HAPPY MEDIA 千葉で子育てを楽しむママたちのコミュニティマガジン

まま・ここっと
mama.cocotto

2023 vol.06 夏号
FREE MAGAZINE
ちば（中部版）
東証グロース市場【証券コード：2164】

巻頭特集

町中は不思議でいっぱい

Bon voyage!

さぁ冒険へ出かけよう！





LET'S GO!









- 子どもと行きたい！ちばの水遊び＆水辺スポット
- うれしさ倍！でも大変さも倍!?きょうだい育児どうしてる？
- 作って遊ぼう！手作りおもちゃ



千葉県民共済
生活協同組合
鎌田 祐司さん

県民共済 鎌田（かまだ） 祐司（ゆうじ）からの

えっ？まさか！が
起こりやすい夏休み

お子さまのための 万が一の備えはできていますか？

お子さまにとって待ちに待った夏休みがもうすぐですね。海水浴やキャンプなどお出かけ中のケガが心配です。またボール遊びでお隣の窓ガラスを過って割ってしまうなどのトラブルも起こりがち。そんな時に備えて助かる県民共済の「こども1型」の特長をご紹介します。

1日目の通院から保障

段差につまずき転倒して腕をすりむいてしまったり、ママと一緒に料理をしている時に油がはねてヤケドをしてしまったりなど、**こども型はケガによる通院を1日目から保障**します。骨折などで通院が長引く場合でも、1つの事故で90日まで保障されるので安心です。

※事故の日からその日を含めて180日以内の通院が対象



第三者への損害賠償にも対応

休みの時には幼稚園の新しいお友達の家に遊びに行った際に相手にケガをさせてしまったり、うっかりおうちの物を壊してしまったりすることもあります。そんな時に役立つのがこども型の「損害賠償」。**1事故につき最大100万円までの損害に共済金の支払い**があるので、万が一の時にはとても助かります。

※賠償責任額のうち1,000円は自己負担



こども1型 月掛金 1,000円

お申し込みは0歳～満17歳の健康なお子様　18歳以降は同額掛金の総合保障型へ継続

保障期間 0歳 → 18歳

入院	事故	1日目から360日目まで	1日当たり 5,000円
入院	病気	1日目から360日目まで	1日当たり 5,000円
通院	事故	1日目から90日目まで	1日当たり 2,000円
がん診断			50万円
手術（当組合の定める手術）			2万円・5万円・10万円・20万円
先進医療（当組合の基準による）			1万円～150万円
後遺障害	交通事故		1級 300万円～13級 12万円
後遺障害	不慮の事故（交通事故をのぞく）		1級 200万円～13級 8万円
死亡・重度障害	交通事故		500万円
死亡・重度障害	不慮の事故（交通事故をのぞく）		400万円
死亡・重度障害	病気		200万円
死亡・重度障害	重度障害割増（年金払い、最高で10回のお支払い）		1回につき 50万円
死亡・重度障害	犯罪被害死亡（ひき逃げ事故等）（重度障害を含む）		200万円
契約者の死亡	交通事故・不慮の事故（重度障害を含む）		500万円
契約者の死亡	病気（加入・変更後1年未満はのぞく）		50万円
第三者への損害賠償（1,000円は自己負担）			1事故につき支払限度 100万円

※自治体の医療費助成制度等により医療費の自己負担が発生しない場合でも保障の対象となります。

ご加入のお申し込みは… 簡単！便利！

スマホやパソコンのご利用が便利です！

パソコンをご利用の方は▼ 千葉県民共済 検索

スマートフォンをご利用の方は▶

県民共済からのお知らせです

YouTube

ユーチューブチャンネルを開設しました

千葉県民共済 チャンネル 検索



ここでは制度の概要を記載しています。くわしくはホームページをご確認いただくか、県民共済までお問い合わせください。

現在、Zoomを活用したオンライン相談を実施しております。くわしくはホームページをご覧のうえ、ご活用ください。（予約専用電話047-432-4113）

お問い合わせは
都道府県民共済グループ
千葉県民共済
☎ 船橋 047-432-8500（代）
受付時間 平日9:00～17:00
定休日 土・日・祝日
共済取扱団体/千葉県認可 千葉県民共済生活協同組合 〒273-8686 船橋市本町2-3-11
共済元受団体/厚生労働省認可 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。



生産者の思いを届けます

ちょっとでも「楽」になってほしい
目いっぱい「味」わってほしい



約42万人が選ぶ 安心の宅配生協

＼生活クラブの／

「安心・安全・おいしい」利用者の声

共働きなので、正直毎日の食事作りでいろいろ考えている時間がないんです。でも、生活クラブの食材は素材がおいしい！だから「焼くだけ」料理でも満足度が高い！ミールキットのクオリティーが高く、種類が多いのでいろいろ考える時間も削減できている！買い物に行く時間、献立を考える時間が減って、まさに時短 !!



Mさん家族

調味料一つとっても、とても丁寧に作られていて、どの食材も安心して買える。生活クラブに入ってから、より食事作りを楽しめるようになった。家族の健康を守っているような気がしてうれしいんです。



Yさん家族

＼ いま資料請求すると ／

選べる、無料お試しプレゼント！（試供品） 数量限定 8/31(木)まで

A. 材料まるごと 冷凍ミールキット



B. 豚肉味わいセット



C. 冷凍食材 お役立ちセット



お届けの際、生活クラブの説明をさせていただきます。

さらに ま・ここっと読者限定！



国産トマト100% トマトケチャップ プレゼント

限定プレゼントのお申し込みはコチラ▶

店舗（デポー）もあるってご存じですか？

デポーは誰でも加入してご利用いただけるお店です。直接手に取って食材を購入できます。お気軽にお越しください。

店舗情報はコチラ▶

未就学児ママさん 宅配手数料無料

ご利用方法は3通り

お一人でお申し込みできる「個別配送」と、グループなら割引でご利用できる「班配送」、直接品物を購入できる「店舗」があります。

＊個別配送はご加入から一年間、また、プレママ、お子さまが未就学児の方は小学校入学まで宅配手数料0円です。
＊配送を行っていないエリアがあります。

サステイナブルなひと、
生活クラブ

生活クラブ千葉 0800-888-7172（月～金9:00～18:00）

CONTENTS

まま・ここっと
mama.cocotto

vol.06
2023.夏号　発行部数50,000部



05 巻頭特集 町中は不思議でいっぱい
さぁ冒険へ出かけよう！

11 子どもと一緒にどこ行く？ おでかけナビ

12 子どもと行きたい！
ちばの水遊び＆水辺スポット

14 子育て家族をハッピーに おすすめSpot

16 これを知ればもっとおいしい！もっと楽しい！
すし銚子丸

18 ママのお悩み相談室 第6回

20 習い事・おけいこナビ

22 教えてDr.！
子どもの姿勢が悪くなる原因とケア

24 作って遊ぼう！
手作りおもちゃ

26 夏休みの救世主!? dキッズで解決
知育アプリとの上手な付き合い方

28 うれしさ倍！でも大変さも倍!?
きょうだい育児どうしてる？

30 本のプロが選ぶ！ 年齢別おすすめ絵本
「テーマ／これぞ夏！」

31 おやこであそぼ♪ かんがえるあそび

34 野菜をおいしくいただきます♪ ベジレシピ

36 読者プレゼント

まま・ここっと 設置場所MAP

まま・ここっと ちば版公式
Instagram

follow me

ママ4人が
制作の裏側や千葉の
おすすめスポットなどを
ゆる〜く紹介しています♪

@mamacoco_chiba

MAMACOCO_CHIBA

「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。

チイコミ!

ちいき新聞の公式ウェブサイト「チイコミ!」でも
ママ・パパに役立つ情報＆おでかけ情報をお届けしています♪

Pickup 01 千葉県の風車のある公園



Pickup 02 プロが教える！節約×お片付け術



https://www2.chiicomi.com/press/

R+house千葉若葉・緑は全国で活躍する建築家とあなたをつなぎます。

所属建築家は88名。
あなたの理想を伺って、その要望を
得意とする建築家とマッチング。
建築家に依頼すると高くなるのでは…
の悩みを解決する仕組みです。

【オーダー】
光の降り注ぐ家
自然の光を取り込んだ明るい家で家族が仲良く過ごせる環境づくりを。日中に電気をつけなくても明るいリビングが理想





小上がり畳スペースが特徴的なリビング。
吹き抜けも階段も気に入っています



使いやすさにこだわったキッチン



洗面台はオリジナル。
世界で一つだけの
作品に



収納力抜群の
シューズクローク

ご主人のこだわりは性能、奥さまのこだわりはデザインや居心地。数多くの動画や資料を基に調べあげた上で相談されたというご夫婦。気密性を表すC値を測定し、高断熱性を表すUA値が日本の省エネ基準を大きく上回っていること、また耐震等級3を取得していることを条件にメーカーを選んだのだとか。リビングの吹き抜けや階段のデザイン、素材の使い方などにも理想があり、それを全てかなえてくれた建築家、織田先生との出会いはまさに運命。施主の要望を聞いた上で88名もの建築家の中からオーダーに合った人を紹介してくれる、画期的なサービス、それがR+houseです。



\ 私が担当しました /

R+house MEISTERSCLUB



織田 遼平
Oda Ryohei
織田建築設計室/
ODA DESIGN ATELIER
（神奈川県）
URL :
https://www.oda-atelier.jp/

