな 金子 陽南 ちゃん  
 R3年10月26日生まれ  
 かねこ えま 金子 愛栄 ちゃん  
 R5年6月1日生まれ

なかよし3姉妹♡ ずっと大好きだよ♡



お揃いの長平&スタイで  
 ハイチース

かわまた れん 川又 煉 くん  
 R7年3月19日生まれ  
 かわまた すず 川又 鈴 ちゃん  
 R2年9月16日生まれ  
 かわまた ゆい 川又 結 ちゃん  
 R5年7月27日生まれ



ひいばあのお手伝い。  
 ひなちゃんもやりたい!

とだ ひなみ 戸田 陽望 ちゃん  
 R5年2月9日生まれ



アイスに目がない  
 うーちゃん♡  
 笑顔いっぱい  
 毎日幸せだよ♡

おおの うい 大野 羽結 ちゃん  
 R5年5月2日生まれ



三兄弟いつも賑やかだね!  
 お兄ちゃん達、末っ子と  
 沢山遊んでくれて  
 ありがとう♡

はたなか ばやと 畑中 勇登 くん  
 H28年8月24日生まれ  
 はたなか ひなた 畑中 陽太 くん  
 R6年1月5日生まれ  
 はたなか ゆうすけ 畑中 優介 くん  
 H30年11月27日生まれ



食えることが大好きな  
 るるくん♡  
 これからもたくさん  
 笑って遊んでほしい♡

たかいち るいき 高市 瑠輝 くん  
 R5年3月7日生まれ



3兄弟仲良く  
 元気に育ってね。  
 ママとパパの  
 宝物です。

にしひら けいた 西平 圭汰 くん  
 R2年3月20日生まれ  
 にしひら はくと 西平 羽久斗 くん  
 R3年11月16日生まれ  
 にしひら ゆい 西平 結翔 くん  
 R7年5月27日生まれ

いつも可愛いお写真送ってくれてありがとう♡

### 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っ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!



## special feature

## 小さな子ども連れも安心、のんびりと食事のできるお店 3 選

## カフェ・レストラン

## Café 子やぎのさんぽ

HP は▶▶▶  
コチラから

昨年閉店した「café 子やぎのさんぽ」が 2025 年 2/14 に再オープン！  
子育て世代が気軽に利用できるキッズスペース完備のカフェレストラン



昨年の 9 月末に子育て世代に惜しまれつつ閉店した「子やぎのさんぽ」が、今年の 2/14 に再オープンしたとの嬉しい NEWS を知ることが出来ました。それもそのはず子育て世代にとってキッズルームが完備されたお店は希少な存在。

お食事は、見た目も楽しい大人のお子様ランチシリーズやカフェメニュー、そしてスイーツまで、大人もお子さんも一緒に楽しく食事の出来る豊富なメニューが揃っています。親子やお友だち同士の会話も一段と弾みそう♪

また、ここには乳幼児用の BABY'S メニューにおやつ。アレルギー対応のお子様スイーツのメニューも用意しているといった、とことん子育て世代にやさしいお店です。



人気のメニュー 大人のお子様ランチ「子やぎのお昼寝ランチ」¥1,700



## 店舗情報

住 所：愛媛県松山市溝辺町 60  
電話番号：089-907-3919  
営業時間：9 時～15 時（ラストオーダー 14 時 30 分）  
17 時～21 時（料理ラストオーダー 20 時）  
（ドリンクラストオーダー 20 時 30 分）  
定 休 日：月曜日（月曜が休みの場合は営業、翌日休み）  
駐 車 場：あり

## 充実のキッズルーム

0 歳児のねんねの時期から利用できるキッズルーム。小さなお子さんと一緒にキッズルームで食事のできるから、どんな時期のお子さんと来店しても安心して過ごすことができます。もちろんトイレには「おむつ替え」スペースが用意されています♪（キッズルームのご利用は 90 分制となっています。）



## スタンドカフェバー・貸し切りビアホール

## Stand 喜与

お子様連れのママ友会だって、同窓会だって自由自在にできちゃう♪  
今、話題の貸し切りビアホール!!

