





ちば(中部版)

東証グロース市場 【証券コード:2164】

おうちて

◆夢頭特集▶

気軽に食育! 気軽にエコ活!

「ボベジ生活

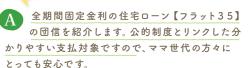


野菜の切れ端で できちゃうよっ



- 親子が安心して過ごせる居場所♪ ちばの子育て施設
- ●ママ読者座談会「育児と仕事どう両立してる?」
- ワクワク・ドキドキの新生活! ママと子どもの入園・入学準備

子育で中の家庭に おすすめの団信はありますか?





【フラット35】

団信の詳細は

こちら

一般の 団信は、死亡し たときに加えて約款で 定める高度障害状態に該当す るときに、【フラット35】の団信 は、身体障害(障害者手帳1級、 2級を交付)に該当するとき に、以後の住宅ローンの支 払いがなくなります。

のポイン人

【フラット35】 団信の三つのプラン

【フラット35】 、借入金利®

借入金利

+0.18%

借入金利※

新機構団信

ペア連生団信

新3大疾病*3付















+0.24% 機構団信

※2 連帯債務の夫婦(内縁・婚約または同性パートナーを含みます)で加入するプランです。
※3 がん・急性心筋梗塞・脳卒中。

充実

プラン

■身体障害保障のポイン

身体障害者福祉法に定める障害の級 別が1級または2級に該当し、身体障 害者手帳の交付を受けたときは、入院 日数や就業不能期間にかかわらず、ま た仕事を続けられる場合でも住宅ロー ンの借入残高がゼロになります。



ケガ、病気など 原因を問いません

以下のケースは【フラット35】の団信では支払対象になりま すが、一般の団信では支払対象にならない場合があります。

- 交通事故が原因で片腕を切断した(2級)
- 糖尿病が原因で腎臓に障害。人工透析が必要(1級)
- 両耳の聴力レベルがそれぞれ100デシベル以上となった(2級)

■介護保障のポイント --

公的介護保険制度の要介護2から5までのいずれかに認定された とき、または保険会社所定の要介護状態に該当したときに住宅 ローンの借入残高がゼロになります。

- 食事、排せつ、入浴、衣服の着脱に介助が必要な状態
- 松葉づえや手すりなどで支えても、歩行が独りではできない 状態 (重椅子がなければ歩けない)

「公的介護保険制度 | の対象外である [39] 歳以下」の方、対象外部分のある「40歳~ 64歳」の方についても所定の要介護状態 が180日以上継続したときは住宅ローンの 借入残高がゼロになります。 例)常時寝たきり など



健康上の理由その他の事情で団信に加入されない場合も【フラット35】をご利用いただけます。

住まいのしあわせを、ともにつくる。

お電話でのお問い合わせ(お客さまコールセンター)

0120-0860-35

お気軽にお電話ください。営業時間9:00~17:00 (祝日、年末年始を除き、土日 も営業しております) ご利用いただけない場合はTEL048-615-0420へ(有料)

【フラット35】は第三者に賃貸する目的の物件などの投資用物件の取得 資金にはご利用いただけません。機構では、申し込みご本人またはご親 族の方が実際にお住まいになっていることを定期的に確認しています。

全期間固定金利の 住宅ローン【フラット35】に ついて詳しくはこちら



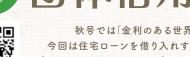


ヘプロが解説!▶



知ってる?住宅ローンの

団体信用生命保険



秋号では「金利のある世界」について紹介しましたが、 今回は住宅ローンを借り入れする際に「金利」以外で検討が必要な 「団体信用生命保険(以下「団信|といいます)」について紹介します。



2003年7月より独立系 ファイナンシャルプラン ナーとして、相談業務、 講師業などで活動中。



団信って何?

住宅ローンを利用する際に加入する保険で、返済中に死亡や高度 障害など万が一のことがあったときは住宅ローンの借入残高がゼ 口になるため、家族の住居を確保することができます。一般的に、 住宅ローンを利用するときは団信の加入が必要になります。

生命保険は既に加入 しているけれど、住宅ローン 利用時に団信は必要?団信に 加入したら今の生命保険は 不要?違いを教えて



それぞれに目的があり大切な保険ですが、 保障内容に重複している部分はないか、

団信は、ご加入者の死亡等により、住宅ローンの 返済が不要となる生命保険です。一方、一般的な 生命保険(死亡保険)はご遺族の生活費や教育 費等の確保を目的としたものです。

金融機関によって 団信の保障内容に 違いはあるの?

A

死亡時に保険金が支払われることに違いはあり ませんが、その他の保障内容のラインナップは 金融機関によって違いがあります。

教えてください皆さんの声

回答時間1分



応募締め切り:2025年2月28日(金











CONTENTS



2025.冬号

発行部数50,000部



- 05 巻頭特集 気軽に食育! 気軽にエコ活! おうちでリボベジ生活
- 11 子どもと一緒にどこ行く? おでかけナビ
- 12 親子が安心して過ごせる居場所♪ ちばの子育て施設
- 14 子育て家族をハッピーに おすすめSpot
- 16 ママのお悩み相談室 第12回「夫の育児参加」
- 17 習い事・おけいこナビ
- 18 教えてDr.! 気をつけたい! 子どもの「頭痛」
- 20 教えて! 千葉県民共済の飯塚さん 生命や医療の保障の見直しどうすればいいの?
- 22 野菜をおいしくいただきます♪ ベジレシピ
- 24 ママ読者座談会 働くママ集合! 育児と仕事どう両立してる?
- 26 ワクワク・ドキドキの新生活! ママと子どもの入園・入学準備
- 30 おやこであそぼ♪ かんがえるあそび

- 34 本のプロが選ぶ! 年齢別おすすめ絵本 「テーマ/風」
- 35 すてきな一年になりますように♪ 2025年12星座占い
- 36 読者プレゼント







「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの商標登録です。

ラボママ ラボママとはママ読者コミュニティー「ちいきラボ」に 登録するママの愛称です。





受託事業者: パーソルビジネスプロセスデザイン株式会社

再就職・キャリアアップを目指す女性を応援します!

私にもできる! ママのための キャリア支援

育児と仕事、両方を楽しむ新しい

働き方の実現をサポートします。

家事と仕事、どちらも大切に できる環境を整えましょう。

あなたの経験が

これまでの経験を生かし、安心して 働ける環境の実現をサポートします。

応募書類の作成から面接対策まで、しっかりとサポートします



千葉市ふるさとハローワークみどり 予約不要

2043-300-1611 2043-292-8655

お問い合わせ 株式会社地域新聞社 まま・ここっと編集部

mama.cocotto@chiikinews.co.jp 〒276-0020 八千代市勝田台北1-11-16 5F ☎047-481-5568

第2木曜日(祝日を除く)13:00~13:45 (リンタン・カンター 1043-292-8655 理職が対応します

アバターによるオンライン相談 要予約

O,

2025年2月19日12:30

まま・ここっとインスタグラム▶

MAMACOCO CHIBA









を水につけるだけ。捨てずに再利用することでエコ活動がで きて、親子で始める食育にもぴったり!

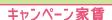
撮影/山下陽子(P.5~P.9)



お部屋探しキャンペーン

3/31(月)まで





フリーレント 対象物件なら最大2ヵ月、家賃ナシ。

対象物件なら3年または5年間、家賃がお



豊かな緑とゆとりのある空間、 つながりが育む、安心の子育て環境。

ゆったりとした自然環境や家族のつながりをサポートする 場など、子育て世帯に嬉しいポイントがそろっているのが UR賃貸住宅です!!



緑や公園が周辺に点在 し、自然に囲まれた安心 の環境です。

通学に便利な立地と、家族 で楽しめるイベントが充実し ています。

応じた住み替える

家族の成長に応じて、広 い間取りへの住み替えも ご検討いただけます。

PRESENT

仮申し込みをいただいた方には、2WAYルーム トーチライト

または防災緊急避難ボトル7点セットをプレゼントいたします。

※ノベルティは内容が変更になる場合があります。予定数量に達し次第、配布終了となります



お問い合わせはお近くの営業窓口へ(千葉県内に13カ所ございます)

UR賃貸住宅なら、多彩な物件の中からご希望に合った住まいをご提案します。

物件をお探しの方は、ぜひお近くの営業窓口へ!

独立行政法人都市再生機構 東日本賃貸住宅本部 千葉エリア経営部 営業課 独立行政法人都市再生機構 〒261-8501 千葉県千葉市美浜区中瀬1-3 幕張テクノガーデンD棟20F







まいこママ そうたくん(3歳)

ももかちゃん(O歳)















葉を収穫しましょう。 ネギは、白色であっても 光に当てると緑色に なります





成長した野菜を前にうれしそうな2人。いよいよ収穫だ!



収穫した豆苗を使って、まいこママ考案の 「豆苗と納豆のチヂミ」作りへ







水は毎日換える。数日たつと豆苗

日の光の当たる

窓際に置

11 ・も感心

て、

お

大根もニョ

キニョキと成長して

てる

」とその様子にう

よ収穫の時。大根の葉をハ

は伸び始め

数週間たてばネギ



レシピは

コチラ







けど、これは料理の延長線上で

ねと

ランダ菜園は

11

ル

が高

「こんなに収穫できたね!」と 2人とも大満足

ボベジ体験に大満足のま ベジならではの魅力ですね」と、 ずに楽しむことができるのもリボ 期間で成長するの した。数日から数週間という短い 使った料理の出来上が 収穫」するので、気を付けなが 「野菜の切れ端を無駄にせず、 大切さを知るきっか = キン。豆苗は「芽を残し て、収穫した野菜 で き 子ども ネギも緑の部 いこママ けにな も飽き

すくすく成長中…

自分たちで育てた野菜を

収穫するのも楽しいね

れてくれたのな 宮崎大輔さん



(i) @yasai_garden https://ichigo-tech.co.jp/

苗を作ろう!



芽を残しながらママと一緒に 豆苗をハサミでカットしていくそうたくん

Point

大根は頭から1cmほど、 ネギは根本から5cmほど 葉や茎がついていてもOK







心者向けの

野菜「豆苗」を含む、3

宮崎さんから教えて 緒に早速苗づく

もらった初

本から5

CM」など、宮崎さんのアド

イス通り野菜をカッ

していく

種を育てることに。「芽を残す」「根



ても楽しみです」と、そう

な野菜に挑戦

行っ

たこともあるそうで

、「いろ

親子でリボベジ体

◀ 育てる野菜はコチラ!♪

レベル 栽培~収穫 3~4日 初級

収穫目安 市販品と同じくらいの 高さに育ったら

レベル 裁培~収穫 初級 1~2週間 収穫目安 葉が 10 cm程度に

栽培~収穫 初級 1週間程度

収穫目安 緑の部分が 10 cm程度 伸びたら

伸びたら

水につけて育てよう!