Profile

1984年 神奈川県生まれ
2007年 中央大学理工学部土木工学科卒業
2007年 現場監督として分譲住宅メーカーに勤務
2010年 デザインファーム建築設計スタジオ入学
2012年 彦根建築設計事務所入所
2019年 織田建築設計室/
ODA DESIGN ATELIER設立
趣味 音楽、映画、落語



R+house
千葉若葉・緑
千葉市緑区誉田町3-78
TEL: 043-291-0161／FAX: 043-291-2846
大金興業株式会社

動画 ルームツアーはこちら

他の事例も見られます! モデルハウス見学はこちら

巻頭特集

町中は不思議でいっぱい

さぁ冒険へ出かけよう！



特別な所に行かなくても、特別な事をしなくても、ちょっと視点を変えるだけで見慣れた風景も何げない物も特別な物に。そんなふうに見てみると、町中は「謎」や「面白い」であふれてる！どんな出合いが待ってるかな？さぁ出かけよう！

撮影／山下陽子（P.5～P.7）



体験したのは
ラボママ ひろみママ・敏之介くん（4歳）
賢太朗くん（6歳）・輝之介くん（4歳）

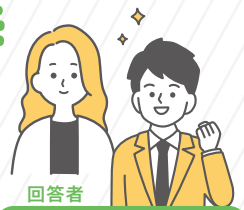
＼クレファスの保護者に聞いてみた！／

プログラミング学習で成長を感じた時



まま・ここっと編集部 あゆ

必修化されたプログラミングですが、われわれ親世代にはなかった授業ということもあり、「何をすればいいか分からない」「何のために勉強するの？」などの疑問も多いはず。今回は実際にお子さんをロボット科学教育 Crefus 柏校/津田沼校に通わせているママに聞いてみました！正直な話、プログラミング学習って本当に必要？



回答者
しゅうじママ　しゅうじくん

Q1 始めたきっかけは？

Ⓐ 広告に「レゴでロボットを作りプログラミングで動かす」とあり、物作りが大好きな息子にピッタリだと思いました。

Q2 通わせる前と後、お子さんの変化は？

Ⓐ 通う前は引っ込み思案だったのが、クレファスに通い始めて「Crefus Cup」や大規模な「FIRST LEGO League」というロボット競技会に参加し、競技やプレゼンを経験するうちに、中3と高2で生徒会長になるほど自信がつき、積極的な性格になりました。

Q3 クレファスだから良かった点はありますか？

Ⓐ 全国各地に教室があり競技会の規模も大きく、さまざまなロボットの工夫を見ることができるため、良い刺激になります。また、保護者招待の発表会があり、人前でしっかり説明ができるようになりました。中高の授業でもプレゼンがあり、PowerPointを使いこなしていたのも印象的でした。プログラミングでロボットを思い通りに動かすには実験と修正の繰り返し。試行錯誤していく中で根気強くなりました。なにより本人がとても楽しく通ってくれました。



実際の授業をのぞき見

クレファスの授業はレゴ® 教材を使います



子どもの集中力にびっくり！50分間飽きる間がない、充実した授業でした！



ポイント1 レゴ® エデュケーション SPIKE™ Essential（SPIKE™ベーシック）を使い、答えを【予想し】、【調べ】、【考え】、【動かす】ことで、思考力や問題解決力、集中力を養います。

ポイント2 発表会の準備をすることでプレゼン力が高まるほか、コミュニケーション力・表現力なども身に付きます。

＼少しでも気になった方まずは体験から／

無料体験
申し込みはコチラ

年長～中3対象
夏期プレスクール
今なら入会金 0円!

crefus クレファス

津田沼校 TEL:047-472-0987
船橋市前原西2-12-3
PINE SEA TSUDANUMA 2階　津田沼駅徒歩4分

柏校 TEL:04-7197-5358
柏市旭町1-6-4　島田ビル3F-A
柏駅徒歩2分

無料体験申し込みでLEGO®ダックプレゼント
※1枚1家族まで可 ※他券併用不可
期限 23.8.31 Crefus津田沼校・柏校
まま・ここっとvol.06

船で出発！どんな景色に出合えるかな？

「海だー！」と目の前に広がる大海原にはしゃぐ、賢くん、輝くん、敏くんの3兄弟。真夏の強い日差しを受け、これから始まる冒険の旅にワクワクドキドキ。

「船があったよ！」「あれに乗るんじゃない？」と、冒険へと連れて行ってくれる旅客船「あるめりあ」を発見。今回はこの「あるめりあ」に乗って千葉港をぐるりと一周する「千葉港めぐり観光船」に参加することに。海の上から街を眺めてみたらどんな景色に出合えるのかな？

「乗って楽しく、見て学べる観光船」として子どもから大人まで幅広い層に人気の「千葉港めぐり観光船」は、千葉ポートサービスが企画・運営しており、1日2便毎日運航している。「海上からは工場や食品コンビナートを眺めることができるのですが、いろんな形の建物や大きなクレーンなど、ここならではの景色が楽しめます」と話すのは2022ちばポートアンバサダーの鈴木海那（みいな）さん。今回の船の案内人でもある海那さんと共にいざ出航！



近くで見ると大きいぞ！



3人並んでジーっと見つめる先には…



海だー!!

旅客船ターミナルのあるウオーターフロントの入り口に到着

旅客船あるめりあを発見！





どんな魚がいるのか観察だ！



チケットを購入したら待ち合いスペースの大きな水槽で魚を眺めながら乗船待ち

さぁ冒険へ！





「まだかな〜」と出航待ち中



「大きい！」「早く乗ろう！」とあるめりあを前にテンションアップ



船が動き出すと「気持ちいい〜」「速い！速い！」「ママ、あれなに？？」と3人とも大興奮

なんだか動物や恐竜みたい！



「キリンみたい」「イスだよ」と不思議な形のクレーンに想像が膨らむ賢くんと輝くん

次は街に出て冒険だ！



「楽しかった？」「うん！」と大満足の3人。この夏1つ目の冒険は終了だ！



恐竜？キリン？巨大な〇〇と出合う旅

「風が気持ち良いね」と涼しい風を肌に受け景色を眺めるひろみママ。3兄弟は「みて！恐竜みたい！」「うわーおっきい！」と大興奮。海をぐんぐん進む船からは、カップケーキのような建物やキリンやカメのような形をした巨大クレーン、そして千葉港のシンボル・ポートタワーなどが見え、どれも巨大なので、なんだか小人になった気分。「カモメのいる時季は船に乗りながらエサをあげることもできるんですよ」と海那さん。「子どもたちにとっては建物やクレーンが動物や恐竜に見えたみたいで冒険気分をたっぷり味わえました。今度はカモメの時季にまた来たいです」





海から見えたよ！

こーんな景色







冒険の案内人

不思議な形をした建物やクレーンにご注目！

2022
ちばポートアンバサダー
鈴木海那（みいな）さん
※通常の運行時では海那さんは乗船していません

今回乗船したのは…

千葉港めぐり観光船

千葉中央ふ頭を40分間周遊。工場や食品コンビナート、コンテナターミナルなどユニークな工場めぐりの船旅として人気。



運航日／毎日　出航時間（予定）／11:30・13:30（40分間）
料金／大人1,200円、子ども（小6まで）600円 ※同伴する大人の人数分幼児無料
※団体料金、セット料金などはHPで確認を　※天候により欠航となる場合あり
住所／千葉市中央区中央港1-20-1 ケーズハーバー1階
TEL043-205-4333　千葉ポートサービス（9:00〜18:00）
https://www.chiba-port.com/

見つけてみよう！

“なんだこれ!?”

町中の不思議10選

見慣れた町も旅先で訪れた町も、ちょっと立ち止まってよ～く見てみると、不思議な場所や謎な物がいっぱい。町中の「なんだこれ!?」を見つけに出かけてみよう！

01 国道16号沿いに突如現れる「モアイ像」

柏市



柏市大井の国道 16 号大井交差点付近に現れるモアイ像。その数なんと 22 体！柏市の老舗石材店を営む濱島寿一さんが「人々を笑顔にしたいから」という思いから設置したもの。

複数で並ぶと不思議さ倍増！

02 「埴輪（はにわ）」がお出迎え！「芝山はにわ道」

芝山町



数多くの遺跡が発見される遺跡の宝庫・芝山町。この町を通る県道 62 号の両脇には、人や馬などの形をした「埴輪」が並び、「芝山はにわ道」の愛称で親しまれている。



03 「流山市総合運動公園」の トーテムポール

流山市



大型の複合遊具に木製アスレチック、SL の展示などがあり子どもたちに人気の公園内に、50基のトーテムポールが。これは 1991 年に開かれた「トーテムポール国際大会」の名残とのこと。

流山市野々下 1-40-1

04 赤じゃない!? 丸型ポスト

九十九里町



青色は「海の駅九十九里」に、白は銚子にある犬吠埼灯台前に、黄色は習志野郵便局に設置されており、投函はもちろん可能！レトロな見た目と珍しいカラーで撮影スポットとしても人気。

いつもと違うだけでワクワク！

習志野市



銚子市



05 足元に見つけたコアラとふくろう 松戸市のマンホール

松戸市



コアラと市の鳥・ふくろうが描かれた松戸市のデザインマンホールは、姉妹都市オーストラリア・ホワイトホース市との交流 50 周年を記念し制作されたもので、松戸駅にある商業施設「キテミテマツド」前に設置されている。地域に関連する絵が描かれたデザインマンホールは県内に複数設置されているので探してみるのも楽しい。