▲Instagram  
はコチラから

## 店舗情報

住 所：愛媛県松山市喜与町 2 丁目 4-11 喜与町アパート 1F  
電話番号：070-9272-0219  
営業時間：月～金 / 13 時～21 時  
土 日 / 12 時～21 時  
定 休 日：なし  
駐 車 場：なし 近隣



## Fire TV 完備

Netflix や Prime Video、YouTube などの映像配信サービスを大画面で楽しむことができます。ディズニー映画や、DAZN でスポーツ観戦も見放題!!

DVD プレイヤーもあるから、お子様の運動会、お遊戯会の映像と一緒に楽しむこともできます。お子さんたちは色んなアニメを観るのに夢中になるかも。

## レストラン・パンケーキ

## Eggs'n Things エミフルMASAKI店

ベビーカーや車椅子もそのまま入店 OK！昼でも夜でも美味しく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めるお店

▲HP は  
コチラから

ワイキキセットメニュー Waikiki Set Menu ¥2,700 (¥2,970)



ストロベリー、ホイップクリームとマカダミアナッツ ¥1,470 (¥1,617)



エグスンベネディクト スモークサーモンとアボカド ¥1,600 (¥1,760)

## 店舗情報

住 所：愛媛県伊予郡松前町筒井 850 エミフル MASAKI Floral Court  
電話番号：089-989-8855  
営業時間：9 時～21 時  
（ラストオーダー 20 時）  
定 休 日：施設休館日に準ずる

Eggs'n Things のコンセプトは "All Day Breakfast" 朝に限らず、昼でも夜でも美味しく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めるお店です。中でも中央に山盛りのホイップを盛り付けたパンケーキは人気の高い看板メニューとして知られています。パンケーキはどのメニューもボリュームたっぷりながら、甘さを抑えたホイップクリームですると食べられることができます。ご家族や、お友だちとシェアして色んなパンケーキを楽しまれている方もおられるそうです。半熟卵とオランダソースがとろけるエグスンベネディクトもおすすめです。

また、店内はベビーカーや車椅子でそのままテーブルに着くことができます。そのためにテーブル間のスペースはゆったりと確保されています。「お子様連れの方も、ベビーカーで買い物にきている方も、遠慮なく Eggs'n Things にお越しください」とのことでした。



## 小さなお子様用の Kids Menu

小さなお子さんには、小学生以下限定の Keiki Menu があります。お子さんサイズの 7 種類の Drink もあり、親子でハワイを感じる食事を楽しむことができます。

また、見た目も楽しい期間限定で提供されるメニューは注目です。親子、家族、お友だちと一緒に盛り上がること請け合いです。



## 防災一口 MEMO.15

## お祭りや地域行事、避難訓練に行ってお祭りや地域行事、避難訓練に行ってお祭りや地域行事、避難訓練に行って地域コミュニティを向上しよう!!

地域の行事と言えば、秋祭りが記憶に新しいですがお祭りと防災って繋がっていることをご存じですか？今は地域との関係が希薄になっている子育て世代も多く、また防犯の観点から隣の住民を知らない方が増えているのも実情です。

ただ、9 月号でお伝えしたように災害時は近隣や地域の方と助け合う「共助」が重要となります。地域のお祭りや行事を通してどんな人たちが住んでいるのか？名前がわからなくても顔が見える関係、声を掛け合える環境を作ることがプラスワン防災に！

またみなさん避難訓練に参加したことはありますか？

秋は各地で避難訓練が多く開催されます。地域の避難訓練は地域住民で構成された自主防災組織もメンバーに入っていたり地域住民が基本的に参加する訓練なのでお祭りで出会った人々と再会する機会にもなります。