大根とネギの苗も作ったら、お好みのお皿に 苗を入れて、お水を少しずつ注いだら栽培スタート!



「元気に育ってね」と野菜を見つめるそうたくん

3 種 10 者 9 野菜 17 15 の「四間」や 挑 が大好きで、









うま

かなくて…」と言うま

いこマ

、過去に

ラン

ダ菜園を













5







短期間

飽

きず

15 7

U







ぐだけ。「僕がやる

!」とそうたく

入れたら、最後はそこにお水を注 にしようか!」と選んだ器に苗を 2人。苗ができたら器選び。「これ









味津々。「豆苗は以前に育てたこと

体験するリボベジの栽培に興

とい

ん。今回初

チンに立って料理

0











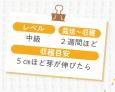
ヘタは頭から2cm残して切り、水に つける。水の量は1cmくらいでOK。

Check! >

根は収穫できないので葉を収穫 しましょう! ニンジン同様、 ヘタや葉が残っているものが◎

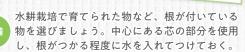
ニンニクスプラウ

ニンニクの皮をむいて、水につける。水の量 は芽が出てくる部分にかからない程度。



栽培する際は、ニンニクが 立った状態で栽培しましょう





R レベル 栽培~収穫

葉が食べられるくらいの

て゛に

も始

挑め

7" 'n

5

7

1週間

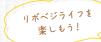
初級

葉が育ってきたら外側の葉から Check! > 収穫しましょう!そうすることで 収穫後も新しい葉が出てきます



ひ親子で 食育の面も 菜の一部 苦手な 手軽だ きっと家族に もしれ で育てることで興味 生ごみも減らせます も挑戦できるの として楽し もたちにとって 、ジな って食べ ÷ リボベジの魅力。 して 、手軽に始められ ませ お子さ いじ らで からこそ 2 が使 _ ん。そうい あ 7 めて、野菜が 7 は 1) んは、自 心に育てて るので、 えるの < \mathcal{O} 、ださ 延長 何回 は水遊 って れ も 子 る ij う を 分 線 ボ で し で る

器とお水で準備完け





|ボベジ、始めてみよう!

野菜の切れ端と水、器の用意ができたら、初心者向けの野菜から、まずは始めてみよう! リボベジのプロ・宮崎大輔さんに、育てる上でのコツやポイントを聞きました。

₹始める前に知っておこう!リボベジ栽培のこと♪

日の光は当てる?

葉を食べる野菜やハーブ類は光が弱 い場所でも育てやすく、実や根を食 べる野菜は、ベランダなどの日当た りの良い場所がおすすめ! 室内で 育てる場合は、ライトの下や窓際に 置くのがいいですね。

水について

水の交換は毎日行いましょう。交換する 際に容器にぬめりがあれば容器の洗浄も 忘れずに! 雑菌の繁殖を防いで腐りに くくするためです。一カ月程度は水だけ でも育ちますが、それ以上は市販の液体 肥料を使うか土に植え替えを。

腐ってきたら?

栽培途中で少しでも腐ってきて しまったら、芽でなければその 部分をカットして再開してもい いですが、基本的には廃棄しま しょう。臭いが発生した場合は すぐに廃棄を!

レベル 栽培~収穫 1~2 週間 葉が 10cm 程度伸びたら

根本から3cmほどを残して切り、水につける。 水の量は根本から1~2 cmほどで OK。

Check!

芽を水につけると腐りやすいので、 水の量は浅めにすること! 葉が倒れてしまう場合は、器の中に スポンジを入れて支えにしても OK !





ヘタは頭から2cmほど残して切り、水につける。 水の量は葉が出てくる部分にかからないよう1cmくらいでOK。

Check! >

ヘタが残っているものを選ぶこと。 直射日光よりはカーテン越しの光を 当てるようにしましょう



みずかけナビ

その時季ならではのイベントから人気スポットまで、子どもと一緒に楽しめる情報がいっぱい!





ふなばし三番瀬環境学習館

企画展「あな」



生きものが開けた「あな」と生き ものの体の「あな」のしくみを、 生体や標本などを用いて紹介。 「あな」をテーマにしたワーク ショップ「貝がら&ビーズ工作 (有料) にも注目!

 □ ~ 2月16日(日)9:00 ~ 17:00(1月、2月の休館日は月・火曜日、 100 円・未就学児無料 🖸 有 (有料) 👸 047-435-7711 ふなばし三 番瀬環境学習館 https://www.sambanze.jp ★「貝がら&ビーズエ 作」の受付時間は10:00~12:00/13:00~15:00(当日受付)。会 場は 1 階エントランス、料金 200 円 ※小学 4 年生以下は保護者同伴

大原漁港

2025 年 地だこ・ふぐ祭り



れているマダコを使ったタコ ,ゃぶやタコ飯、いすみ市産ふ ぐのふぐしゃぶなど、取れたて の海鮮を満喫! 子どもが参加 できるイベントも開催予定。

値いすみ市大原 11574 時 1月12日(日) ~4月6日(日) 8:00~ 12:30 P 有(無料) 間 0470-64-4518 港の朝市協同組合 http://minato-asaichi.com/

航空科学博物館

やさしい航空のはなし 「747 パイロットのおはなし(NCA)」



NCA (日本貨物航空株式会社) の現役 747 パイロットが、普段 聞くことができない仕事の話や パイロットになるまでの体験談 などを分かりやすく解説。親子 で航空について楽しく学ぼう!

🗎 山武郡芝山町岩山 111-3 📶 体験館ホール 時 2月9日(日) 13:00 ~14:00

無料※入館料は別途必要【入館料】大人 700 円・中高生 300 円・ 子ども 200 円・3 歳以下無料 定100 名 2 有 (無料) 間 0479-78-0557 航空科学博物館 http://www.aeromuseum.or.jp/index.html

IR 千葉駅中央改札前コンコース 3 階

おくりものマルシェ



千葉県民がおっぺす(推す)、千 葉メイドのおいしい逸品が大集 会場には 24 種類ほどの 商品が並び、「おくりものグラン プリ 2024」で入賞した商品の 販売も♪

- 日本東市中央区新千葉1-1-1 JR千葉駅中央改札外コンコース 鬪 1月17日(金) 11:00~19:00 ▶ 無
- 圆 047-485-1100 千葉県民がおっぺす!おくりものグランプリ2024
- 事務局 https://chiikinews.co.jp/chiba-okurimono/

自然の中を彩る美しいイルミ



東京ドイツ村

ウインターイルミネーション 2024-2025



「音楽 × 光の融合」 をテーマにギ ラギラでカラフルなディスコス タイルから癒やしのヒーリング ルミネーションと多彩な音楽が

億 袖ケ浦市永吉 419 闘 ~4月6日(日)※入園料、イルミネーション点灯時間は - 季節により異なるため HP で確認を【開園時間】9:30 ~ 20:00(最終入園 19: 30) [7] 有(有料)

間 0438-60-5511 東京ドイツ村 http://t-doitsumura.co.jp/



マザー牧場

マザー牧場イルミネーション光の花園〜絵本の世界〜



夕陽に輝くオレンジ色の景色か ら、色鮮やかなイルミネーション に変わるマジックアワーは、空と のグラデーションが美しい。「キ ラキラ★プチばふぇ」など期間限 定グルメも楽しめる。

住富津市田倉940-3 陽 ~ 2月24日(月・休)までの土日祝16:00~19:30 ¥ 16:00 以降は大人(中学生以上) 800 円・小人(4歳~小学6年生) 400 円・同伴 犬無料※日中からの入場は大人 1,500 円・小人 800 円・同伴犬 700 円 🎴 有 (16 時以降無料)※ 日中からの利用は有料 問 0439-37-3211 マザー牧場 https://www.motherfarm.co.jp

※情報は 2024 年 12 月 6 日時点のものになります。状況によっては中止・延期・変更となる場合がありますので、主催者に確認の上、お出かけください。 ※イベントの詳細は各 HP を確認ください

初めての食育に!

幼児期に野菜を育てて食べる経験は、子どもにとって どんなメリットがあるのか専門家に聞きました。

知能

力が

高

まる他

世話をするこ

3 量

いろな工夫を

することで非認

の

調

整や日当た

温度など 必要な水

野菜を育てる過程で、

0

魅力です

きな自信に 気持ちにつ との 自 Ź う け 食 が食べて喜ぶ、という経験は大 べて る る 7 大変さも実感し めに働く親の思い にもなり 育て 販売する る野菜がどれだけ手を も た野菜を収穫 命 L) ます。 る 食 普段、何げな \mathcal{O} そ きます。 の感謝 か ñ などを想 して、 を を購入 知る 生

> 感 む

の 育て で は IJ 幼児期のお子さん 短期間で収穫ま る が カ 経験に 늉 1) ま 育 は 長

菜

の知

さ

教えてくれたのは

日本キッズ食育協会 理事/チーフトレー 爲我井あゆる

運営、レシピ開発や講師活動など

https://aozora-kitchen.com

けてほ 野菜 理 し 強 L١ の Ú は 枯 n る な 7 1111

けで

育

う

 σ

で つ

、取り

入れやす

食育

たりで

、水だ

き

る ボ h を

時に責め せず、 ると、愛着を感じ 芽を出し伸びてくる姿を実際に見 題を解決 た原因を考え が味わえる収穫の 姿を見せてく 野菜を育てることに興味を示さ 場合は まずは親が楽し な 、無理に 次はどう 、ださい け 10 る 枯 作業 h 5 れ ね う ŧ で か 一番達成 せ る 野菜 ら体験 よう 取 ま か、 1) ま 5 が 組 ま 問 つ た

な

が多い 自分の健康や地球環境の 「食」を選ぶ力「選食力」も備 < い目で見て の短期的 のです。好き嫌い な目標だけではな 将来的に得ること を なく わ た 5 め な 7

7 ŧ 흡 8h

> 味求 知を き 広 11

多い σ \mathcal{O} 来のカギに けてみたり、 この経験はお子さん で るか 楽しんで 野菜を育てて で ぜひ な? さ 5 なる可能性も ください 緒にリボ

収穫して

る

٤

 \mathcal{O}

~

ジラ

あ つ 7 食べ

6)



る中で 行った時に、「他にはどんな野菜が 問を解消す 栽培から収穫までの体験を重ね 国で ろいろな疑問も出て る経験もで など、 に興味 作 緒に調べ 5 、保護 れて 、そう 、この野菜はど ゃ 署が投げ きるとな · 知 識 たりす いるの 5 () が 物 た か

それ

この







お出かけ前にチェックしよう!