06 開放感ありすぎ!?なアートなトイレ Toilet in Nature

市原市



一般的なトイレのイメージを覆すのが小湊鉄道の飯給（いたぶ）駅にある女性用トイレ。その広さは 200 ㎡というから驚きだ。実はこれ、世界的に活躍する建築家が設計したアート作品なのだ。

市原市飯給 941-1

07 巨大なふくろうにびっくり！「千葉駅前交番」

千葉市



どうしてこうなった？もはやミステリー

建物のデザインも不思議が隠れてる

JR千葉駅の東口を降りると左手に見える巨大なふくろう。こちらの正体は「交番」。市内を走るモノレールの支柱を人工の森に見立て、「森の番人」として親しまれているふくろうをモチーフにしたのだとか。

千葉市中央区新千葉 1-1-2

08 「龍角寺」に祭られている 小龍の頭部のミイラ

栄町



龍や妖怪伝説は未知との遭遇

写真提供／天竺山寂光院龍角寺

雨を降らせて人々を救った小龍の伝承が残る栄町。同町にある古寺「龍角寺」には小龍の頭部のミイラが祭られている。

印旛郡栄町龍角寺 239

※通常は一般公開されていません

09&10 生活の中に潜む 名産・落花生

千葉市



意外と町には落花生があふれてる!?

JR 千葉駅の駅構内にあるベンチと乗車位置マークに落花生のデザインが。さらに京成千葉駅近くの歩道に設置されたポールの上にもちょこんと落花生！

※一部の内容は『ちいき新聞』で過去に掲載された「地域の謎」を基に作成

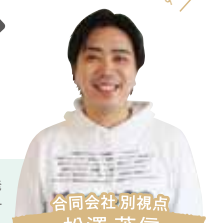
ADVENTURE SHOPPING HOME

「視点」を変えると広がる世界

街歩きの極意



教えてくれたのは



合同会社別視点
代表 松澤 茂信さん

まだ世の中にない「別視点」を創出する「問題発見」型サービスをもとに、地域や企業のプロモーション、ツアー・イベントの企画・運営などを行う
https://betsushiten.com/

ちょっと視点を変えて街を歩けば、いろんな発見や面白い出合いが待っている！

街中に潜むミステリーを解き明かす



街の中って「なぜ？」みたいな状況や「なんで？」と思わず目を止めてしまう店名などが結構あって、それって街中のミステリーだと思うんですよね。そういった謎を解き明かすのも楽しいですよ。お子さんと一緒に変わった看板を見つけたらインターネットで調べてみたり、直接お店の人に聞くのもいいと思います。店名ってお店にとってとても大事なので、そこにはバックストーリーがあるはずなんです。そういう視点で街を見て、一歩突っ込むことで「面白い」ことに出合えます。あとは「見立ての視点」もお勧めです。例えば大きな電柱が恐竜に見えるとか、マンションの窓の形が顔に見えるなど、そういった視点で探すのも楽しいですよ。

また街中に生えている植物に視点を向けてみるのも一つです。「路上園芸マニア」の村田さんという方は街中に繁茂している植物をめでて楽しんでいる方なんですが、その人にとっては駅の側道に生えている草花にも一つ一つ名前があって、それぞれの特性によって生えるべくして生えているのでとても面白い光景なのだそうです。「何の植物だろう」と興味を持って調べてみると、雑草と呼んでいたものにも名前が付き、どういう過程でそこに生えているのかが見えてきたりするので、こういった視点から始めてみるのもいいかと思います。

気持ちによって見える世界は変わってくる

視点はきっかけです。そこから気になったり、好きになったり、面白いと思ったり、そういった気持ちによって見える世界は変わってきます。そしてその対象は何であってもいいんです。さまざまなマニアの方との活動を通して、世間一般に「面白い」や「きれい」とされているものじゃないものも自分の観点で「面白い」「きれい」と決めていいということに気づかされました。子どもってまだ「面白い」とか「きれい」の一般的な基準があるわけではないので、その子が面白いと思う事や物がその子なりの視点であり、別視点につながっていると思います。何か一つでも面白いなとかきれいだな、好きだなって思ったらもうそれで十分。ですので街を歩いていてお子さんが気になったことがあれば一緒に足を止めて、考えたり調べたり、そういった時間を持ってみてください。そして「楽しむ」というマインドが重要なので一緒に街歩きを楽しんでください。

36人のマニアによる街歩きの極意がつまった決定版！



『マニア流！まちを楽しむ「別視点」入門』
編集／合同会社別視点
発行／学芸出版社
価格／税込2,200円

子どもと一緒にどこ行く？

おでかけナビ

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！

柏市　柏駅東西中心街

第43回柏まつり2023



本場青森のねぶた師が造形した迫力満点の「ねぶた」を見られるのはこのまつりならでは。他にも柏おどりやみこしパレード、音楽の街・柏を象徴するステージイベントなどめじろ押し。

住 柏市柏1 時 7月29日（土）、30日（日）15:00～21:00
※各イベントの詳細はホームページで参照を P 無
問 04-7162-3315　柏まつり実行委員会
https://www.kashiwa-cci.or.jp/other-organizations/kashiwamaturi

佐倉市　佐倉ふるさと広場

風車のひまわりガーデン



オランダ風車と青空を背景に元気いっぱいに咲く約1万5千本のひまわりは圧巻！開催期間中は印旛沼で観光船の運行やひまわり摘み取り販売も行われ、夏の思い出作りにぴったり！

住 佐倉市臼井田2714 時 7月8日（土）～7月23日（日）9:00～16:00 ¥ 入場無料。ひまわり摘み取り販売（1本100円／1人2本まで）※開花状況により中止の場合有　観光船乗船料金（大人1,000円・小中学生500円・未就学児以下は無料）※運行日時はホームページを参照 P 有（無料）問 043-486-6000
佐倉市観光協会　https://www.sakurashi-kankou.or.jp/event/

千葉市　千葉ポートタワー

夏休みフェスタ2023



クラフト教室や子ども縁日、紙芝居公演など親子で楽しめる企画が盛りだくさん！さらに絶景が眺望できるタワー屋上の特別開放や千葉ポートタワーと観光船共通パスも発売される。

住 千葉市中央区中央港1 時 7月22日（土）～8月27日（日）の土日祝・お盆期間に開催※千葉ポートタワーの開館時間は9:00～21:00（季節によって異なる。最終入館は閉館30分前まで）※各イベントの詳細はホームページで参照を ¥ 大人420円、小中学生200円、未就学児以下無料 P 有（無料）
問 043-241-0125　千葉ポートタワー　https://chiba-porttower.com

長生郡　新浜海岸

一宮町観光地曳網



一宮町指定文化財でもある地曳網漁は九十九里地域ならではの伝統漁。太陽がまぶしい夏の海岸で家族一緒に漁師気分を味わおう！とれたての魚は家に持ち帰ってもOK。

住 長生郡一宮町一宮（新浜海岸）
時 7月30日（日）、8月6日（日）、8月13日（日）10:00～
¥ 無料 P 有（一部有料）
問 0475-42-1425　一宮町観光協会　https://www.ichinomiya.org/

印西市　牧の原モア 陽の広場他

モアマルシェ



陽の広場には「クルマdeピアノ」が登場し、スペシャルゲストによるピアノライブが楽しめる！またいろんな工作ができる「自由研究」やキッチンカーなどが並ぶ「マルシェ」も開催。

住 印西市牧の原1-3 時 7月29日（土）10:00～15：00※自由研究は要事前予約。詳細はホームページで参照を P 有（無料）※第1、第2ゲートは有料（3時間まで無料）問 0476-20-5775　モアマルシェ運営事務局
https://www.makinohara-more.com/

千葉市　さんばしひろば

さんばしまつり2023



複合リゾート施設「ケーズハーバー」前のさんばしひろばに、キッチンカーや屋台が並び、海を見ながらグルメに舌鼓。さらに水上ナイトショーやステージイベント、ビアフェスも開催！

住 千葉市中央区中央港1-20-1 時 8月20日（日）10:00～21:00※荒天などで延期となった場合は9月3日（日）に開催 P 近隣にコインパーキング有 問 043-245-5348　千葉市みなと活性化協議会事務局（平日9:00～17:00）https://chibaminato.jp/sanbashimatsuri

※情報は2023年5月25日時点のものになります。状況によって中止・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。

子どもと行きたい！

ちばの水遊び&水辺スポット

ひんやり気持ち良いじゃぶじゃぶ池やプール、涼を感じられる小川など夏の遊び場を紹介！

アイコンの説明

有料 / 無料駐車場 / 有料駐車場 / トイレ / おむつ替え台 / 売店 / カフェ / レストラン / 未就学児要付き添い

※時間や料金など各園・施設の詳細についてはホームページで確認ください。また駐車場台数が少ない場合は公共交通機関をご利用ください。

白井市 白井市民プール



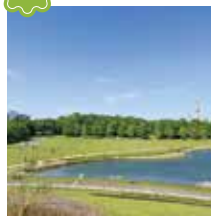
1周150mの流れるプールや全長91mと62mのチューブ型スライダー、水深0～40㎝の幼児プールなど充実の設備がそろう屋外プールは、9月10日(日)までの期間限定！