お子さんと一緒に楽しみながら参加できる避難訓練を実施している地域もあるので、訓練を通してもしもに備えたイメージをしたり地域コミュニティを作っていきましょう。

防災士  
こまめハウス+  
石井けいこ

## 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！





# こどもとあるこ

## おさんぽルポ

vol.158 パイ専門店 Tsutsumi

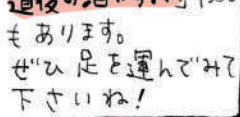
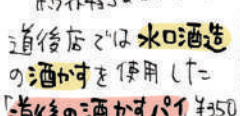
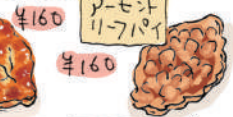
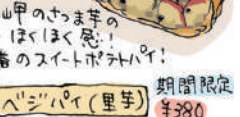
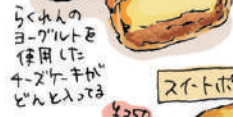
新空港通りに2022年にできたパイ専門店Tsutsumi(ツツミ)。今年9月には道後商店街に道後店も出来たばかりです。県産のものを多く使った手作りの美味しいパイ!! ぜひ召し上がれミ



松山市北斎院町20-1  
089-954-4028 駐車場あり

4-2ツツミパイ ¥350

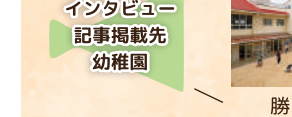
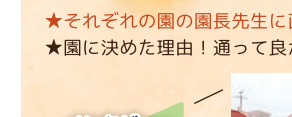
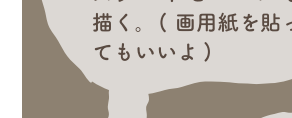
ももパイ ¥350



人気No.1

長野県産の赤玉りんごがたっぷり! シナモン不使用でりんごのジュワーな美味しさが存分に味わえます

抹茶パイ ¥350



AT HOUSING 株式会社アットハウジング × docomama plus

子育て応援イベント開催 in 今治

## 今年の Halloween は フェイスペイントをして ハロウィン仮装こども撮影会 で盛り上がる

開催日: 10月26日(日)

時間: 10:00~14:00

参加費: 無料

※参加者多数の場合は抽選となります。詳しくはドコママ公式 LINE でご確認ください。

参加者募集中



フェイスペイントをして  
フォトブースで  
写真を撮ろう!

フェイスペイント、フォトブース

フェイス&マタニティアーティスト Yuri さん  
松山市出身。2児の母。  
「マタニティペイント・フェイスペイント」資格取得。  
現在マタニティアート・フォト専門「Atelier to U」の運営をしながらイベントにも積極的な出店。  
心を込めてアートいたします☆

場所: アットハウジング今治店モデルハウス内 (住所/愛媛県今治市中寺 284-1)

ご応募方法 【応募締切: 10月22日(水)迄】

ドコママ公式 LINE に「ハロウィン」とメッセージをお送りください。続けて申し込みフォームが届きますので、必要事項をご記入ください。ご記入後「ハロウィン申込み」の言葉と一緒にご本人の氏名を添えて再度ドコママ公式 LINE にメッセージをお送りください。当選者には 10月23日(金)に個人 LINE へご連絡をさせていただきます。



ドコママ公式 LINE はコチラから。

倉家づくりにご興味のある方、無料相談受付中!

お問合せは ドコママ plus 編集部 089-909-9855 まで



## 3333 ぼうけんめいろ

材料

空き箱 画用紙  
枝 木の実  
ボンド マジック  
のり はさみ

途中に「ポイントゲット」や「お宝スポット」を作っても楽しいよ!



1 スタートとゴールを描く。(画用紙を貼ってもいいよ)



2 空き箱の中に枝や木の実を置いて、迷路の道を決める。



3 枝や木の実をボンドで貼って固定する。

## ずてい おいもちゃん!

つるをひっぱると、  
おいもちゃんがでくるよ!