▼ 利用できる対象年齢

- ☑ 飲食物の持ち込みや飲食スペースの有無
- ▼ 市外在住者の施設利用可否や条件

✓ イベントや講座などの情報



子育て支援センターにこにこ広場

対象▶未就学児・プレママパパ





市内で一番広く、商業施設内に あるため利便性も◎。広いフロ アで伸び伸び遊べる他、ハイハ イまでの赤ちゃんやキッズなど、 月齢ごとの遊びコーナーがある のもうれしい。また、子育てコン シェルジュに保育園などの相談

- 我孫子市本町3-2-1 アビイクオーレ2階 (イトーヨーカドー我孫子南口店)
- 閪 04-7185-8882 賭 10:00~16:00 (日祝・年末年始休)
- トイレは商業施設内に有



地域子育て支援拠点てるてる





自宅にいるような心地よい空間 は、0~3歳くらいまでの子ども が、遊びながらくつろげる工夫が いっぱい。木製のユニークなお もちゃにミニすべり台、親子で参 加できる工作イベント(月1不定 期) は親子の特別な思い出に。

- Ⅲ 流山市江戸川台東1-160-3 III 04-7136-2032
- 10:00~17:00 (火曜・第1&第3日曜・年末年始休)





のだしこども館 supported by kikkoman

対象▶0~18歳未満



子育て支援や地域交流の拠点と なる同施設は、楽しく遊びなが ら学ぶことができる場所。屋外 にはインクルーシブ遊具があり、 月齢の低い子どもも安心して遊 べる。館内1階にある幼児用ボー ルプールやエアトラックもおすす



~6歳(未就学児)

- 野田市清水1122-1 III 04-7189-7961
- 9:00~20:00 (年末年始休)



中央こども館

対象▶0~18歳未満



軽スポーツができるフロアやアス レチック遊具、工作コーナーなど があり、子どもたちに人気の遊び 場。乳幼児専用ルームにはおも ちゃもたくさん。冒険気分を味わ える「光のトンネル」はここなら では!※未就学児は保護者同伴



- 閏 市川市鬼高1-1-4 (メディアパーク市川内) 回 047-320-3337
 □ <平日>10:00~18:00<±日祝※午後二部制>10:00~17:00 (月曜・毎月最終平日・年末年始休)※市外在住者は土日祝10:00~13:00利用可
- 駐車場の無料利用は時間制限有



白井市白井児童館

対象▶0~18歳



2階建ての館内では、フロアに

よって異なる遊び方ができるの

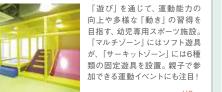
が特徴。乳幼児が利用できる1

階の部屋には、知育玩具や乗用

玩具などのおもちゃが豊富にそ

ろい、絵本を楽しめる図書室

も。2階の広い部屋では走り回っ



浦安市運動公園キッズスポーツルーム 対象トハイハイができる月齢 震 神神 学 (学 持)





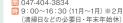
- 白井市復1458-1 間 047-491-0166 (開館日の9:00~17:00)
- 9:00~17:00 (火曜・祝休日・年末年始休)

















ちばの子育て施設

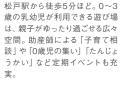




ほっとる一む松戸

対象▶0~3歳







- 個 松戸市松戸1307-1 松戸ビルヂング4階 (松戸市文化ホール) B 047-393-8531
- 10:00~18:00 (月曜・年末年始休)



ホッと一息つけて、親子が安心して過ごす ことができる子育て施設をご紹介! ※施設によっては利用制限があるためHPなどで確認をしてからお出かけください。

おもちゃで遊べたり、読み聞かせなどのイ

ベントに参加できたり。子育て中のママも

※各施設で開催のイベントの詳細はHPなどで確認ください。 ※休館日・閉館日の詳細は各施設のHPなどで確認ください。

アイコンの説明 -----

はぐはぐひろば柏たなか

TX柏たなか駅前の公園内にあ

り、明るくアットホームな雰囲

気。ひろばでは、木製のおもちゃ

をメインに、パズルや絵本、ブリ

オなどで遊べる。また、生後4カ

月までの親子イベントや、ために

なる育児講座なども魅力的。

対象▶未就学児・プレママパパ 鷽 前 戸 🏈 😭

授乳室 お湯の 飲食○K ¥ 利用有料

船橋市高根台子育て支援センター

対象▶未就学児・プレママパパ 賢 訓 戸 🏈 名 🧖



妊娠期から就学前までの子ども と保護者が利用可能。親子で楽 しく過ごせるのはもちろん、子ど も同士や保護者同士が交流でき るイベントや講座があるのもうれ しい。室内には滑り台などの遊 具があるので、体を動かす遊び

館内のホールには木製の大型遊

具が配され、遊戲室にはボルダ

リングの壁を設置。また庭には

滑り台、ブランコなどの遊具があ

る他、ボール遊びができるエリア

も。未就学児のママ同十が交流

できるイベントもあり、親子の憩

- 部橋市高根台2-1-1 047-466-5666 暦 9:00~16:00(日・祝休日・年末年始休)
- ※相談雷話は17:00まで ※12:00~13:00のランチタイム有(離乳食は常時OK)

鎌ケ谷市東部児童センター





- 個 柏市大室1-4 (柏たなか駅前公園内) B 080-7888-2525
- ・ 9:30~16:30 (祝休日・年末年始休)
- 駐車場の無料利用は時間制限有









アリーナで運動、工房で工作、 調理室で料理、音楽スタジオで は子どもたちに大人気。利用は0 ~18歳未満で、館内には未就学 児コーナーもあるので安心。運 動や手づくりのプログラムもお

- 千葉市中央区中央4-5-1 きぽーる内3~5階 III 043-202-1504
- 闘 9:00~20:00 (火曜・年末年始休)











(音) 浦安市舞浜2-27

B 047-304-0030



1時間完全退出(利用時間は50分ほど)





□ 10:00~17:00 (第1&第3水曜日・年末年始休)









コンサート 音楽イベント

シンフォニック・アニメーション

ジブリやディズニーの名曲たちを美しい歌声と生のオー ケストラで楽しめます。音楽への興味を育む幼少期のク ラシック音楽デビューにおすすめ!





▲ 歌:「いつも何度でも」の木村弓さん ▲ 今尾侑夕(ゆーゆ)さん

主催:千葉交響楽団 14:00開演 3/22 (土) 船橋市民文化ホール 3/23 (日) 市原市市民会館大ホール

【全席指定】S席4,000円/A席3,000円 3歲~高校生1,000円 ※3歳未満入場不可

チケットは

コチラ

千葉交響楽団

☎043-222-4231 予約優先

伊央区本千葉町10-23 https://chibakyo.jp/

☎ カンフェティチケットセンター:050-3092-0051

第1部

筆つ部





▶ 子育て家族をハッピーに

常すす例



ままここ世代の毎日の暮らしに役立つ 厳選情報を紹介します!

BUB RESORT

Chosei Villageの魅力





楽しめること間違いなし!

※表記の価格は税込価格です。

グランビング 宿泊 収穫体験

寒さも忘れる!家族で楽しむ冬のアウトドア

BUB RESORTで、この冬限定の20個以上のアクティ ビティに参加して、家族全員が一生忘れられない思い出 を作ろう!





▲ 大人も子どもも雪合戦を楽しんでいる様子 ▲ 白菜を収穫している様子

年始・冬祭りアクティビティ一覧

- ●まき割り火おこし ●収穫体験
- ●サバイバルゲーム ●宝探し
- ●蒔絵(まきえ)体験 ●脱出ゲーム
- ●チョコレート作り ●実験教室 ●茶道体験 など
- WEBは



アクティビティは

チェックインしてから夜寝るまで、 休む暇なくアクティビティが実施されます 大人も童心に戻って思い切り楽しめる!

砂地域とつながるストーリー

●個性豊かなクルーたち

子どもたちと全力で遊んでくれる 個性的なスタッフが勢ぞろい

千葉県産の肉を使ったしゃぶしゃぶ、 長生村のソバを使った焼酎など地産地消に こだわった食材でグルメも堪能できます



②圧倒的なアクティビティの多さ

長生郡長生村 体験型グランピング施設 BUB RESORT Chosei Village

☎0475-36-7770

最長生郡長生村金田2811 翻 無休 ₽ 35台

予約なし 食事、アルコールなど 全てオールイン クルーシブ!

あなたと世界を変えていく。

döcomo







音楽教室 ソルフェージュ

ビアノ バイオリン

音楽は創造力の源!無料体験受付中

桐朋学園大学音楽学部付属の音楽教室では、独自のカ リキュラムで「聴く・感じる・歌う・遊ぶ・演奏する」などの 多彩な体験を通して、豊かな感性と表現力を養います。



先生からひと言

友達とたくさんの音楽に 触れることで、豊かな感性 を引き出します。楽しみな がら本物の音

楽を学びま しょう。 朴久玲

▲ 生徒一人一人に寄り添った授業展開

2月2日(日)・3月2日(日) 無料体験授業

市川・西千葉教室では、春からの入室生を募集中

教室や実際の授業の雰囲気を体験できるイベント です。体験後には「教室の雰囲気は?」「音大志望 でなくても大丈夫?」などの相談ができます。 詳細はQRコードをチェック



教室長

詳細は

コチラ

県内2カ所 音楽教室

桐朋学園大学音楽学部付属 子供のための音楽教室 ☎047-324-0588 要予約

個市川教室 市川市市川1-9-1アキオビル2F 西千葉教室 中央区春日2-25-2-202 営月~± 10:00~20:00 休日·祝

チェック!

入室前 2回講座 3/9@.3/16@ 10:00~10:30 '21/4/2~'22/4/1 生まれ対象

有料4,400円

ベビースイミング 幼児スイミング

ベビー・3歳児 水泳1日体験会

赤ちゃんの未来を考えたベビースイミング、初めての水 慣れの不安と戸惑いを一掃してくれる3歳児水泳を、優 しいコーチと体験してみませんか?