※幼児用プールのみ水遊び用のおむつの上に水着着用で利用可能

住 白井市神々廻1701-1
問 TEL047-492-3113 白井市民プール

HP

印西市 北総花の丘公園



園内は5つのゾーンに分かれており、「都市の景ゾーン」には修景池が、「水の景ゾーン」には調整池があり、涼しげな水辺の景色を眺めながら野鳥観察も楽しめる。

住 印西市原山1-12-1
問 TEL0476-47-4030 北総花の丘公園管理事務所

HP

野田市 のだしこども館 supported by kikkoman



園庭の水遊び場（夏期10：00～15：00・昼休憩有）の他に、館内にはボールプールやバランス遊具などもあり未就学児が楽しめる設備やイベントが満載！

住 野田市清水1122-1
問 TEL04-7189-7961 のだしこども館 supported by kikkoman

HP

松戸市 21世紀の森と広場



東京ドーム約11個分の広大な敷地内には、水鳥が飛来する「千駄堀池」や、水遊びやザリガニ釣りを楽しめる小川があり、目いっぱい自然に触れ合える。

住 松戸市千駄堀269
問 TEL047-345-8900 21世紀の森と広場管理事務所

HP

流山市 野々下水辺公園



自然豊かな園内には、小川の雰囲気を再現した水辺があり、せせらぎを聞きながらのんびり散歩が気持ち良い。また小川をのぞいてザリガニなどの生き物を探すのも楽しい。

※水の中に入る事はできません

住 流山市野々下2-1-2
問 TEL04-7150-6092 みどりの課

HP

我孫子市 手賀沼親水広場



自然豊かな手賀沼を眺めながら遊べるじゃぶじゃぶ池（7月下旬～8月予定）は、水深が浅いので水遊びデビューにもおすすめ。すぐ近くには水で遊べる遊具もあり大人気。

住 我孫子市高野山新田193
問 TEL04-7184-0555 手賀沼親水広場・水の館

HP

柏市 北柏ふるさと公園



夏になると多くの子どもたちでにぎわいを見せるじゃぶじゃぶ池は公園の人気スポット。噴水が出たり、階段状になっていたりと多様な遊びが堪能できる。

※おむつ・水遊び用のおむつを着用しての利用不可

住 柏市呼塚新田字南道灌橋205他
問 TEL04-7160-3120 一般財団法人柏市みどりの基金

HP

市川市 南行徳公園

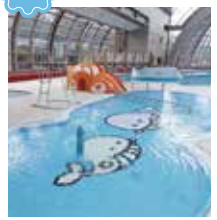


築山の斜面を流れるせせらぎは水深が浅く安心して水遊びができる。7月20日(木)～8月31日(木)には園内の25mプールとミニプールがオープン（無料。9：30～17：00※金曜閉場、7/21・8/11は開場）。

住 市川市相之川4-1
問 TEL047-712-6367 公園緑地課

HP

千葉市 こてはし温水プール



天井がガラス張りの開放的な屋内プール内には、流水プール、子ども用プール、ウオータースライダーなどがあり一年中楽しめる！

※おむつが完全に取れていない子どもの利用不可

住 千葉市花見川区三角町750
問 TEL043-216-0090 こてはし温水プール

HP

船橋市 ふなばしアンデルセン公園



水深約50㎝の「にじの池」は、晴れた日には虹がかかり子どもたちに大人気！7月15日(土)～8月31日(木)にはメルヘンの丘ゾーンにひまわり迷路も登場！

※おむつが完全に取れていない子どもの利用不可

住 船橋市金堀町525
問 TEL047-457-6627 ふなばしアンデルセン公園

HP

習志野市 茜浜緑地



潮の香りと海風を肌で感じられる気持ちの良い海辺の公園は、お散歩をするのにぴったり。天気が良ければ富士山や美しい夕日を見ることも。

住 習志野市茜浜3
問 TEL047-451-1151 公園緑地課（内線277）

HP

浦安市 浦安公園



園内の「ゆうゆう広場」には、水遊びができる噴水があり、7月中旬～8月末（9：00～16：00）まで楽しめ、子どもたちは大喜び。郷土博物館が近くにあるのもうれしい。

住 浦安市猫実1-2
問 TEL047-351-1111 みどり公園課

HP

八千代市 セントラルスポーツ生涯学習プラザ（八千代市総合生涯学習プラザ）



25mプール、子どもプール、マッサージプールがあり、小学生から利用可能（保護者同伴であれば0歳から利用可）。また、ベビーや幼児向けの水泳教室も開催されているので、習い事にも◎。

住 八千代市ゆりのき台3-7-3
問 TEL047-487-3719 セントラルスポーツ生涯学習プラザ

HP

安心の業者・施設紹介サービス

ちいき新聞のお手伝い

リフォーム業者　有料老人ホーム　直送おやさい・米　etc.

満足度 95%超

実は『ちいき新聞』は、新聞で情報を発信するだけでなく、
【皆さまと地元業者・施設・農家とをつなげる取り組み】も行っています。
業者・施設探しでお悩みの方へ審査を通過した専門の業者・施設を無料で紹介!

※満足度は2020年3月13日現在の「ちいき新聞のお手伝い」で紹介した業者・施設と契約に至った利用者に対するアンケート調査で「満足」と答えた人の割合。　※毎月約100人の方にご利用いただいております。

利用方法

1 お問い合わせ
まずは下記の電話番号かWEBからお問い合わせください



2 詳細のご確認
ご要望内容の詳細についてお伺いさせていただきます



3 業者・施設のご紹介
ご要望に沿った業者・施設を紹介いたします
＊老人ホームの見学には相談員が同行します



審査を通過した専門業者・施設を『ちいき新聞』が無料紹介!

1. WEBフォームからのお問い合わせ（24時間受付）

ちいき新聞のお手伝い　検索　スマホで簡単申込♪詳しくはWEBサイトをチェック▶

2. 電話でのお問い合わせ（9:30～18:00・土祝もOK!）

外壁塗装
0120-033-231
外壁・屋根塗装工事など！最大3社紹介

内装・リフォーム
0120-775-020
キッチン・浴室・・和室・洋室など！最大3社紹介

外構・エクステリア
0120-110-903
駐車場・塀・庭・ウッドデッキなど！最大3社紹介

解体工事
0120-023-590
空き家・建て替え・店舗解体。最大2社紹介

シロアリ駆除予防
0120-567-240
ネズミ・トコジラミなどの駆除も。最大2社紹介

不動産査定
0120-266-337
資産処分・住み替え売却など。最大3社紹介

千葉県限定
㈱地域新聞社運営

※お教えいただいた個人情報は加盟業者のお見積もり作成、及びそのお見積もりに関する連絡などに限定して使用。詳しくはサイト内の利用規約をご確認ください。まずは、詳細確認のためにお申し込みされた方と電話でお話しさせていただきます。その後、加盟業者への連絡は地域新聞社が代行します。　※本サービスでは審査を通過した業者のみを紹介します。ただし、その後の業者との取引の責任を負うものではありません。

矯正歯科

口の健康から全身の健康へ

成長とともに気になる虫歯や歯並び。たけうち矯正歯科は、矯正担当医による丁寧な治療で歯並びを治します。



▲ 健やかな歯の成長を応援します



▲ 野口梨磨院長

幼児期の相談で多い、
乳歯列期の反対咬合（受け口）。
下の歯が上の歯より前に出ている状態です。
食べにくい以外にも、発音がうまくできないなどで悩むことも。将来的に矯正治療を検討する場合は、早めに相談しましょう。

WEBはコチラ

市川市行徳　歯医者
たけうち矯正歯科クリニック
☎047-358-8411　予約優先
住 市川市行徳駅前1-20-10 YTビル1階
（行徳駅北口徒歩2分）
休 水午前・木・日・祝



子育て家族をハッピーに

おすすめ Spot

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！

※表記の価格は税込価格です。

ダイエット　耳つぼ　産後太り

産後太りに！運動不要のダイエット

育児や家事で忙しいママ。痩せたいのに運動する時間がつくれない方、1人だと続かない方。健康管理士の先生と一緒にダイエット始めませんか？





▲ Kさん40代 3カ月-10kg（58kg→48kg）▲ 健康管理士 加藤先生

完全プライベートサロン
子ども連れOK♪
耳つぼを刺激することで食欲やストレスを抑え、代謝を上げる耳つぼダイエット。
耳のつぼに、金の粒をテープで貼るだけですので痛みは一切ありません。

WEBはコチラ

八千代市　ダイエット
耳つぼダイエットサロン 綺麗～Kirei～
☎0120-335-136　予約優先
住 八千代市勝田台1-4-18　蛭間ビル201号室
営 10:00～20:00（最終受付 19:30）
※時間外応相談　休 日・祝

チェック!
初回限定
カウンセリング無料
ダイエット体験 1回無料
期限 '23.8.31



ダイエットに運動は不要です。



結果の出ないダイエットは卒業しませんか？

自らの経験と過去のデータを基に結果としてお返しできるよう、丁寧にサポートさせていただきます！どんな小さな事でもお気軽にご相談ください！

健康管理士 加藤先生

耳つぼセミナー
大好評！
開催中！

耳つぼ先生になりませんか？
★自宅サロンや店舗オーナーなど開業まで完全サポートします！副業で始められる方、増えてます！
★設備投資がほとんど要らず、女性が多く活躍しています！
笑顔をつくるすてきなお仕事です！