材料

ティッシュの空き箱 画用紙 毛糸  
のり はさみ  
クレパス マジック  
セロハンテープ



2 クレパスで顔や模様を描く。



1 画用紙をさつまいもと葉っぱの形に切る。



5 飾り付けをして、さつまいもだけ、箱の中に入れる。



3 毛糸に、さつまいもと葉っぱをセロハンテープで貼る。



4 ティッシュの空き箱に、くしゃくしゃにした画用紙を貼って「土」を作る。

しっかり  
読んで

じっくり  
探せる!

ドコママ web サイト

## 幼稚園の園長先生インタビュー

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~

★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



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



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。



# 読者プレゼント

申し込み締め切り/R7年11月15日(土)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♪



## 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!

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!!



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収めた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「ダダこね育ちのすすめ」(1歳半~3歳対象)の3点をセットにして1名様にプレゼント。

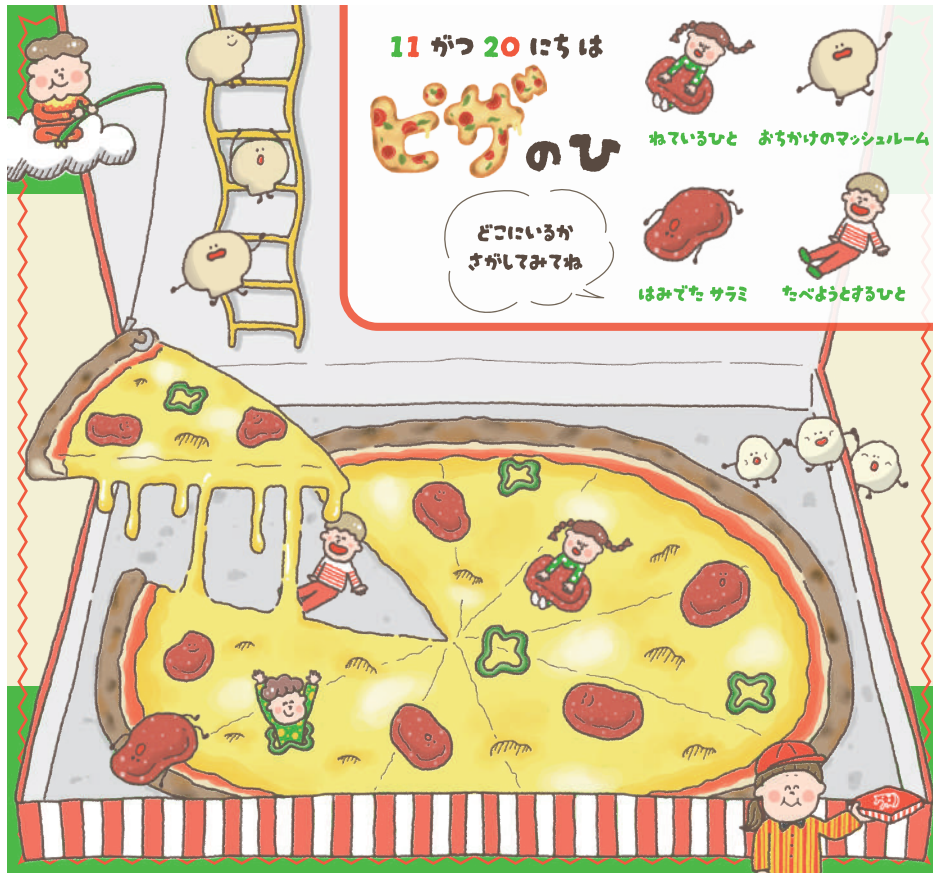
お問合せ / 「ドコママ編集部」 Tel:909-9855

## プレゼント応募方法

ドコママ公式LINEに「どんぐり」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、「どんぐり」とメッセージをお送りください。折り返し11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。



今年もハロウィンの時期がやってきました! KISUKEでは「キスパン王子と不思議な冒険」をテーマに2025年ハロウィーンイベントを開催しています。

▼KISUKE HALLOWEEN 2025 王子と不思議な冒険 (期間:10月1日~10月31日)

館内はハロウィーン装飾になっており、DJブース前には、フォトスポットが登場! 期間中はファミリーやお友だちと楽しめるイベント盛りだくさんです



event 「KISUKE HALLOWEEN 2025」 キスパン王子と「キッ」ト巻を冒険しよう!!