失生からひと言

水中という日常と違った 環境の中で、体を動かす 快感を体得し、心身共に バランスの取れた 発達を願ってい

武藤コーチ

▲ ベビースイミングの様子

日程:1月12日(日)・2月9日(日) 時間:ベビー 10:40~11:40

3歳児 10:30~12:00 : ベビー=生後3カ月~3歳未満 (パパ・ママか代行者) 3歳児=3歳児(おむつが取れている方)

定員: ベビー20組 3歳児10人 費用: 1,100円 (税込み) ※ベビーは別途おむつ代 (160円)

稲毛 スイミング

稲毛インターナショナルスイミングスクール

☎043-256-1135 予約優先

@ 稲毛区小仲台7-15-10 図10:00~20:00(月~±) 11:00~14:30(日)

WEBは

コチラ

入会した方 入会金 通常8,800円4

体験会から









※表記の価格は税込価格です。

ビアノ教室 プレビアノ リトミック

基礎から学びたい、好きな曲をマイペースに楽しみたい、 ピアノ演奏を披露したいなど、一人一人の希望に寄り添 ったレッスンが魅力のピアノ教室です。



失生からひと言

打楽器で楽しくリズム打 ち、好きな歌を歌う、音読 み・音当てをして音感をつ



藤井先生

▲ 好きなジャンルの曲を練習できます

☎080-1895-0584

※ 不在時はSMSに連絡ください

住中央区都町2丁目22-8(焼肉大将軍近く)

◆リトミッククラス 月2回 月謝2.000円

【平日】13:00~14:30 1レッスン45分 ◆ピアノクラス (3歳~) 年46回 月謝6,000円 【平日】14:30~19:45【土曜日】9:30~19:45

1レッスン45分 ◆主なイベント 7月発表会 12月クリスマス会

チェック! 千葉市中央区 ピアノ教室 音の絵ピアノ教室

無料体験会 実施中

申し込みは 電話にて

お答えします!

最低

必水準に

とどまり

長時間労働

るの 抗感 意欲は増 的に 濯物を取

も to

の

手。気を付け

た 試

LΊ して

0

は

▲ウェブでも ▲

改善

40

で育児参加

ゃ

社会風

への変革が求められて

います。

水め

たには

もう頼

、完璧

育児に関

わ の

る \mathcal{O}

時間

は先進国

の中で

減さ

れ

ます

ので、

2

し、家事育児に対

Ó

ίì っ

る た考え方

日本

人男性が家事



会性を育み、思春期の心の健康に

「門」を閉ざしてしまうこと。そうな

、幼児期の

な

1)

」と、育児参加や家事協力

0

聖徳大学 教育学部 児童学科 教授 相良順子さん

人文科学博士。子どもの性役割 の形成と発達を主に研究する他、 夫婦の役割意識や関係満足度の 調査なども行っている。

> 化し き

そ

いるようです。

か

し、そう

込

んで、

、畳む」など、

、具体

が若

世代で

は進ん

タ

ス

ク 6)

を伝えるこ

とで男性

0

た家事や 1)

育児に対

ź

意識も変 とされて

子をチ

I 5

クする」「15

時まで

に洗

「うちの子のここが心配…」「子育てのこんなことが不安…」

など、ママたちの悩みは尽きないもの。 そんなお悩みに対して専門家がお答えします!

寛大な心で優 冢事育児

L

L

H

^

ഗ

を

閉ざ 掛

ð

家庭の役割分担に不

慣

れ

勇

接す

男性 成長

育

児参

は子ど

ŧ

ത

んで も多

もらう ĺ١

めに

は「夫の

やる気を

中

積極的に子育てに

取

4)

や夫 _တ

関

係に 加

共働き世帯が増加傾向に

あ

る

ずは「子ど

もと30分だけ遊ぶ」など

で ば σ

削が

ないこと]がポ

1

トで

す

生

子育て

夫の

協

力

は不可欠で

小さ

から始めて

2

ま

よう

い」と求め

5

ħ

か ſΙ

時間ごとに子どもの

様

ħ

まで妻の役割

夫があまり育児に参加してく れない…。夫婦で協力して育 児をしていきたいのですが、 どうしたらいいでしょうか?

わ

れ

7

良好な夫婦関係に

つながる

とも

(2歳の女の子のママ)

い に長期に

う研究結果が出て

()

ま

す。

加

え

わ

たっ

て大

きく関わ

る 成

母親の不満や育児不安を解消

影響を及ぼす

など、子どもの

長

る

自分のペースで楽しくピアノを学ぼう

けていきます♪

ブログは

コチラ

お悩み記事公開中 過去に掲載した記事を、地域新聞社の 公式ウェブサイト 「チイコミ!」 で公開中!

音声配信プラ ットフォーム

配信を配信中!









接する どもの 高まるとい が示す 持つの 役割分担に で門は 護に と妻 「母性」に代 る で 育児 のが なり 時間が長 自立を阻む可能性があり の負担は お もお ように、男性も子どもと 広く \wedge 互 う研究デ () の協力度も増 いです す わ つ 開放 いなど、 増し、 () る [親性]と 結び かです なる ね。早い段階か 話 母子密着や過 付 寛 タ ほど愛着が 将来的に子 きが 大な心で 合 あり して う 強ま う 姿勢 概 ま

しょう。子どもから「パ れたら成功 (取材·文 森川 /١ (佳代) が

◇ まま・ここっと編集部が自信を持っておすすめ! //



GOROR!



season soup GORORI 4食セット (LEGUMEnex)

オールシーズンスープ2種(各1食) 【期間限定】シーズンスープ2種(各1食)

> 税込 4,550円 ※別途送料有 (8食セット税込6,980円/12食セット税込9,980円)

ちいきの逸品とは?

千葉県の魅力あふれるおいしいものを直送で届ける通販サイト。 「逸品」の背景にあるストーリーも伝えることで、商品だけでなく作 り手のファンになってほしいという思いで運営しています。

バイヤー稲村が おすすめする「ワケ」

ちばの旬野菜をゴロッとふんだんに! 妊産婦も安心・手軽に食べられる栄養満点スープ

「野菜と農業の新しい価値を創造したい」と開発に臨んだ廣岡みほさんと髙柳りなさんは、 高校の同級生であり、子育で中の現役ママ。酒々井町の人気飲食店「ICHISARA」の西尾義 光シェフの協力の下、野菜本来のうまみを引き出す技術で、うま味調味料は一切使わず、無 添加・無着色のスープを実現。さらに日本マタニティフード協会の認定マークも取得しまし た。2人のこだわりが詰まったGORORIスープは、食べた人をきっと笑顔にしてくれます。





「#gororisoup」「#ちいきの逸品」で ママたちが 食べた感想をポスト!

SNS·動画で逸品情報発信中~♪











息子も思わずこの笑顔♪ 自立式のパウチも◎!



息子とランチに 「新玉ねぎのスープ」を半分こ♡



息子のお気に入り! 「丸ごとトマトの生姜スープ」

[運営]㈱地域新聞社 TeLO47(485)1100(※お電話での購入はできません)



あかいし脳神経外科クリニック 赤石 江太郎先生

気をつけたい!

子どもの「頭痛

かなど

と呼ばれることも。腹痛による痛 が痛くなる症状で「おなかの頭痛」 部片頭痛」というのがあります。こ は 他にも、主に小児に見られる「腹

をしっかりと観察することが大切 ることも多いので、子どもの様子 詳しく分かることで原因が判明す

片頭痛は脳の働きが関係している 子どもも増えてきています。腹部 が起きてい 意識が無くなる、けいれんやまひ る頻度が高い場合は専門医に相談 みが原因で登校や登園ができない 、頭痛は伴わず、腹部の真ん中 う。また、突然の頭痛で ますので、症状が出

因で頭痛を発症しているケースも 時や、園で発表会があるなど、精神 ていて、どのような症状なのか、ど 腔炎」「中耳炎」「感染症」などが原 る頭痛です。また「眼精疲労」「副鼻 な時に痛みを感じるの ます。頭痛がいつから起き 発熱時の頭痛にも注意が必要なの はすぐに救急車を呼んでください

の薬を服用すること

他の病気が発症していることも考 だ体が小さいので、市販薬はでき 常生活を送れるようになったとい の効果が見られない場合は、脳に た薬を使うようにしましょう。薬 るだけ使わずに医師から処方され が有効だと言えます。乳幼児はま が、「緊張型頭痛」にはカロナー ンセリングを受けることで、解決 えられるので、子どもの脳神経の ・。カウ

まですが、子どもに多く見られる きています。頭痛の原因はさまざ 近年相談に来院される方は増えて

い環境に置かれるような状況の

など、明らかに普段と違う状態の時

ない

ように思わ

れがちです

子どもの頭痛は、あまり

なじみ

頭痛が増加ストレスや緊張によ

で、ご自分たちで判断せず、医師に 関わる病気が潜んでいる場合もあ ですが、髄膜炎や脳出血など命に が頻繁に続くようであれば頭痛専 どが原因になっていることが多い るためのケアの一つです のもいいですね。痛みを 子どもの頭痛は、精神的緊張な

もらいましょう。

門医や小児脳神経の専門医に診て

(取材·文/半藤 智津江

POINT

頭痛などで悩んだら 脳神経外科を受診

- 発熱時の頭痛には 注意が必要
- 突然発症の激しい頭痛は すぐに救急車を呼ぶこと

ていないもの)を飲ませてあげる るお子さんに甘いジュー また、脳の働きには「水分と糖 オフ成分の入っ



保障にかかる支出が 月3万円と 家計を 圧迫しています

ラボママ のぞみさん 年中と小学生2人の3児のママ

> 入って のぞみ

います。

2社で3個の保

障

番大切なのは「今の生活」



のぞみ

一応理解はして

いる

う

も \mathcal{O} は

ています

か?

