

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。



『ジャパンモビリティショー2025』
愛媛トヨペットのスタッフレポート

10月30日から11月9日まで東京ビッグサイトで開催されたジャパンモビリティショー2025を見に行きました。

「みんながワクワクし、一緒に考え、未来を創り上げていく」という想いを各メーカーが表現をし、未来の車や自動運転体験、オフロード体験やお子様人気のエンジンシアター、ミニカー作成、スポーツカーコーナーなどなど、挙げきれないほどの内容で夢と希望が詰め込まれていて見応え十分でした。

未来を感じる独創的なデザインの車にはたくさんの人が魅入っていました。

未来の車には自動運転だけではなく、安全技術もこうあったらいいですよというメッセージも含まれていて、より安全に楽しく移動ができる世界が実現する日が楽しみにになりました。

愛媛トヨペットのお店では現在取扱中の新型車だけではなく、安全装置の体験や、親子で体験ができるイベントなども行っています。

お店へ是非お越しください。体験をしてみてください。



地域の皆さまと共にまちを豊かに。
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)

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した♡

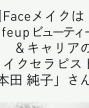


担当美容師 / 宮岡 宗平

＜カラーやカットなど
事前にご希望をお聞き
しますと安心ください。＞
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。



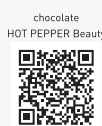
素敵に変身したママ
を撮影してくれる
カメラマン。studio
switch、「一案
(ichigaku)」さん



△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ると伝えて
いただくだけでもOKです!)



遊んで見つけ
新しいワタシ。

(10年ぶりの“子どもの変化”を
気にもする。

のママ /09

仕事も子育ても、
わたりしらく。

#令和のシゴキママ。

子どもも私も
笑顔になれる
ヘアに♡

megumiママ /04

ともみママ /07

“自分らしい
大人(ぽや)”を
アップデート!!

みなみママ /03

「本音」をぐんぐん
広げよう。

あやなママ /05

非日常の“なにか”
見つけた。
未来の子ども。

あゆみママ /10



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

もっと素敵に!もっと美しく!
あなたのはじめてを全
力応援!!をテーマにお届け
したVシズン。

変身物語を通して「なりたかった自分」「チャレンジしたかったおしゃれ」を手に入れたママたちは自信に満ち溢れていました♡
ただ、非日常は一瞬で終わってしまいます。私たちがお届けしたかったのは「おしゃれを通して明日からのあなたがもっと輝けるきっかけ」づくりです。

子育てをしていると髪を明るくしたいけど美容室に行く時間もない、流行りの格好がしたいけど普段は動きやすくて汚れの目立たない服になってしまふ...諦めることが増えるのも現実です。

ただママになっても一人の女性、やっぱりキレイになって新しい自分に出会えるのは嬉しいし、おしゃれを通して自分自身も知らなかった「自分の良さ」を発見したり、「ママも自分の人生を楽しんでもいいんだ!」と気が付いたりしていただけました。

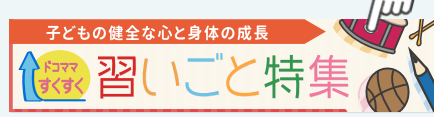
おしゃれをすることは何気ない日々が豊かになることなんだと、私たちが改めて気付くことができましたし、なによりVシズンでは、思い切りチャレンジすることって大人になると躊躇してしまうがちですが、時には大胆になることで前向きになれることも変身物語に参加してくれたママ達を通して実感する事ができました!紙面を通して読者のみなさんにも一歩踏み出す勇気を与えられていたらスタッフ一同幸せです。おしゃれを通して心が晴れ、あなたらしい日々を過ごせますように!物語の主人公はママになってもあなた自身です♡

この冬
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・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



FAX : 089-908-6588
FAX : 089-969-1002
FAX : 089-993-0659
FAX : 089-997-1179

春夏秋冬

自然の中で遊べる

えひめ森林公園

えひめこどもの城、とべ動物園、愛媛県総合運動公園、えひめ森林公園の4つの施設を指す名称とべもり+(プラス)の施設の一つ『えひめ森林公園』は、皿ヶ嶺連峰県立自然公園内にあります。園内には森林散策を楽しめるいろいろなコースの遊歩道、25種類の木製アスレチック、キャンプサイトやバンガロー、ツリーハウス、森林学習展示館などがあります。

2024年4月からは伊予鉄総合企画が森林公園の指定管理者となったのを機に、これまで以上に人と自然とのふれあう機会をより得られやすくなるよう、年間を通じて様々なイベントが開催されています。

今回は、子どもから大人まで四季折々の自然の大切さや素晴らしさを全身で満喫することのできる『えひめ森林公園』のご紹介です。



野鳥観察を楽しむ

えひめ森林公園は県内有数の野鳥観察スポットです。夏にはサンコウチョウやヤイロチョウ、冬にはカモ類が渡ってきます。留鳥も多く、身近な鳥からオオタカ等の希少な鳥まで、多様な野鳥を観察できます。双眼鏡を持ってくると楽しいよ!