これを知れば
もっとおいしい！
もっと楽しい！

すし銚子丸

千葉県発祥のおすし屋さん、すし銚子丸。特に最近、今まで以上にまま・ここっと世代の間で人気が高まっています。これを知れば普段の外食がさらにおいしく、楽しくなるはず！



リポートしてくれるのは…

ラボママ 太田 裕子ママ　莉奈ちゃん(3歳)

最近莉奈ちゃんは少しずつ食べられるものが増えてきた。ママは昔から銚子丸の大ファン。

莉奈ちゃんの好きなネタ：納豆巻き・穴子

ママの好きなネタ：ウニ・とろたく



教えてくれるのは…

商品部長 武知さん　職人歴 28年

現在は本部で仕入れ、商品開発部門で全店舗を支えている。

好きなネタ：まぐろ(赤身)・光り物

魅力その1 ネタの厳選力！



銚子丸 人気ネタランキング

1位 文句なしの銚子丸の看板商品
オーロラサーモン



2位 名バイプレーヤー的存在
いか



3位 子どもから大人まで！の鉄板ネタ
いくら軍艦



銚子丸には仕入れ専門部隊があって、豊洲市場をはじめとする**全国の市場から毎日情報を集め**、その日の良いネタを仕入れます。**豊洲には毎朝直接買い付け**に行き、その日入った良いネタをお客さまにタイムリーにお届けしています。



番外編 プリン

ファン多数の完全オリジナル
1回食べたら癖になる、
固めのプリン



今が旬！ **活け(い)あわび**



季節商品も充実

魅力その2 職人の技術力

知りたい！



解体ショー

目の前で握る！
それが銚子丸スタイル！





店内パフォーマンスも充実
通称「駅弁」



数量限定のネタや
その日しか入らない希少なネタは
その場で職人自ら紹介！

※不定期開催。詳細は各店舗にお問い合わせください。



Q どうしたらすし職人になれますか？



A 何回も何回も練習して、合格した人だけがみんなに食べてもらうおすしを握れるんだよ。最低でも2年、それ以上かかる場合もあるよ。

Q どんな道具を使いますか？

A 包丁は3種類を使い分けるよ。



柳刃包丁　お刺し身を切る

牛刀包丁　硬い物や野菜などを切る

出刃包丁　魚をおろす

魅力その3 ファミリーに優しい

- **子どもメニューはサイズ感にもこだわり!**
  お子さまには食べやすいサイズにカットしてご提供できます
- **お誕生日にはデザートサービス**
  お誕生日前後1週間は選べるデザートプレゼント
- チーパス提示で
  デザートorソフトドリンクサービス(小学生以下)
  ※ご利用の際は従業員にお声掛けください　※お子さま1人につきどちらか一つ

実食!!

食べたのは…おこさまセット

おこさまセットはガチャピー付き



ココにも職人の工夫が!

★ネタの表面がしっかり見える盛り付け
★色のバランスを考えた配置

660円
(税込726円)

さあ、おいしい舞台へ

すし 銚子丸

直送 銚子港

県内34店舗

店舗検索はコチラ

「子どもとの時間」「自分のキャリア」両方手に入れる！



公文式　柏の葉キャンパス教室
山田 先生

子育て経験が生かせる仕事見つけた！！

くもんの先生になって イキイキ働きませんか？

Vol.5

スタート時は 子どもが2人とも未就学児で忙しかった〜。 でも、あの時の決断は間違っていなかった。

公文の教室をスタートしたのは子どもが6歳と3歳。２人とも保育園の頃。今思うと、よくやっていたな〜とわれながら感心します(笑)。実家の母も仕事があって忙しくしていたので、頻繁には頼れず、保育園とファミリーサポートを活用していました。正直、仕事を始めること自体、もう少し先だと思っていましたし、ましてや自分の教室なんて！でも今思えばあの時の決断は間違っていなかった。保護者はもちろん、スタッフも子育て中の方が多く、家庭で急な対応が必要なときは、たくさん助けていただきました。公文の教室全体が子ども思いの現場なので、生徒さん、自分の子どもたち、両方を大切にできる。だからこそ続いたのだと思います。



多くの先生方が活躍中！
エピソードはコチラ

ママの働き方改革！ 仕組みとフォローが充実。だから続けられる！

その1 教室日が週2日
その他の日は、家事・育児に集中できます。子どもの習い事の送迎にも支障ありません。

その2 育児経験がキャリアとしてそのまま生かせる
教育業界にいなくても「未経験」ではないんです。子育て経験がキャリアになります。

その3 自分のライフスタイルに合わせた働き方ができる
上の子が中学生になった今、教室の終了時間を少し延ばしました。

子どもが3歳と6歳！
始めた当時の1日のスケジュール

公文がある日（月・木曜日）

7:00	子どもたち送り出し 家事
10:00	教室準備 採点や受け入れ準備 スタッフとの打ち合わせなど
14:00	教室スタート
20:00	教室終了・片付け



くもんの先生は一人一人の成長に長く関われる仕事だと思っています。これからも長く続けていきたいです。

興味のある方は、
まずは説明会から

数量限定！
先生の仕事・教材解説・家庭学習のヒントが詰まった
「くもんの先生MOOK本」をプレゼント！

説明会へのお申し込みはコチラ

説明会日程の一例

日にち	時間	会場	
7/4 (火)	10:30〜12:00	習志野市	津田沼 モリシアホール 会議室
7/6 (木)		船橋市	ホテルフローラ船橋
7/14 (金)		市原市	市原マリンホテル
7/14 (金)	14:00〜15:30	八千代市	八千代市緑が丘自治連合会館
7/21 (金)	10:30〜12:00	千葉市稲毛区	VISIT稲毛24（旧いなげプランチ）
7/25 (火)		千葉市中央区	公文式千葉つくしんぼ教室
7/28 (金)		千葉市中央区	公文式千葉つくしんぼ教室
8/3 (木)		市原市	市原マリンホテル
8/4 (金)		船橋市	ららぽーと三井ビル　会議室
9/4 (月)		浦安市	浦安ブライトンホテル
9/8 (金)		市川市	市川グランドホテル

web説明会も実施中！ 当日は説明のみで、テスト・面接などは一切ございませんので、お気軽にご参加ください。

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

ママのお悩み相談室 第6回



お答えします！

聖徳大学
教育学部 児童学科
准教授 初鹿 静江さん

小児保健・母子保健を担当。保育士養成における子どもの健康と安全を守る支援について主に研究している。

「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！

相談内容

トイレトレーニングがなかなか進みません（涙）。進め方や声掛けの仕方、コツなどがあれば教えてほしいです。

（3歳女の子のママ）

発達に応じてスタートする 興味を引き、意欲を高める

トイレトレーニングを始めるタイミングは、膀胱に一定量の尿をためられるようになり、歩行が自立して、自分の気持ちを言葉で表現できるようになる2歳半から3歳ごろが適しています。イヤイヤ期も落ち着き、子どもが自分からトイレに行こうと思うことが大切です。時季は暖かい季節の方が脱ぎ着もしやすく洗濯物もよく乾くのでいいですね。

絵本などを通して「トイレはどういうものか」「なぜおむつを外すのか」など、子どもが理解しやすい物を使って理由をきちんと伝える。それから、子ども用の便座やパンツを一緒に選んで、好きな物を用意してあげたり、お人形を置いたりポスターを貼るなどして楽しい空間づくりをするのもいいですね。そういったことが子どもの興味や意欲向上につながるので取り入れてみてください。また、おむつ交換のタイミングや生活習慣から一日の排尿リズムを把握しておくと、どのくらいの間隔でトイレに促すべきか分かりやすくなり、親子共にストレスを軽減できると思います。もし保育園でトイレトレーニングが始まっているのであれば、ご家庭と園で歩調を合わせると子どもも負担なくできるのでいいと思います。

子どもの気持ちを理解し 保護者はおおらかに見守って

5歳ごろまでにおむつが外れず心配な場合は、保健センターの保健師や助産師に相談したり、小児科で泌尿器に病気がないか診てもらうのもいいかもしれません。

心配したり焦ってしまうかもしれませんが、保護者が心に余裕を持ち、子どもの個性を理解し認め、気持ちに寄り添って進めていくことが一番大切です。ですので無理強いはせず、あまりに嫌がる時はいったんやめてお休みしたって大丈夫。失敗したら「また頑張ろうね」と励まし、上手にできた時は思いっきり褒めてあげてください。小学校低学年まではおもらしや夜尿がある子もいますので、焦らず、周りと比較しないで、おおらかに長い目で見守ってあげてください。

（取材・文／森川佳代）

お悩み大募集！

子どものことはもちろん、ママ自身のこと、夫婦、ママ友など、さまざまなお悩みを専門家に相談してみませんか？

応募はコチラ！

※相談が多数の場合は、すべてについて回答できない場合がございますので、あらかじめご了承ください
※誌面に掲載される場合のみご連絡いたします

スイミング　体育　ダンス　スポーツクラブ

楽しいから続けやすい！習い事デビュー応援

水泳、体育、ダンスを自由に組み合わせるミックスコースは幅広い運動能力が身に付きます。有名選手を育てたノウハウを生かした指導法が特徴的です。



▲ 成功体験を大切に。3歳から通えます

先生からひと言



「明るく・仲良く・元気良く」。25段階の進級カリキュラムで楽しく練習してステップアップできます！

吉野友哉コーチ

レッスン時間など詳細はホームページへ
（下記は一例です）

幼児・小学生ミックス（水泳・体育・ダンス）週2回
【土/日含む】12,265円/月（税込み）
幼児スイミング 週1回【月～金】8,580円/月（税込み）
幼児体育 週1回【月～金】8,580円/月（税込み）
3歳～6歳キッズダンス 週1回【火】8,580円/月（税込み）