ですよね。保障内容などは知っ

し

んなに保障は要るのかな…と。

7

いました…。

保障をやめるのは難し

ろいろ節約しているのに、こ

保障を見直しするために、まずは保障の中身 をよく見て、本当に必要なものを見極めましょ う。一般的に掛金が多ければ保障も良くなり ますが、家計を圧迫しては本末転倒です。

> はもっとやら 3万円くらい

せてあげた なのですが、本当

のぞみ

そうなんです

ね

手当金がありますよ。

2万円くらい医療保障に支払

子どもが3

人いて

で習い

事も月

な

った時も、健康保険には 。会社員のご主人が働けなく

傷

\コチラ! /

受付時間 平日9:00~17:00

障で月3万円かかっています

主人は生命と医療の

保

要らないというケー

スもあり

飯塚 度を知っていただくとそれほど こから、何か外せるも 大きな保障は要らない か検討をします。医療保障につ を細かく見ていきましょう。そ 蓄の状況によっては医療保障は ては健康保険の高額療養費制 まずは加入して のはない いる内容 ため

飯塚 もりで るかどう いるか、本当にそれが 今、 かも分からな ·が、どこ 何社入って まで 合って)把握 です。 ſΙ ま

方かも で ば で か ね 家計 もしれ して検討するのも お子さん しれません。 を支えてい が つの

のぞみ 何 ħ の期間に死亡保障は定期保障 、一定の死亡保障は必要で の教育費に関. 個人的な意見ですけど、子ど ませ とも言えま 医療保障は見直せ よく考えてみます h ません。ご主人の収入 。生命保障に関して 独り立ちする せ しては削 ん。これ るのであ ħ る 考え な は私 か

県民共済へのご相談はコチラへ! ※ご相談後の勧誘は一切行いません。

千葉県民共済職員のつぶやきシリーズ

高額療養費制度を知らない方がいらっしゃい ます。医療保障の見直しで節約できないかな? 職員のつぶやきシリーズ ⑨をご覧ください!

チャンネル登録もお願いします▲



LINEを使って相談

チャット機能でご質問ください。 資料請求・オンライン相談の予約・千葉県民共済 YouTubeチャンネルにもアクセスできます。



お問い合わせは

都道府県民共済グループ

2 船橋 047-432-8500(代) **定休日** ±19:000

千葉県民共済生活協同組合 〒273-8686 船橋市本町2-3-11 全国生活協同組合連合会 〒330-8708 さいたま市大宮区 大門町2-118

この共済は生協法に基づき厚生労働省の認可を受けた事業で、ご加入者の暮らしの安心を守ることを使命としています。

教えて! 千葉県民共済の飯塚さん

うすればいいの

千葉県民共済 生活協同組合 飯塚健夫さん

何とか工夫して出費を抑えたいですよね。そんな中、「保障」を見直し たいママ読者の2人が、飯塚さんに保障の見直し方を聞きました!

銀行員として働いた後、現職へ入職。 キャリア12年、お客さまに寄り添いながら 安心できる暮らしの設計を提案し続けている。



<u>高校生を持つ親として…</u> 現在の保障は合っている のかそれとも見直しを した方がいいの?

> です。ご主人はお勤めです 1つ目は、公的な保障を知ること

か

は

11/1

保障の見直しについて、私は3つ

保障2型と医療特約はどうな ている月掛金3000円の総合

ので、隙間時間にご活用ください た相談を受け付けしております 済ではZoomやLINEを使っ

敦子

そうすると、現在加入し

している保障を選ぶといいです。 ではなく、さまざまな病気に対応 民間の保障では特定の病気保障

ことは避けましょう。3つ目に

らと保障を掛け過ぎてしまう

らないまま、なんとなく不安だ ないことです。保障内容が分 ベースをつくり、掛け過ぎをし

のポイント

をお伝えしています

ラボママ 敦子さん 夫と高校生の息子の3人家族

> てい 飯塚

ただくと、健康保険、厚生年

会社からの給与明細を見

保障のほったらかしは良くない! の節目節目で見直しを



ポイントは3つあります。1つ目は公的な保 障を知ること。2つ目は、その上で保障を掛 け過ぎないこと。3つ目は、さまざまなリスク に対応する保障を選ぶことです。

は載って 害補償保険(労災)があったり 障に加入されていることをご確 皆さんすでにさまざまな公的保 金保険、雇用保険があり、明細に ませんが 、労働者災

がいい が、見直しは必要ですか? 見直しを ですね。 見直しの機会は設けた方

飯塚 すことができません。 翌朝の支度のために夜は眠って も、時間がとれないのが本音で・・ しまったり、なかなか行動に そういう時は、千葉県民共 しようと思って 移

らと思います。千葉県民共済で 見直しの相談をしてい ま のでご安心くださ は、ご相談後の勧誘は 変わるタイミングで、定期的に ない (笑)。ほったらか Kという方もい す。見直しして、そ ょ らうか? 良い組み ので。ライフステ 合 らっ ゎ しが せ の ただけ だと思 ませ ま 一番良 ゃ まで - ジが L) ま

認ください

じ保障に加入したままなので

敦 子

独身時代からずっと、同

低これだけあれば、といった たうえで民間の保障で補い、最 2つ目に公的保障を知っ



ありさファームを営む佐藤さんご夫婦

作ど

7

ているの? な野菜を

ちいき新聞の直題おやさい

*ちばのおやさいを 「作る人」に会いに行く



あ

IJ

7

ŕ

ムっ て?

新鮮で、その時季の旬の野菜が届く「ちいき新聞の直送おやさい」。 そんなサービスを支える農家さんをクローズアップ! こだわりや思いを聞いてきました。

ちいき新聞の直送おやさいとは?

千葉県の農家直送! 採れたての野菜を自宅に定期便でお届けするサービス。栽培方法に こだわる農家を厳選し、安心・安全なお野菜をお楽しみいただけます。サイズはS・M・Lの3種類。

土気エリアにある農園で野菜の

しました。野菜作りについていろ というお声をいただき、それがう 野菜を購入した人から「おいしい」 作ったのが始まりで、自分たちの 市民農園の区画を借りて野菜を しています(水曜配達のみ)。元々 い」ではSサイズの野菜をお届け る他、「ちいき新聞の直送おやさ 菜は直売所をメインに出荷してい 栽培を行っています。栽培した野 ろと学びながら徐々に畑を広げ しくて本格的に栽培をスター

栽 こ 培 だ 方 法 ٤ は

培しています。使う農薬にもこだ 野菜本来の自然の力を利用して栽 なくても野菜は育てられるので 頼りすぎないこと。使っても使わ になりました。もう一つは、農薬に たいかと考えた時、使わない選択 を作る時にどういったものを使い だからという認識ではなく、野菜 まず、除草剤は使いません。 いて、てんとう虫やカマ

き、昨年から新規就

必ず入れています。 甘みが強くて、鍋に入れると本当 ん草は食べてほし 2月の間に栽培するちぢみほうれ わった品種まで、年間 野菜を育てています。 直送おやさいで い野菜の 40 50品目 - つ。 月~

におい

発見! № 野菜作りのテクニック!

根に悪さをする虫をガード!

マリーゴールドやニラは根に悪さをする 虫を寄せ付けない効果があるらしく、野 菜を守るように植えられていました。農 薬をあまり使わないように、こうやって寄 せ植えして野菜を守っているそうです。











野菜をおいしくいただきますか

ベジレシピ

野菜をおいしく、たっぷり食べられる レシピを紹介。 親子で一緒にベジライフを始めましょ♪

ラボママ 小野エリカさん

管理栄養士として柏市を拠点 に活動する2児のママ。自宅で 千葉の食材の魅力を伝える-どもの食育教室も主宰。 Instagram erika shokuiku



ニンジンドーナツ

材料

ニン	ジン			1本
ホッ	トケーキのミックス	ス粉 …		200g
はち	みつ	· 20g	(砂糖で	きも可)
卵				1個
油				適量

Erika mama's Memo

ニンジンには、βカロテン(ビタミンA)やカリウ ム、そして食物繊維といった栄養素が豊富に 含まれています。これらは視力回復、むくみ予 防、便秘解消などへ役立つ働きがあります。 また、ニンジンは油と一緒に食べることで、ビタ ミンAの吸収がアップ!

つくり方

⋒ 1 洗ったニンジンを皮ごとすりおろす

⋒
⑦ ボールに卵を割り、泡立て器でよく混ぜる

⋒ 2に1とはちみつを入れて混ぜたら、ホッ トケーキのミックス粉を入れて、粉っぽさ がなくなるまで混ぜ合わせる

⋒⋌ 鍋に油を入れ、170度になったら3を食べ やすい大きさに丸めて、きつね色になるま で揚げる



生地が固ければ牛乳を少しずつ足し て調整を。耳たぶくらいの柔らかさが ベスト! 油に入れる時はスプーンを 使って落とし入れてもOK!

※はちみつは1歳未満の乳児には与えないでください

アスパラ菜とい

つ

以下の散布でおさえられています ら、一般的な農薬に比べて3分の な環境を壊さないよう配慮しなが

ら、ケールやア

レツタ

がよく知っている野菜

ンといったみ 白菜やキャベツ、ピ

な

さん

物を選んで

()

ます。

自然

など、野菜にとって良い虫に影

お申し込みは/WEB申し込みで

o chiiki_oyasai

1.000円off!

HP https://vege.chiikinews.com

初回

『まま・ここっと』読者813人に「育児と仕事の両立」について聞きました

現在、働いていますか?



就業形態は? その他 6%

アルバイ

なか か 優美 実的じ は距

が預ける

る

の

難

し

い

で

す

ね

収入面

も

あるけ

ど、自分と

Lλ

う

☑自分の時間や家族との時間を大切にできる

※お子さまがご自身の教室の生徒になる場合に限ります。

教室開設・運営はKUMON担当者がサポートします。

くもんの先生を始めてみませんか?

☑自宅の近くで働ける

う

の

、 子 ど ょ

八間を だか

つ

た

り、遠

か

た

1)

して 空

な

か

児保

育っ つ

7

ίl

7

な

27%

お

2

なっ な

たら私もお 。だから、

休

5

う。私

も

_

緒に

仕事

を 2 も

ħ 間

から

美

時間

る

育児と仕事の両立は できていますか?