動物たちがキット皆に隠したアイテムをみんなで見つけ出して! クリアすると、「おかし」や「ハロウィーン限定のガチャチャ」が回せる!

【参加費:100円】  
ハロウィーンハントとられたお菓子を取り戻せ! (期間:10月1日~10月31日)

※子ども(15歳以下)のみでの参加は不可  
※大人1名につき、3歳以下のお子様1名様まで  
※レンコンの収穫保障あり(大人2kg・子ども1kg)



event 伊予市三秋2025 「レンコン収穫体験」 11/23@・24(月)開催



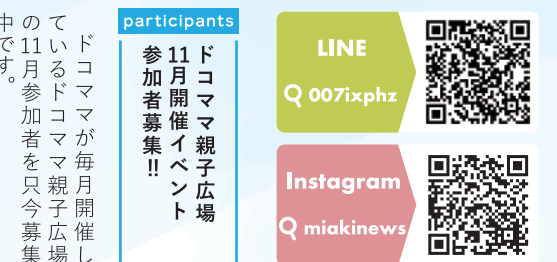
★LINE/Instagramをフォローしておけば、収穫体験の予約案内がとどきます。(10月下旬配信予定)



★ドコママ公式LINE お友だち登録はコチラから。

【概要】  
開催日時:  
11月23日(日) 1回目9時~11時30分  
11月24日(月・祝) 1回目9時~11時30分  
2回目11時30分~2時  
60分掘り放題・各回10組限定  
●料金(税込)/大人(16歳以上)2000円・小学生(6~15歳)1000円・5歳以下無料  
※支払いは当日現金払いのみ  
※子ども(15歳以下)のみでの参加は不可  
※大人1名につき、3歳以下のお子様1名様まで  
※レンコンの収穫保障あり(大人2kg・子ども1kg)

11月の開催講座は!!  
3日(月・祝)「出前オリジナルおゆうぎライブラリ」オリジナルのお遊ぎソングを中心に、親と子のスキンシップ遊びを紹介! 11月12日(水)「10・11生まれのお誕生日会」毎月開催月生まれのお子さんと、その前月生まれのお子さんが対象です。



能登復興支援

輪島朝市茶

Wajima Asaichi Cha

6本入

粉末緑茶スティック

1袋で150円の支援金になります!

能登復興支援

輪島朝市茶

栄養をまるごと粉末にした美味しい緑茶。

お湯はもちろん、お水にもサッと溶けて手軽に飲めます。

1袋あたり 150 円の支援金

ご注文から10日後でお届け

初めての方へ限り 送料無料

輪島朝市茶

一粉末緑茶スティック

1,080円(税込)

1袋6本入

ご注文は今すぐお電話ください!

受付時間 9:00-18:00 [月-金 (祝日は除く)]

☎:050-1881-5283

株式会社R.オプティマイズ

〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-3-13 西新宿水間ビル6F

お支払いは、代金引換(手数料265円が発生します)または後払いです。後払いの場合、後日お届けする払込票にてお支払いください。(全国のコンビニエンスストア・ゆうちょ銀行・郵便局でお支払い可能です)ご注文受付後、7日以内に商品を発送いたします。返品・交換は商品到着後8日以内に必ずご一報の上、返送してください。(送料はお客様負担となります。一度開封した商品の返品・交換はお断りしております)また、定期便ご利用時のお支払いは、毎月26日の口座自動引落としとなります。口座振替登録が完了するまで(初回は2回目までは、代金引換または後払いとさせていただきます。休止・変更・解約の際は、次回お届け予定日の10日前までにお電話ください。お客様より解約等のお申し出をいただくまで、商品は順次発送させていただきます。※お預かりした個人情報は、商品の発送とサービスのご案内のために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

— ドコム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「ドコムマを見た」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