WEBはコチラ

千葉市稲毛区　スポーツクラブ
セントラルウェルネスクラブ 長沼
☎043-215-2615
住 稲毛区長沼町330-50 ワンズモール3F
営 平日 10:00～22:30　土 10:00～20:00
日・祝 10:00～19:00 休 水・季節休業





1日コースできました！

夏の短期教室

安心便利！無料スクールバス運行中

24時間WEB予約受け付け中
詳しくはこちら ≫

子どもに合わせて選べる三つのコース	2日間短期スクール	1日短期スクール	スクールIN短期
	4,400円	2,200円	3,300円
	2日間集中教室	時間の取れない方に！	通常のスクール内で2日間体験

参加者限定入会特典

カード発行手数料 0円
＋ スイミング 指定水着プレゼント Or 体育／運動能力開発 指定体操着プレゼント Or ダンス 指定ダンスウエア50%OFF
＋ 指定スクールバッグプレゼント

プロに聞ける！先輩ママに聞ける！

年長さん保護者向け

入学準備 育児相談会

- うちの子ども落ち着きがない？
- 人見知りが激しい
- 集団生活が不安かも…
- 通常学級に入れるかしら？



BRIDGEは千葉市で6年間 児童発達支援に取り組んできました。

イベント内容 ■座談会 ■個別相談 ■Q&Aコーナー

- 支援学級・通常学級の選択はどう決めた？
- 入学準備は何をした？
- 入学後はどんなサポートをすればいい？

独りで悩まない！

同じ経験をされた先輩ママと発達支援の専門家が疑問・不安にお答えします。自分らしく成長させてあげるヒントを見つけに来てください。



8月29日（火）/ 10:15～ 11:15
千葉市花見川区南花園2-2-15 CI-23ビル
株式会社ダンデライオン（会議室501）
参加費／300円（お茶菓子代）

事前予約制　※定員15名
お申し込みはコチラ▶
※定員になり次第締め切らせていただきます

利用者募集中！
児童発達支援／放課後等デイサービス
BRIDGE

BRIDGE8 千葉市花見川区南花園2丁目2-15 CI-23ビル 503 TEL.043-306-1274

ピアノ教室　音楽教室　プレピアノ　リトミック

夏の無料体験実施中

八千代市と船橋市にある、完全個人指導のアットホームな音楽教室。普段の練習では弾きたい曲もたくさん取り入れています。リトミック新入生受け付けもスタート。



▲ ピアノコースは3歳～大人まで

先生からひと言



在籍生徒さま250人以上、講師15人で音楽が大好きな先生ばかり。演奏を通して、自分の思いを表現する力、人に伝える力を育てます。一緒に楽しみましょう。

薬丸先生

■プレピアノコース（2歳～4歳）月3回　7,000円／月
リトミックや手遊び歌で体を動かし、ピアノコースの前段階に必要なたくさんのことを自然に楽しく身に付けられる
■ピアノコース（3歳以上）年間43回　7,000円～／月
大人までのピアノレッスン。発表会ではドラムとベースとの共演も！

WEBはコチラ

船橋市・八千代市　音楽教室
どんぐりの森音楽教室
☎047-413-6228　要予約
住 船橋市宮本9-11-1-509
営 13:00～19:30
休 日・祝

チェック！
まずは無料体験！
体験後即日入会で
入会金10,000円が
無料
期限'23.8.31



※表記の価格は税込価格です。

幼児教育　EQ学習　知育教室　親子教室

感情を育てる社会性を育むEQ幼児教育

今注目されている心の知能指数「EQ」。自ら勉強に励み、自分の気持ちを伝えられる子どもに！人格の土台が作られる幼児期におすすめの親子教室です。



▲ EQを伸ばす遊びを親子で体験

先生からひと言



EQ教育を一緒に考えていくことで親の学びがとても深まります。親子でEQを刺激する体験型プログラムもあります。

上松先生

体験会実施 ～3歳までの脳は天才！？～
EQを伸ばす子育てを学ぶ親子教室です。
体験会費500円
①7月20日　中央区　②7月24日　若葉区
◆申し込み・会場詳細・その他日程は右記QRコードより
※EQとは他人の感情を感じ取る能力と、自分の感情をうまくコントロールし利用する能力、通称「心の知能指数」のことです。

WEBはコチラ

千葉市　親子幼児教室
親子さあくる・もこぴっと
☎043-287-2725
住 若葉区西都賀3-3-2
（千葉モードビジネス専門学校虹校舎内）
※（運営）特定非営利活動法人すくえ・あ

チェック！
体験会参加の方、
入会後受講費用
4,400円↓
2,500円
（1回分）

ベビースイミング　幼児スイミング

ベビー・3歳児 水泳1日無料体験会

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、優しいコーチとの3歳児水泳を体験してみませんか？



▲ ベビースイミングの様子

先生からひと言



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ます。

須永コーチ

日程：7/9(日)、8/27(日)、9/24(日)
時間：ベビー 10：40～11：40
3歳児 10：30～12：00
対象：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
※ベビーはおむつ代160円がかかります

WEBはコチラ

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
住 稲毛区小仲台7-15-10
営 10:00～20:00（月～土）
11:00～14:30（日）

チェック！
無料体験会から
入会した方
入会金
通常8,800円↓
無料



教えて Dr.(ドクター)!



聞きました
平山病院 整形外科
渡邉 寛先生

子どもの 姿勢が悪くなる 原因とケア

肩の高さに左右差がないかチェック

近年はタブレットやスマートフォンを使う機会が増えており、下を向く姿勢から猫背になる子どもが多く見られます。また普段の生活からだけではなく、ストレスが姿勢を悪くさせるケースもありますし、目や耳が関係していることもあります。例えば、右耳が聴こえにくい場合は左耳で聴こうとするため、音を聞く時に左耳が前に出て首は傾いた状態に。そういった不調が姿勢のゆがみにつながることもあります。姿勢が悪くなる原因はさまざま考えられますが、悪化すると肺や心臓が圧迫され呼吸にも影響を及ぼす場合がまれにありますので、日頃からお子さんの姿勢に注意を払うことはとても大切です。チェックする方法としては、お子さんを立たせた状態で後ろから見て、肩やウエストの高さに左右差がないか、背骨のラインに曲がりがないか、前屈をさせて背中の盛り上がりに左右差がないか、などを確認してみてください。



姿勢異常は早期発見が重要

姿勢が悪くならないよう日頃からできるケアとしては、タブレットやスマートフォンを使用する際は、目線の高さまでもってくるようにして、できるだけ下を向かないよう意識したり、ストレスなどが原因で姿勢が悪くなるケースもあるので、できるだけストレスのかからない環境をつくってあげるのもいいですね。それから「走る・泳ぐ」などの全身運動は姿勢を正すための筋力を高めてくれるのでお勧めです。お子さんの姿勢を正す時は、言葉で注意すると反発してしまう場合があるので、背中をそっと背筋に沿ってさするように触って、名前を呼んであげると自然と背筋が伸びるので、スキンシップを取りながら気づかせてあげるのが効果的かと思います。

側彎症（背骨が左右に曲がってしまう病気）などの姿勢異常は早期発見が重要なので、親御さんが「早い段階で気づく」ことが大切です。そのためには、向かい合って話す、お風呂に入るなど一緒に過ごす時間を増やすことで早期発見につながると思います。特にお風呂は服を脱いだ状態なので体の変化に気づきやすいですね。

整形外科を受診するお子さんは、首や背中が曲がっている、痛みがあるなどの症状で相談に来られます。ばい菌が体内に入ったなど急性の場合はすぐに診断できますが、先天性が原因の姿勢異常などは検査をして経過を見ながら判断するケースもあり、診断までに時間がかかることもあります。お子さんの姿勢で気になることがあれば、最初は小児科でもいいので医師に相談してみてください。

（取材・文／半藤 智津江）

POINT

- 日頃から姿勢に注意を払う
- スキンシップを取りながら姿勢を正す
- 側彎症などは早期発見が重要

歯並び・矯正の
無料相談受付中

矯正はいつから始めたらいいの？
歯が変な方向から生えてきた！
など何でもご相談ください。

小学生は寝るときだけの装置がほとんどです

アットホームでお子さまも安心♪
北習志野駅から徒歩6分
10年以上大学病院矯正科勤務の経歴がある優しい先生が常勤♪



矯正担当医 清水康広
清水歯科・矯正歯科 院長
東京医科歯科大学
矯正歯科非常勤講師

清水歯科・矯正歯科
一般治療や小児治療、大人の矯正も行っています
ご予約はお電話にて承ります
☎047-465-3014
船橋市習志野台2-10-8
◆休診日：木曜・日曜・祝日
※日曜日：月に1度診察日あり

ちいきLab
やりたいことを実現し、私らしく輝こう
ラボママ大募集
応募はコチラ！
活動の様子はInstagramで発信中
Follow me

「子育て経験を生かした活動がしたい！」「子どもと一緒に思い出を作りたい！」「子どもと楽しめる地域の情報が知りたい！」そんな思いを持ったママ読者のコミュニティー「ちいきラボ」。そんな「ちいきラボ」では、一緒に盛り上げてくれる「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

ちいきラボに登録すると…


読者モデル
ちいき新聞などの紙面で体験モデルとして活躍！


座談会・イベント
ママ座談会やママ・親子向けイベントに参加！


講座・ワークショップ
資格や特技を生かして講師として活躍！


無料モニター
商品やサービスの魅力をSNSやウェブで発信！

他にも、ママ向けのイベントやウェビナーなどの情報もお届け！
応募条件 千葉県在住の子育て中のママであること

身近な物も工作のプロの手にかかれば、子どもたち大喜びのおもちゃに大変身!色を塗ったりシールを貼ったりお好みにアレンジするのもOK。子どもと一緒に作ってみよう!