言

アンケート結果は9月24日~11月24日に読者プレゼントの応募フォームで実施したアンケートに基づき作成(有効回答数813人)

た わ 多 きる範 7 \mathcal{O} ž し 替 な 0 ij 5 が ス 0 が う 5 ケ m 理 も 4解ある人 働 で 5 ſΙ \mathcal{O} 7 つ 7 打 も ち合 ま た 5 1) つ が

る

ょ

う

自分らしい

ども で両立 5 つ んと 制 0 き 突発 が 度 か ŧ し 的 7 な な つ 会社の 離 11° 休み かり け 婚 る ħ ī 感 ればなら の して \mathcal{O} 理解、 たの 時は 協 で そ 体 な る 子 \mathcal{O} ()

子ど 菜 ば 働 木津美 津美 ſΙ き 1) 6) いで も 方 も を ラ ۲ も 選択で そうで 0 フ つ)時間も増 よね ・フス レ と働きや ほ " クス き タ す () 1 る ね。 え 未来が そ タ ル に る 事 合 な た Δ る 5 制 つ あ つ 7 れ 今 も

ポ か

な 児保

仕

事

を

始 ア

め Ξ

る

に サ

育

ゃ

フ

ij

ろ

調 بخ

~

た。で

も

離

つ ま

たり

とあま

6) 病 前

現

ゃ が ろ

な 遠か

くて

な

私 働 つ も働き続けた 5 認 働 て大切。 き も めてもらえる大切 、両立は大変だけど、 き方や 同じ to す 制度面 続けや $\overline{}$ な egが じ す 整 な つ な な 時

け る 興味のある方は、まずは説明会から

子ども

を

預ける

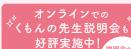
施設

が増

え

です

ね



説明会では、テスト・面接な どはございません。くもん の先生の仕事内容やサポー ト体制、収支のしくみなど についてお話しします。



KUMON くもんの先生 検索 お問い合わせはフリーダイヤル 0120-834-414 受付時間 9:30~17:30 土・日・祝日を除きます

子育てと両立、キャリアチェンジなど、

自分のペースに合わせた柔軟な働き方

をされている先生をご紹介!

☑先生のお子さまは会費が全額免除

力 れ制

め は 自 3 11 畤 間

児保育もそ う だ

説明会への お申し込み、 お問い合わせ

そう

私の場合は個人事

紫主な

た。自宅から会社まで

2

時 良 の

間

会 1/24 6 10:00~16:00 市川市 ニッケコルトンプラザ

方に変わっ

たの

で

本

当に

か

で

き方は

自分次第

社

内報

0

るので…。

ゃ 働

務代行、

そ

ħ

から教育業

も 事

携

わ

ます。マル

チ

どう

してたんです

出社

して

L١

た時は

お

?得意

な って

の

で (1

複

数の

優美 えと 菜津美

18

が

時

短

勤務なん

で

テとな

る

と、こ

 \mathcal{O}

働き

方 な

は

本 5

に。2人目を妊娠中にそ

働

き

希望条件などの質問だけでもOK♪ 事前予約の上、当日3ブース以上ご訪問していただいた方には▶

3

の子育て

を

が 利 ワ

仕 Ó ク

き

つ す

か る

けに 流れ

気に

フ

IJ \Box

Ŧ

助

か

つ

い

ま





ママ読者 座談会

育児に仕事に大忙しのママたちの両立のコツとは?

ラボママ

同

()

くこの

え?

「俺が時短とるよ!」っ

方は を タス などに 制作 \mathcal{O}

自 時に動 ク



優美さん 6歳、4歳、2歳のママ IT企業の正社員。

働

、時間も

か

な

1)

、融通が

<

れはあ

5

て、

ナ

を 推 で も



参

加するプ

ジ

エ

ク 職

私は昨年 る

Ó h

春に

復

U

調整で

きたり

在宅助

か

6)

ま

す

ね

、子どもが

病気

0

時

は

在

N GIE

取

れ

制度な

です

利用できて、

日

60

分の

休

睱

帰

れる部署に配属しても

5

津

美

子ど

ŧ

が

3歳に たいです

な

るま

終えて 5

復職す

る

時

ŧ

定 の

短勤務み

ね。

ħ

ま 、出産後

人目

よっ

ては出社す

ることも

あ

ま に ま

ともと私も毎日出社だっ

た

ぼ

ほ

ぼ

IJ

Ŧ

1

6) 1

、。ただ、会社自

体

ij

É

を h

菜津美さん 2歳と0歳のママ。 公務員。現在育休 両立のコツは「嫌

9

時

か

5

16時で働

いて

ました。

あ 大事。 方

る

で

も すごく

仕事

得で

き タ

る特

休暇

を

利

用

して

‡) 吉

 \mathcal{O}

職場は

フ

五勤務で

公

務員が 入る前

も

そうだけ

ij

 \mathcal{O}

 \mathcal{O}

育休に



三者三 が

O O ŧ 児 方

IJ ŧ 方 0 理 お 力

な 大事

宅に 育休 ずを続 理解 理解 時 つ た 7 私とあなたの真ん中に

子育て世代のためのイベント・メディア **Chi**Yiki 地域新聞社

ご希望の方へ求職活動実績として認められる おしごとフェア参加証明書をお渡しいたします。 (1社以上の企業ブースにて面談された方のみが対象となります)

特 クオカード ご訪問数に応じて

最大1,500円分プレゼント♪ ※プレゼント金額は予約時間によって 異なります。詳細は予約サイトをチェック!



<mark>お問い合わせ先</mark>株式会社 **地域新聞社** 八千代市勝田台北1-11-16 5F <mark>MAIL</mark> chiiple@chiikinews.co.jp <mark>TEL</mark> 047-485-1403

| 失着150名さま限定!事前ご予約特典♪

∖ おすすめアイテム /

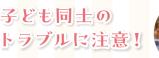
洗濯タグ用シール

洋服に名前を書く時に便利な のが、タグ用シール。あらかじ め名前を記入しておけば、使い たい時にパッと取って、さっと 貼れて、見た目もキレイ! リ ユースショップなどで売る時も 剥がせるので使い勝手も良し!



おむつのサブスク (手ぶら登園)

次男の時に利用しましたが、お むつとお尻ふきを持っていく必 要がないので、荷物の軽減に。 また、足りなくなることもない ので本当に助かりました! パンツ移行のタイミングでの 解約も簡単にできますよ。



入園すると、かまれた、パンチされたなど の子ども同士のトラブルが起こる可能 性があります。普段からあいさつをした りして、ママ同士の関係を良好にしてお くことで、こういったことが起きた時も 「すみません」「こちらこそ」など、会話が しやすくなります。



ありささん



思い切って買った 「ラベルプリンター」が

大活躍!

私が使ったアイテムで断トツに良 かったのが「ラベルプリンター」。 名前シールを作ってもらうことも 考えたのですが、子どもも2人い たので、思い切って「ラベルプリ ンター」を購入。アイロンで貼れ るタイプのシールもあったので、 とっても便利! 裁縫道具や習 字道具など使用する機会もたく さんあったので大活躍!







∖ おすすめアプリ /

フリマアプリ

入学式のスーツは節約も兼ねて、フリマアプリで探しま した。2,500円程度で上下一式を揃えられることがで き、状態も良かったので満足! 着る機会が限られてい る物はアプリやリサイクルショップを活用するのも◎。

入学式の持ち物に ランドセルはないけど…

うちの息子の学校は、入学式の持ち物の中 に「ランドセル」が書かれていませんでした。 持っていった方がいいのか、置いていった方 がいいのか迷いましたが、9割の人は持って きていました。明記がない場合は周囲に確認、 または学校に問い合わせることをお勧めしま す。それから、キャラクターのついている筆箱 や筆記用具がNGの学校もあるので、早めに 買わず、入学説明会後に購入するように!



ゆきえさん

∖ おすすめアイテム /

透明のビニール製 ランドセルカバー

息子が通う学校では、1年生に黄色 のビニール製のランドセルカバーが 配布されるのですが、そこは使い方 が荒い男子…ビリビリにされかね ないので、100均で購入した透明の ランドセルカバーを黄色のカバーの 上にかけて使っています。





フィナンシャルクリエイト 千葉支社 支社長 矢野美月さん

お金の専門家に 間きました!





ママと子どもの入園・入学準備

春に入園・入学を控え、ソワソワしている人も多いはず。新しい環境に飛び込むその前に、 何が必要で、どんな心構えをしておくといいのか、先輩ママと先生のリアルな声をお届け!

洋服が

男の子だからなのか、息子が乱暴に 扱っているからなのか、洋服が名札の ピンで穴だらけに…。そんな時は100 均の「名札留め」が便利! 直接洋服 にピンを刺すことなく名札を付けら れるので穴が開く心配なし! さら に、名札をひっくり返せるようにも なっているので、登下校も安心です。 学校によってルールがあると思う ので確認してみてください!

∖ おすすめアイテム /

BoTトーク

キッズみまもりGPSです。学

校に持って行ってはダメかも

しれませんが、以前に、学校

から家まで5分ほどの距離を

40分くらいかけて帰ってきた

ことがあって、その時にこの

GPS端末を持たせていたの

で、大いに役立ちました。



すずさん



∖ おすすめアプリ /

TimeTree

スケジュールの共有

ができる無料のカレ

ンダーアプリで家族

の予定を管理してい

思いますので、お子さまとのスキ

プを大切に、しっ

り話を

緊張を感じるお子さまも多

()

かと

い環境に不安や

家庭で練習してみてください

ます。

う。持ち物や提出物も

いろいろと

いて、認めて褒めてあげましょ

りますので、慣れるまではお子

一緒に連絡帳を確認

しな

と思います

∖ おすすめアイテム /

保育園入園までに、なかな か椅子に座って食べること ができなかったので練習用 に購入。使い始めてからは 椅子に座って食べてくれる ようになり、保育園の朝の 支度もとっても楽に♪

などを入学前に身に付けておく

か

う

や幼稚園での過ごし

方と

です

から、着

替え

いだものをたたむとい

5

人でできるよう、ご



保育園に入園すると必ずと言っていいほ ど小児科にお世話になります。入園前に かかりつけ医を決めておくと、病院に行 く際にとってもスムーズ。通いやすさ、予 約の取りやすさ、駐車場の止めやすさ+ 「この先生に診てもらいたい | という条 件の下、わが家は決めました。



詩央里さん

チェアベルト



入園前に、園から1歳児の水分 補給はコップを使って飲むとい うことを聞き、急いで購入。園 でのコップ飲みになかなか慣れ ず娘も大変そうでしたが、家で も根気強く使用し、園の努力も あって、上手にコップ飲みがで

きるようになりました。

√ 小学校の先生に 関シナ・・

入学前の準備と 入学後のケア



日出学園小学校 広報部長 田中 秀明_{先生}

過去の運用デー 手です。運用のデ 18年間入れたままにして 貧産が減るという点が挙げられ だった場合は運用するのも い」、それが仮に ます。10年以上とい 「生まれる前から貯めて ま 、子どもが れば、そのリスクは 確率が急激に下がることが す。 10年を過ぎる 7 18 歳 に タからも分か 18 年と ĺJ な 大幅に と元本 おけるの る いおきた 一つの まで