サンコウチョウ



オンドリ

森林散策を楽しむ

園内には、探鳥・鍛錬・森林浴等、目的に応じて遊歩道コースが設定されています。いろいろなコースを歩きながら、森林の大切さや素晴らしさを体感しよう!

自然観察道



森林浴ゾーン



バンガロー



キャンプサイト



キャンプ、バーベキューを楽しむ

森林の中でのナイトキャンプ(4月～10月)、デイキャンプやバーベキュー(通年)を楽しむことができます。木漏れ日の中でご飯を食べ、フクロウが鳴く夜の森で眠る体験は、忘れられない思い出になるでしょう。森の中で過ごす時間には普段味わえない特別な楽しさがあります。



アスレチックを楽しむ

森林の中のアスレチックコースには、愛媛県の各所等をイメージした25種類のアスレチックが作られています。コース延長は2000mで、所要時間は約1時間30分です。コースを進むと道後平野を一望できる林間広場もあります。挑戦して楽しみながら体力をつけよう!



地芳峠



天候の鳥

※フィールドアスレチックは小学生からの使用となります。

ピックアップ

お知らせ&イベント情報



木製ガチャガチャもあるよ!
※ガチャガチャはお一人様一回です。無くなり次第終了します。



チャレンジ期間

11/22 Sat 12/22 Mon

とべもり+(プラス)のえひめこどもの城/えひめエコ・ハウス、愛媛県立とべ動物園、愛媛県総合運動公園と最後にゴールのえひめ森林公園を回って数字やデジタルスタンプをゲット! 4施設すべて回って木製ガチャガチャに挑戦しよう! ※えひめ森林公園までの回り方は順不同。

先着 400名様

お楽しみグッズがもらえる!

詳しくはHPのお知らせ&イベント情報を見てね!



お問い合わせ

えひめ森林公園管理事務所

住所 / 〒799-3104

愛媛県伊予市上三谷

T E L / (089)983-3069

E-mail / aimori-kouen@aimori.or.jp

駐車場 / 無料

開園 / 9:00 ~ 17:00

年末年始(12月28日～1月4日)を除き無休



▲HPはこちら



えひめこどもの城/えひめエコ・ハウス



愛媛県立とべ動物園



愛媛県総合運動公園



えひめ森林公園

※えひめこどもの城またはえひめエコ・ハウスのどちらかで一つ、数字やスタンプをゲットしてください。

今年の冬はイルミネーションを楽しもう!



おすすめの場所



フェスタ・ルーチェ in えひめこどもの城



開催期間

2025 年 11 月 15 日 (土) ~
2026 年 2 月 1 日 (日)

ライトアップ時間

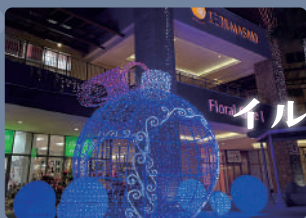
17:30 ~ 21:30 (21:00 まで入場可能)

開催場所: えひめこどもの城

📍 松山市西野町乙 108-1
📞 フェスタ・ルーチェ in えひめこどもの城実行委員会
(セーラー広告株式会社 愛媛本社内): 089-946-8618

料金

★入場料 / 大人 当日 1,500 円 前売り 1,300 円
子ども 当日 800 円 前売り 600 円
※前売りはみきゃんアプリでのみ購入可能 12/19迄



エミフル MASAKI イルミネーション



開催期間

2025 年 11 月 26 日 (水) ~
2026 年 2 月中旬まで

ライトアップ時間

日没 ~ 22:00 (場所により消灯時間が異なります)

開催場所: エミフル MASAKI

📍 愛媛県伊予郡松前町筒井 850
📞 089-984-2111

料金

☆入場料 / 無料



参加型アート作品 『ひかりの実』



開催期間

2025 年 12 月 19 日 (金) ~
2026 年 1 月 18 日 (日)

ライトアップ時間

常時点灯

開催場所: 道後公園 北側入口 ~ 西側一帯

📍 愛媛県松山市道後公園
📞 道後温泉事務所: 089-921-6464

料金

☆入場料 / 無料



マイントピア別子 イルミネーション

開催期間

2025 年 11 月 1 日 (土) ~ 2026 年 1 月 12 日 (月・祝)

ライトアップ時間

17:00 ~ 22:00

開催場所: マイントピア別子エントランス~マイントピア別子裏側

📍 新居浜市立川町 707-3
📞 0897-43-1801

料金

☆入場料 / 無料



タオル美術館 ウィンター イルミネーション



開催期間

2025 年 11 月 1 日 (土) ~ 2026 年 1 月 31 日 (土)
※2025 年 12 月 31 日 (水)、2026 年 1 月 1 日 (木)、15 日 (木)、
27 日 (火) は点灯、プロジェクションマッピングともに休み