作って遊ぼう!

手作りおもちゃ



教えてくれたのは

できたくん

「こどもちゃれんじぽけっと」初代工作のお兄さん。YouTube「ちゃんねるできたくん」(チャンネル登録者数4.41万人)では、工作を中心に歌や人形劇などおうち遊びを紹介。美術教員免許を持つ工作芸人としても活躍中。

動画はコチラ!

まだまだいっぱい♪

簡単に回せるよ♪



こま

用意する物
- 紙皿1枚
- ペットボトルのキャップ2個
- ペン
- テープ
- はさみ

作り方はコチラ!

手作りのおもちゃの魅力は?

材料を探すところから始まり、作っている時の楽しさや苦労、完成した時の喜び、それから自分で作るとより愛着も湧くと思います。また、作る過程での発見や学びも手作りならでは。遊ぶだけで終わらないのが魅力!

作った後の遊び方は?

自由に遊ばせましょう。遊び方が分からない時は親がやってみせるといいですね。その時に親が楽しそうに遊んでいる姿を見せると「自分もやりたい!」と自発的に遊び始めますよ。

米の量を変えると音も変わるよ!



タンバリン

用意する物
- 紙皿1枚
- ペットボトルのキャップ6個
- 生米適量
- 接着剤
- テープ
- はさみ

作り方はコチラ!

バネの力でお尻を押したらぴょんと飛ぶよ!



ぴょんぴょんカエル

用意する物
- トイレットペーパーの芯1本(紙コップの場合は2個)
- のりまたは接着剤
- ペン
- はさみ

作り方はコチラ!

子どもが作っている時の親の関わり方は?

うまく作れていないとつい手を出したくなりますが、そこはグッとこらえて子どもが納得いくまでやらせましょう。「手伝って」と言われたらサポートしながら一緒に作ること。自分でできた!という達成感が大切だからです。最初から手伝ってほしいと言われたら、できるところだけでも子どもにやってもらい、小さい達成感を体験させてください。その繰り返しが自信になり自己肯定感を持てるようになります。

折り紙レストランへようこそ!

ナポリタン & ハンバーガー

用意する物
- 茶色・緑色の折り紙各1枚
- オレンジ色の折り紙3枚

用意する物
- 黄色・赤色・黄緑色の折り紙各1枚
- 茶色の折り紙3枚

折り紙の色を変えれば焼きそばやうどんにも!



1. 茶色の折り紙を半分にやぶったら茶色がみえるように2枚とも握りながら丸めていきウインナーの形にしていく
2. 緑色の折り紙を細長くやぶき、緑が見えるようにひも状につぶしたら輪っかにしてピーマンの輪切りを作る
3. オレンジの折り紙を3枚すべて細長くやぶり、それを両手でおにぎりをにぎるように軽くにぎりまとめる
4. 紙皿などに③を盛って、ウインナーとピーマンを飾り付けたら完成!

1. 黄色の折り紙の4辺をやぶいて四角いスライスチーズを作る
2. 赤色の折り紙を赤が見えるように軽く握りつぶしたら平らな状態に形を整えてスライストマトを作る
3. 黄緑色の折り紙を握りつぶしたら広げてレタスに見えるよう形を整える
4. 茶色の折り紙1枚を握りつぶし平らな形に整えてパティ(ハンバーグ)を作る。残りの2枚もそれぞれ軽く握りつぶしバンズの形に整えたら、間に具材を挟んで完成!



具材を変えていろんなバーガーを作ってみよう!

スクリューをつければなんでも船になっちゃう!

なんでもスクリューシップ

ストローを手前に20~30回巻いて水の上を走らせてみよう!



用意する物
- 1ℓの牛乳パック
- プラスチックトレー
- ストロー1本
- 輪ゴム3本
- テープ
- ペン
- はさみ

1. 牛乳パックの口部分を全開にし上部が開いた状態にしたら一面をはさみで切り取る
2. ①を縦向きに置き奥に向かって半分に折る。手前の折った部分から真ん中に向けて縦に2本の線を入れる。間隔は3等分
3. ②で入れた線に沿ってはさみで切り込みを入れ、右図のようにカットする
4. ③を広げ1本の輪ゴムを通して折れ線の所まで持ってきたら再び閉じ、開いてる部分をテープで閉じる
5. ストローを10cmくらいの長さにカットしたら、④の輪ゴム部分にストローを挟む。ストローがうまく挟まらない場合はストローの真ん中に1mmくらいの切り込みを入れて輪ゴムを引っ掛けて固定する。ストローを回して牛乳パックに当たらなければOK
6. プラスチックトレーは表を上にして縦向きに置き、真ん中から下に等間隔で2本輪ゴムを通す。裏面の輪ゴムに⑤を差し込み合体させたら完成!この時にストローがプラスチックトレーにぶつかならいように注意する

夏休みの救世主!?
dキッズで解決
知育アプリとの上手な付き合い方



株式会社 ドコモCS千葉支店
サービス担当 内田 茉衣さん

ママ世代と時代は変わった!?
知育アプリをデジタル教材として活用しよう!

ママ・パパ世代の幼少期にはなかったスマホやタブレット。子どもに自由に使わせると、思わぬ課金や長時間利用による視力への影響などが心配ですね。**知育アプリのメリット・デメリットをしっかりと理解し各家庭でルールを設けて利用していただくことが大切です。**子どもは0歳、1歳、2歳…と年齢ごとに必要な刺激が異なります。**dキッズでは子どもの年齢が設定できるので、数ある知育アプリの中からその年齢に効果的なアプリを紹介します。**月額料金も手頃なので、子どもがどんなものに興味があるのか、ぜひ一緒にお楽しみください。

まま・ここっと読者に聞いた スマホ・タブレット×子育てのお悩み

その1 子どもにスマホを渡して使い過ぎるのが心配。

その2 スマホ・タブレットを使った学習には興味があるけど種類が多すぎて選べない。

その3 月額どれくらいかかるのか、金額面が心配…。

ママの悩みを解決する、dキッズって知ってる?

dキッズとは

0~12歳を対象にした約50種の知育アプリを、**月額409円(税込)**の使い放題で楽しめるサービスです。

- ☑ **タイマー機能で使い過ぎ防止!** 10分単位で使用時間を親が設定。時間がきたら自動的に利用制限がかかる
- ☑ **質の高い知育アプリのみ厳選**して提供。**毎週更新で飽きがこない!**
- ☑ 子どもの年齢を最大5人まで設定でき、月齢に合ったものを提案してくれるので、**求めているものがすぐに見つかる**
- ☑ **定額制なので安心して遊べる。**金額を気にしないで試すことができる

年齢に応じた与え方が大切

0~2歳 遊びの延長でデジタル機器に興味を持ち始める時期。厳選したアプリを与えることが大切。

3~5歳 キャラクターに好みが出てくる時期。自分で選ぶ力をつけることも大切。たくさんの選択肢の中から選ばせてみましょう。

6~12歳 学習用のツールとして、学校の授業でもタブレットなどを使います。用途や目的を本人に理解させた上で使わせましょう。一つのアプリをじっくり使いこなす力も大事。

docomo

現役ママ5人が実践!
dキッズアプリ
私のイチオシはコレ!

ちずモン
対象年齢 4~10歳
ジャンル 社会・生活習慣
学習の狙い 探究心・理解力

パズルで遊びながら日本地図を楽しく学べる。都道府県の形をした47匹の不思議なキャラクター「ちずモン」が登場!

遊び感覚で地理を覚えられるのが良かったです。



とびだす☆おえかき
対象年齢 3~7歳
ジャンル お絵描き・音楽
学習の狙い 想像力・好奇心

子どもが塗った塗り絵を3Dで見たり、動かしたりすることができる新感覚のお絵描きアプリ。

大好きなキャラクターのお絵描きができて、とても楽しんでくれました。



クレヨンしんちゃん お手伝い大作戦
対象年齢 2~8歳
ジャンル 料理・社会・生活習慣
学習の狙い 社会性・観察力

©U/F・S・A・A

お手伝いごっこを通して、家事や社会のルールを楽しく学べる、クレヨンしんちゃんのお手伝いアプリ。

アプリがきっかけで料理に興味をもったのか、卵焼きを作りたいとお手伝いしてくれました。



うごくさんすう
対象年齢 3~9歳
ジャンル 算数・社会・生活習慣
学習の狙い 理解力・計算力

「さんすう」って「うごく」とこんなに分かりやすい!「数の概念」を楽しく、感覚的に身に付けることができる。

数字好きの長男が「ママ見て!すごいでしょ!!」ととてもうれしそうに見せにきてくれました。



しまじろうパーク
対象年齢 1~5歳
ジャンル 社会・生活習慣
学習の狙い 思考力・観察力

旗上げゲームや間違い探し、迷路などを「しまじろう」と一緒にゲーム感覚で楽しみながら空間認識力を育むアプリ。

ゲームや動画、アニメなどいろいろなコンテンツがあり、中でもしまじろうのアニメを熱心に見ていました。





ありささん
ラボママ

5歳と2歳の男の子のママ。YouTubeにハマりつつある2人。他のことにも興味を持ってほしい!