 σ

ため「貯める」という点では大きな 蓄型の保険、定期預金が います。学資は途中で使えな い、というのであれば学資や ますが、安全で確実な形で貯 教育資金の貯め方はさまざまあ か 貯 8

教育資金の 上手な貯め方

んなお「悩みありませんか?」

- ☑ どう関わったら良いか分からず将来への不安がある。
- ™他の子と比べて言葉の遅れが気になる。
- № どの施設が自分の子どもに合っているか分からない…。 № 周りの子より学習面での遅れがあり心配。

「子どもたちへの可能性を導く架け橋となる」という理念の下、「BRIDGE」は生まれました。 私たちは、子どもたちの「未来」のために、その子が生まれてきた「家族」、生きていかねばならない 「社会」への架け橋となりたい。そんな思いが「BRIDGE」という名前には込められています。



BRIDGEのサービス

児童発達支援 0~6歳児までの

保育所等訪問支援 幼保,学童保育,学校

放課後等デイサービス

小学1~4年生/ 高学年~中学生まで 計画相談支援

運動や言語などに特化した

「うちの子は療育を受けるべき?」

お子さまの発達に関する悩みは、一人一人異なります。 「言葉が遅い| 「お友達とうまく遊べない| 「集団活動が難 しい | など、少しでも気になることがあれば、いつでもお気軽 にご相談ください。

「相談だけでも大丈夫?」

もちろんです!「何から始めたらいいのか分からない|「具 体的にどんなサポートが必要か分からないしという方も、 ぜひご相談ください。お子さまが自分らしく成長できるサ ポートを一緒に考えていきましょう。



他人にも興味が示せるようになり、 3年間利用 子育てへの自信回復につながった

年齢に対して言葉数が少ないことが気になり入所しました。先生の 名前を覚えて言ってみたり、お友達と関わろうとする姿勢が出てきたり と、好奇心が湧いてきているのを日々感じています。保育園では連絡 帳などでの先生からの指摘で自信をなくしていましたが、ブリッジは相 談をすると面談を設けてくれたり、都度アドバイスをくれたりします。

小学2年生 帰ってきた時の"楽しかった"という 感情が表情で分かるのがうれしい!

学校とは違う先生やお友達とのコミュニケーションから新たな刺 激を受けて、楽しく過ごしているように感じます。「楽しかった」と いう感情が放課後等デイサービスに行った後の表情で分かる のがうれしいです。親としても夕方の忙しい時間に余裕ができ、 子どもの生活に合わせて動けるようになりました。

会和7年4日 リニューアル ABA教室 オープン予定場所 葉市花見川区花園1丁目9-10 JR新檢見川駅 徒歩1分

応用行動分析

ABA教室でできること

ABAT保持者 多数在籍 ABA国際資格

望ましい行動を増やし、望ましくない行動を減らす

①できた!を増やす(=就園・就学を見据えたスキルの獲得) ②こだわり・問題行動を減らす ③保護者さまがお子さま専属のセラピストになれる

【お問い合わせはこちら】株式会社ダンデライオン経営推進課 tel.043-239-9696 千葉市花見川区南花園2-2-15 CI-23ビル503

10:15~11:00 215:00~15:45 当施設のプログラムや

1/13@ 25@

ABA事業所説明会

&個別相談

利用申し込みについて ご説明します!お申し込 みフォームにてご予約 いただけます。



児童発達支援/保育所等訪問支援

LINEはこちら 【利用お問い合わせ】 TEL: 043-239-9696



∖ 新検見川、幕張本郷、駅チカに事業所あり / 詳細・施設一覧はこちら

https://dandelion-bridge.com/bridge/

C GOOLab

ラボママ大墓集

趣味や子育ての情報などを共有したり、ママの「や ってみたい」の実現をサポートするコミュニティー 「ちいきラボ」。その「ちいきラボ」で、活動・活躍 してくれる「ラボママ」を募集しています♪

※「ラボママ」とは「ちいきラボ」に登録しているママの呼称です。



千葉県・埼玉県在住の 子育て中のママであること

応募はコチラ



ママの「やってみたい! |を実現!!

- 読者モデルとして紙面で活躍!
- ママ座談会で意見交換♪
- ■特技を生かして講師に!





お金のこと

子育てのこと

女性の困ったときの相談先

誰にも相談できないこともお気軽にご連絡ください ありのままで寄り添い、居場所をつくります

パートナーとの関係が不安定

子育てに疲れた 経済的に苦しい

誰かに話を聞いてほしい

受付時間(LINE)平日9:00~21:00

最大3営業日以内に LINE

おすびめの

千葉女性相談

ちょっと過ごす居場所がない ちょっと不安なことがある

ちょっと寄って話したい



千葉市若葉区西都賀3丁目 JR都賀駅近く

コスメや

F葉中央公園19:00~21:00 毎月2回 夜間巡回









ホームページ

千葉市の方専用ダイヤル (千葉市委託事業) ☎043-254-1788 【受付時間】10:00~22:00

NPO法人ダイバーシティ工屋

(市川市市川1丁目 2070-5544-1266)

※上記の3事業については、 千葉県からの委託で実施しています。

お返事します。

が目安です。

1回の相談は50分

誰かと話をしたい ご飯を食べたい 少しゆっくりしたい



women's base Tamro ウィメンズベース タムロ

習志野市津田沼4丁目 京成津田沼駅近く

お子さま連れでのご利用もどうぞ お気軽にご連絡ください!

Instagram



実施団体: 労働者協同組合 ワーカーズコープちば ₱047-411-6464 【受付時間】 平月12:00~18:00





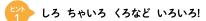
スマホでQRコードを かざしてね!



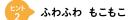


おやこであそぼ♪











おおきな みみが とくちょうだよ



ぴょんぴょん はねるよ







まっしろだよ



かためると おおきくなるよ



あたたかいと とけちゃうよ



そらから ふってくるよ







3つのテーマにあうものを、たくさん見つけよう!

親子で一緒に考えよう!

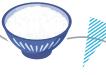


をさがそう!



みわたしてみよう!



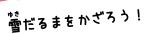






ぬりえあそび

* *







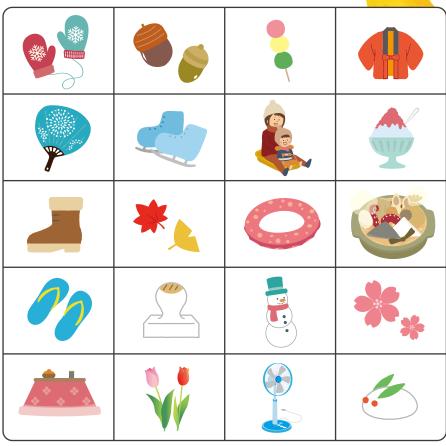
たの枠のなかに10こ、冬に合うものがあるよ!

覚っけたらOをつけよう!



たこあげも ふゆのアイテムだね! みんなしってるかな?





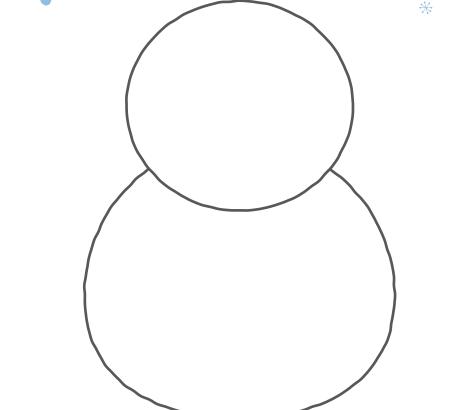


スマホでQRコードを かざしてね!































2025年 1 乙星

今年はどんな年になる? 星座ごとの運勢を大予測!

千葉占いの館千里眼 花鳥風月さん

https://senrigan.info/staffs/profile/3055

【占いの館 千里眼】日本全国に79店舗を展開 -している占いの館。クチコミで人気の占い師が、 総勢1.500人在籍。年間70万人の鑑定実績で、 恋愛や仕事などの悩みを希望の未来へと導く。





おひつじ座

やる気に満ちあふれた一年 自分の居場所、家族、所属し に。家族とのお出かけをたく ている所がリセットされて、 さん提案すると、楽しい一年 新しい場所が見つかりそう になります。 です。身軽でいることを意識 しましょう!

ラッキーカラー ダークレッド



目標を高く持つことで達成 できる年に。家族ともどんど ん新しい場所へお出かけす ると、さらに運気アップ!

□□ ポ ふたご座

水色



徐々に運気が上がっていき夏 ごろから最高潮に! 家族 も大切ですが、職場の仲間 や友人との関係も大切にす ると、さらに良くなるでしょう。

ホワイト



しし座

今年は、今まで頑張ってきた ことが達成できる年。後半は 人とのつながりを大切にする

と、さらに運気は高まります。 ラッキーカラー メタルカラー

好奇心から、あちこち動きた

くなりますが、家の中の整理

整頓や断捨離をすると運気

カーキ

が上昇します。



おとめ座

やぎ座

オレンジ

ブラック

横のつながりを大切にしな がらも、目標に向かって動い ていける時。職場でも活躍で きそうです!

家の問題が片付いて、楽し

いことがたくさん増えそうで

す。フットワークを軽くしま

しょう。今年は仕事よりも家

族や楽しみを大切に。

ブラウン



てんびん座

何かを始めるには良い年。新 しい目標を立てて動きま しょう。ご先祖様や家系から 受け継ぐものも出てきそう です。お墓参りは大切に。

ラッキーカラー バイオレット

追い風の年。転換期でもある

ので、やりたいことは迷わずや

ると運気が大きく変わります。

家族のやりたいことも応援し

てあげるとさらに運気アップ!



家や仕事が落ち着いてきそ う。パートナー、夫婦関係も 良好な年! 家族との時間

ピンク







うお座

家族との楽しい時間をたくさ ん作って、人気のスポットへ 行くと運気が高まります。自 分の楽しみも増えそうです。

みずがめ座





かぜはどこへいくの

風がやんだら?昼がおしまいになっ たら?いろいろなことのその後が 気になる小さな男の子。寝かしつけ ながらママが語る答えは、未来につ ながるやさしさにあふれていて…。

転がってくる子どもを抱き留めて

「散歩に行こう」。パパやママはぞう

くんになって子どもを押しながら。

シャーロット・ゾロトウ/文

ハワード・ノッツ/絵

まつおか きょうこ/訳

偕成社 1,320円

RECOMMENDED BOOKS FOR BABY & KIDS!

なかの ひろたか/作・絵

ぞうくんのおおかぜさんぼ

大風が吹く中、ぞうくんがご機嫌で

出かけると、友達が次々と風で転が

りながらやって来る。力持ちのぞう

くんに押してもらってみんなで散歩

に出かけるが…。

point!