ライトアップ時間

17:30 ~ 21:00 (最終入場 20:30)

開催場所: タオル美術館

📍 今治市朝倉上甲 2930
📞 0898-56-1515

料金

★入場料 / 大人 1,000 円・中高生 800 円・小学生 600 円



いとまち マルシェの イルミネーション

開催期間

2025 年 11 月 3 日 (月・祝) ~ 2026 年 3 月中旬頃まで

ライトアップ時間

17:00 ~ 22:00 (毎週火曜日と年末年始休み)

開催場所: いとまちマルシェ芝生広場

📍 西条市朔日市 284-2
📞 0897-66-8630

料金

☆入場料 / 無料



スバル・ イルミネーション



開催期間

2025 年 11 月 15 日 (土) ~
2026 年 1 月中旬まで

ライトアップ時間

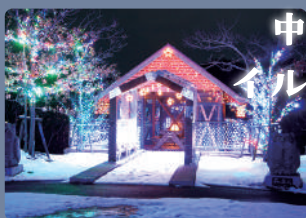
17:00 ~ 22:00

開催場所: 内子町文化交流センタースバル

📍 喜多郡内子町寺村 251-3
📞 内子町商工会青年部: 0893-44-2166

料金

☆入場料 / 無料



中山池自然公園 イルミネーション



開催期間

2025 年 11 月 23 日 (日) 点灯式
~ 2026 年 1 月 10 日 (土)

ライトアップ時間

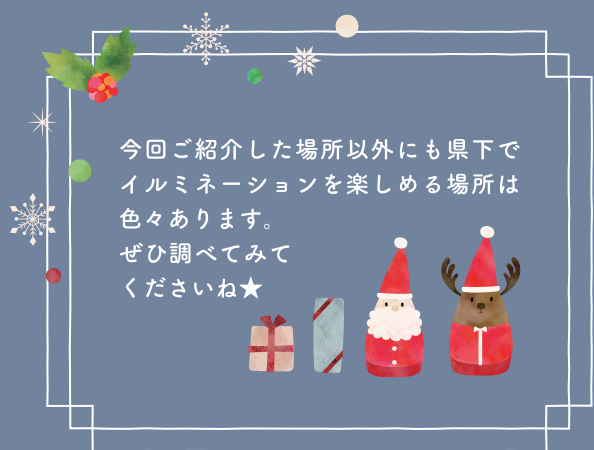
18:00 ~ 23:00

開催場所: 中山池自然公園

📍 宇和島市三間町黒井地 1542
📞 吉田三間商工会三間支所: 0895-58-2256

料金

☆入場料 / 無料



こどもとあるこ

おさんぽルポ

vol.159 マジックパン

勝山通りにある「サンドイッチ専門店 マジックパン」。いつも朝、車道前を通りながら、具たっぷりのサンドイッチが、たくさん並んでいるのが、見えて気になっていました。午前中には、売り切れてしまうので、お早めにお参りね♡

本山市 勝山町1丁目4-7
☎099-935-7700 無休
回2台

ローストンカツ ¥315

ソース味のしとりとトンカツ！サクサク〜！

エビカツとたまご ¥330

チリソースとエビカツ、たまごサラダ、しらす

たまごとうきりハム ¥240

うす切りハムが、たくさんたまご、たまご

フレッシュライ ¥230

フレッシュライ

照焼4キッズ ¥250

照焼4キッズ

ハムカツとたまご ¥240

みずみずしい、たまご、ハム、ハム

たまごポテト ¥230

たまご、ポテト、たまご、たまご

カレー ¥240

カレー

コーン ¥240

コーン

フルーツミックス ¥260

フルーツミックス

4キッズ ¥240

4キッズ

具たっぷりなのに、すく〜リズナガル。種類も99種、毎日でも食べたい。たくなるサンドイッチです。そのほかの「サンドイッチ」に「ファン」がいっぱい。おまけの「おまけ」が、言っています。おまけの「おまけ」が、おまけです。おまけ♡



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！



おやこで いっしょにつくろ！

クリスマスツリー

材料：アイスの棒、モール、ビーズ、ペン、はさみ、ボンド、デコレーションボール

- アイスの棒に色を塗り、ボンドで貼ってツリーの形にする
- 鈴を通したモールを、アイスの棒にくるくると巻き付ける
- ツリーの上にモールをつけて、指を通す輪っかを作る
- 星やビーズで飾りつけをしたら、できあがり！

ゆらゆら アドベントカレンダー

材料：紙コップ、ハンガー、モール、ペン、画用紙/折り紙、おかし/オーナメント、はさみ、のり

- 紙コップの底に2か所穴を開けて、モールを通す
- 紙コップの中に、お菓子や小物を入れる
- 飲み口のふちにのりを塗り、折り紙を貼る
- はみ出た折り紙をふちにそって切り取る
- 画用紙でパーツを作って貼り、正面に数字を書く
- ハンガーに結びつけ、星を飾ったら完成！

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くださいこともできます



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