6歳

福音館書店 1.100円



point!

絵本のシーンをまねてベッドに入 ってぬくもりを感じながら、語り かけるようにゆっくり穏やかに。



読み聞かせ

point!

いぬい とみこ/作 梶山 俊夫/絵 福音館書店 880円

かぜのおまつり

本のプロが選ぶ! おすすめ絵

かぜ フーホッホ

農

北風ピープー吹き荒れる冬。冷たいけれど、風が吹くからできる楽しいこともある。

そんな風の絵本を紹介しよう。

幼少期に目の光を失った作者が、風

の音を繊細な言葉で表現。本をめく

ったり、シーツをはためかせたり、

落ち葉を躍らせたりする音と、温度

の一世の一市の市

家の中、広場、竹林などそれぞれの

シーンを想像しながら。文に忠実

に、時に優しく、時ににぎやかに。

を感じる絵に引き込まれる。

三宮 麻由子/文

福音館書店 990円

斉藤 俊行/絵

50年以上読み継がれている名作。 保育園から一人で帰るふうこは、途 中でアケビやヤマブドウを見つけ る。「風のお祭りまでは取らないで」 と言われるが手を伸ばしてしまう。



読み関かせ

会話の部分はテンポよくリズミカ ルに。にょきにょき、ぶるんぶるん



新井 洋行/作 章心社 990円

かぜ びゅんびゅん

やさしく、ふわわ~、ぱたぱたぱた。 元気に、びゅるる一ん。いろいろな 吹き方の風を、豊かな言葉と絞った 色数でさまざまな風を表現。風たち の愛らしい表情にも注目して。



読み聞かせ Point!

風を受けた時の気持ちを込めなが ら。ぶおお一、びゅんびゅんと吹き 暴れる時は迫力のある声で。



tupera tupera/作·絵 Gakken 1,210円

かぜビューン

楽しいしかけ絵本。風が吹くと、タ ンポポの綿毛やバッチリ決めたへ アスタイル、鼻水やアイスクリームも 思いもよらない展開に。子どもから 大人まで爆笑間違いなしの一冊。



point!

子どもと一緒に声を合わせて元気 に「かぜ、ビューン」。勢いよくしか け部分をめくってワッハッハ。

読み関かせ

Point!

など想像力をかき立てるように。



NPO法人 時をつむぐ会/『本の家』高崎市中居町4-31-17 TEL.027-352-0006 10:00~19:00 水曜休 https://honnoie.com/ E-mail/honnoie@olive.ocn.ne.jp

四つのテーマカラーから一つ選んで、家族(パパママと子ど も)で、親子で、きょうだいで、リンクコーデを楽しんでいる写 真を送ってください! まま・ここっとの紙面で紹介します♪

赤・青・黄・緑・ピンク

テーマカラーから1色選んで、そのカラーを取り入れた「リ ンクコーデ」の写真1点と、【ペンネーム・選んだテーマカ ラー】を書いて、メールまたはLINFで送ってください。 ※何回投稿してもOK ※スナップ1点に対してカラーは1色 ※掲載号は編集部で決定

※画像が不鮮明・低画質などは掲載不可 ※LINEは友だち登録が必要です

投稿はコチラ! Mail mama.cocotto @chiikinews.co.ip







を育む絵本。

The present to readers



BASE FOOD BASE Pancake Mix



「てんさいを そだてる 20の しつもん」

現仏がい官 基刊 7 🗩 as 👢 📆

「この寝ているおじさんの頭をゴツンとしたのは誰?」「この牛

さんはどうやって風車の上にのぼった?」「このなかに銀行強盗

をした人がいます。誰だと思う?」など、想像力をかき立てる質

問がめじろ押し。自由に考えて、1枚の絵からいろんな答えを導

き出そう! 英国で絶賛された、子どもの想像力と自己効力感



1食(1袋)で、ビタミン、ミネラル、食物繊維など、体に必要な 33種類の栄養素を取ることができる「BASE Pancake Mix」 は、ふんわりしっとり食感。原材料にもこだわり、全粒粉や大 豆、米ぬかなど、主に自然由来の厳選した10種類以上を使用。 えぐみやクセのないやさしい甘みは、子どもから大人まで楽し めます。ドーナツなどにアレンジも◎。

G BASE FOOD



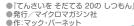
●ベースフード株式会社 ●東京都目黒区中目黒5-25-2

●価格/税込420円

- ●問/https://basefood.zendesk com/hc/ja/requests/new
- ※対象年齢は1歳~。栄養素を多く含むため 1食の摂取量の目安を確認ください







絵: クリスチャン・ロビンソン 訳:いしだみき

●価格/税込1,650円



応募締め切り/2025年2月28日

下記アンケートにご回答の上、QRコードの応募フォームより奮ってご応募ください。

- ①ご希望のプレゼント番号
- ②氏名、年齡、郵便番号、住所、電話番号

読者プレゼント応募方法

- ③お子さんの年齢
- ④[まま・ここっと]冬号を読んで良かったページとその理由
- ⑤その他のご意見・ご感想など



営業

伊藤翼

狩野希

白井悦子

高埜真子

田中直樹

佐久間菜摘

田沼和之

手貝洋平

星野公快

堀内幸司

中川ゆめな

デザイン ---

石塚重人

岡村佳奈

佐藤桃子

上甲達也

※応募いただいた個人情報は、プレ ゼント発送に使用する他、個人情報 を含まない、統計的な資料作成に 使用します。第三者に開示すること はありません。当選の発表は発送 をもって代えさせていただきます。

スタッフ

石井忠夫

稲村香那

井上晃

安瀬真純 鈴木智代

齋藤陽子 宮澤亮平

並木尚美

根本圭佑

丸田智晶

まま・ここっと vol.12 冬号 2025年1月10日発行 次回春号は2025年4月7日発行予定

ライター ――

半藤智津江

にこあい

森川佳代

発行元/株式会社 地域新聞社

発行人/細谷佳津年

営業統括/河野美咲

編集長/山口彩子

助監督/皆川まりな・小林菜摘

アートディレクター/蜂谷志穂

山下陽子

高橋あすか 製版・印刷

株式会社ジェイトップ

※本誌掲載の写真、イラスト、記事などの無断転載・複製・流用は固くお断りします ※「まま・ここっと」は、ご協力いただいております県内の幼稚園・保育園様から 子育て中のママたちに配布・頒布させていただいております。その他、県内の一部の施設や店舗に取り置きさせていただいております ※掲載されている情報は 2024年12月6日時点の情報になります

校正一

石渡英輔

渋田隼人

中里玲子

福林茉子

2 横浜アンパンマン こどもミュージアム招待券

「アンパンマンに会いたい」を叶える場所。ミュージアムフロア (有料)では、アンパンマンのステージを毎日開催。フロア内にあ る遊びエリアでは、アンパンマンの世界をリアルに体験できま す。無料で入れる1階では、限定グッズやフードのお買い物やお 食事も楽しめます。※最新情報は公式ホームページで確認を。



- ●横浜アンパンマンこどもミュージアム
- ●神奈川県横浜市西区みなとみらい6-2-9 tel.045-227-8855(10:00~18:00) ●2・3Fミュージアム

10:00~17:00 ※最終入館16:00 1Fショップ&フード・レストラン 10:00~18:00





「パイナップルをムダなくいただくチョコレート 。 | サステナブル パイン (ダーク∕ホワイト)| 🤏0 「バナナをムダなくいただくチョコレート サステナブル バナナ」

パイナップルの芯や食べられるのに規格外になるバナナをアップ サイクルした「サステナブルチョコレート」は、製菓のプロ向けチョ コレートメーカーが「人と社会にいいこと」をコンセプトに商品化。 フルーティーなパインとサクサク食感のバナナはチョコレートと の相性抜群! 千葉県のチョコレート工場で製造しています。



- ●日新化工株式会社 ●東京都中央区新富2-13-3 ●問/nk chocolaterie make@ nisshinkako.co.ip
- ●価格/各税込712円(サステナブル パイン) 税込594円(サステナブル バナナ)



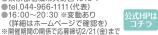


🗋 よみうりランド ジュエルミネーション

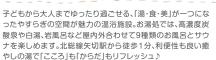
4月6日(日)まで「よみうりランド ジュエルミネーション2024」 を開催。開園60周年を迎えたよみうりランドを結婚60周年を祝 うダイヤモンド婚になぞらえ、「LIGHT is LOVE~ダイヤモンド 60セレブレーション~」がテーマで関東最大級のスケールです。 世界で活躍する照明デザイナー石井幹子氏がプロデュース。



- ●よみうりランド ジュエルミネーション
- ●東京都稲城市矢野□4015-1 ●tel.044-966-1111(代表) ●16:00~20:30 ※変動あり (詳細はホームページで確認を)









- ●笑がおの湯 松戸矢切店 ●千葉県松戸市下矢切115 •tel.047-312-4126 ●10:00~24:00(最終入館23:00) ※笑がおの湯をご利用の方は 3時間まで駐車場無料 ★おむつ交換台有





児童発達支援

グローバルキッズパーク



- 集団行動が苦手
- 発語が遅い・少ない
- かんしゃくをよく起こす
- ✓ 落ち着きがない
- 目が合いにくい
- 動作がぎこちない

お子さまの発達が気になっていたら 発達支援始めてみませんか?



ずりばいや発語のないお子さまから、就園、就学準備まで、多方面にサポート! 専門職スタッフが、お子さまの個性・特性に応じ、自立に向けたさまざまなアプローチをしています。



スタッフと一対一で課題にチャレンジ! 発語の促し、指先の使い方などさまざまな アプローチをしています。



異年齢のお友達とのレクリエーション を楽しみながら、ルールや順番を守る など社会性を育みます。



巧技台や大型遊具などで基礎体力を つけながら体の使い方を楽しく習得し

専門職スタッフ在籍総勢

言語聴覚士 作業療法士 理学療法士

千葉県店舗総勢、保育士37人在籍 **2024.

送迎あり

幼稚園 保育園 ご自宅

併用OK!

幼稚園 保育園 他事業所

お預かり

満3~6歳 幼児教育無償化対象

【無料体験受け付け中】発達のお悩みなどお気軽にご相談ください



児童発達支援 グローバルキッズパーク







市川大野店

八千代高津店

船橋夏見店

作新台店

園生町店

北国分店 市川市堀之内3-18-1