ともよさん
ラボママ

5歳の男の子、8歳と3歳の女の子のママ。妹は最近好きなキャラクターの話をするように。



まま・ここっと 編集部 編集 やま

6歳と1歳の男の子のママ。年齢差兄弟がどちらも使えるアプリってあるの?



まま・ここっと 編集部 デザイナー はち

5歳と3歳の男の子のママ。お兄ちゃんは数字大好き!計算にも興味が出てきた。



@tokitasoさん
ラボママ

4歳と2歳の男の子のママ。知育アプリに興味はあるけど、兄弟それぞれに別々のアプリを入れるのは面倒。

体験してみた感想♪

■ タイマー機能が便利
タイマー機能が便利。キッズレポートでは何のアプリをどのくらい使用したのかが分かり、好みを知ることができるのも◎。いろいろな分野に触れてほしいです。



■ 定額制で安心
ゲームごとにアプリを入れる手間や、課金のボタンを押さないかという心配もなく、「さわっちゃダメ!」と怒ることがなくて、安心しておすすめできます!



■ アプリの種類が豊富
種類が豊富なので、飽きずに遊べました。動画をただ見るより、考えながら、遊び学べる点に魅力を感じました。娘の大好きなしまじろうやプリキュアもあったので大喜びでした。



お申込み無料

15歳までのお子さまがいるご家族対象

comotto 子育て応援プログラム

「comotto 子育て応援プログラム」に入会すると

特典① 15歳まで毎年お子さまのお誕生月にdポイント(期間・用途限定) 1,000ポイントプレゼント※1

特典② dキッズが最大3か月無料※2,3

店舗はコチラ

※1進呈月の6か月後の月末までご利用いただけます。「ケータイ料金の支払い」「データ量の追加」などにはご利用できません。詳しくはドコモの定める「dポイントクラブ会員規約」をご覧ください。 ※2本特典はプログラム新規入会時のみ適用対象です。過去に退会し再入会となる場合は適用対象外です。ただしdキッズ無料特典を未利用の場合のみ再入会時にdキッズ無料特典をご利用になれます。 ※3「dフォト(プリントサービス機能)」「クラウド容量オプションプラス50GB」「dヘルスケア」も本プログラム入会時点から、該当入会月を1か月目とする3か月目の末日までが無料です。「dキッズ」は、本プログラム入会および「dキッズ」契約の両面が成立した時点から、当該成立月を1か月目とする3か月目の末日までが無料です。**詳しくはドコモのホームページ「comotto 子育て応援プログラム」をご参照ください。**

うれしさ倍！
でも大変さも倍!?

きょうだい育児どうしてる？



ラボママ 陽子さん
13歳と4歳の女の子と1歳の男の子のママ



ラボママ 裕香さん
2歳と0歳の男の子のママ



ラボママ 瑠美さん
5歳と4歳の女の子のママ

仲良く遊んでいるかと思えば、ケンカに発展していたり…。きょうだい育児の楽しさ、苦労とは？

子ども同士のコミュニティーによる成長を感じる

裕香　弟が生まれてから、上の子は2歳ながら「お兄ちゃん」になろうとしていて。兄弟ができることで、そういう意識の芽生えにもつながるんだなって思いましたね。

陽子　それ分かります。私が大変な時に長女が下の子たちの面倒を見てくれるのですが、そんな姉の姿をまねて次女も手伝ってくれます。

瑠美　上の子の影響ってありますよね。お姉ちゃんやお兄ちゃんに影響されて始めたり、物覚えが早かったり。

裕香　子ども同士のコミュニティーによる成長は感じますね。

瑠美　うちは年齢が1歳差なのでお互いが刺激し合っている感じ。見るテレビも遊ぶおもちゃもほぼ一緒で姉妹というよりは友達みたいな関係で、仲はとっても良いんですけど、ケンカもすごい！

裕香　うちも最近、下の子がお兄ちゃんにちょっかいを出すようになってきて、上が怒って下が泣くというお決まりのパターンに。

陽子　うちは一番下がおもちゃで遊んでいたら次女が「私の」って言って出てきて、今度は長女がそれを「私の」って言って出てきて取り合いに（笑）。

瑠美　ケンカしている時って二人ともすごく感情が高ぶっているので、いったん落ち着かせてからそれぞれの話を聞いて諭すようにしているのですが、どうしてます？

裕香　上の子が集中している時はできるだけ集中させてあげたいので、一緒にならないよう場所を分けるなど、環境づくりを意識していますね。

陽子　おもちゃの取り合いに関しては、違うおもちゃが出てきたら気分も変わるので放っておきつつ、「ケンカはしないでね」と伝えつっきりになってしまう時もあるので、そこは後でしっかりとフォローをして、それぞれが納得して満たされているかを意識しながら差をつけないよう心掛けています。



きょうだいで差をつけないよう平等を心掛ける

瑠美　私も愛情を平等に。なかなか難しいですけど、「二人とも大好きだよ」って気持ちをちゃんと伝えるようにしています。それから二人の個性を尊重した上で、私からたくさん話しかけて、話してくれるような環境づくりを心掛けています。

裕香　私は、寝かしつけの際に「今日も楽しかったね」で1日を終えられるように、毎日たくさん笑って過ごすことを意識しています。あとは、子どもたちが頑張っている事をできるだけ褒める！

瑠美　私もそれは大切にしています。「箸の持ち方上手になったね」「自分で体を洗えるようになったね」など、そういうささいな事でもできるだけ具体的に褒めるようにして、自己肯定感を高めてあげたいなって思ってます。

裕香　いっぺんに要求されるのも困りますね。上は何かしたい、でも私が下の子の世話で相手ができない。今は育休中なので長男が保育園に行っている間は下の子、保育園から帰ってきたら上の子、と完全に分けていて、自分の中で時間を決めるようにしています。

陽子　タイミングによっては難しいですよね。私は三人一緒にお風呂に入って、どうしたらいいかをそれぞれと話したり、今日の出来事について聞いたりする時間にしています。どうしても一人にかかっています。あとは工作や塗り絵、おやつ作りなど、三人で楽しめる遊びを用意するようにしています。

瑠美　ケンカをしないための工夫って大事ですよね。



忙しいママにこそ知ってほしい
整理収納の知識＆それを仕事にする方法

私は子どもの頃から片付けが全くできませんでした。結婚してからもそれは変わらず、子どもが3人できて、物が加速的に増え続けたとき、このまま何もしなかったらきれい好きな旦那に物と一緒に捨てられる…そんな恐怖から「整理収納アドバイザー2級」を取得し、今は片付けと家事代行を仕事にしています。一緒に仕事をしたい方、知識を付けてライフスタイルを変えたい方にぜひ聞いていただきたい講座です。

講師 / 嶋野美紀子

整理・収納について学んでみませんか?
☑ 片付け・収納が苦手な方
☑ 片付けのスキルアップをしたい方
☑ 将来、資格を生かした仕事をしたい方

1日で取得できる資格
整理収納アドバイザー2級認定講座
取得資格　ハウスキーピング協会認定 整理収納アドバイザー2級
開催日程　7月30日(日) 8月12日(土) 8月31日(木) 9月16日(土) 10:00~17:00
受講料 24,700円（税込み・テキスト代込み）
※テキストをお持ちの方は23,100円（税込み）

快適住まいる
千葉市中央区春日1-12-4 サニーハイツ101
TEL.070-1440-3236
講座の詳細はコチラ　お申し込みはコチラから

ちいき新聞の直送おやさい
おいしく便利に「千産千消」
千葉県の農産物を地元で消費することは持続可能な地域社会の構築につながります
千葉県農家のこだわり（特別栽培）野菜セットの定期便サービスです

・Sサイズ　2,980円（6~8品目：1~2人用）
・Mサイズ　3,980円（8~10品目：2~3人用）
・Lサイズ　4,980円（10~12品目：4~5人用）
※写真はイメージ

お届け日　水曜 or 土曜　頻度　毎週 or 隔週 or 4週に1度

お申し込み
WEBサイト　WEB申し込みで初回1,000円引き!
https://vege.chiikinews.com/
お問合わせ ☎0120-034-366（9:30~18:00 月~土）

販売者／株式会社地域新聞社　所在地／八千代市勝田台北1-11-16　5F　お支払い方法／クレジットカード、金融機関の自動振替お支払い期限／クレジット会社、金融機関の締め日に準じる　お届け対象地域／千葉県内発送可能（一部地域を除く）　商品の引渡時期／注文者の指定日（不在時等受取不可の場合除く）。2回目以降は商品注文者の希望による　商品の返品・交換について／原則返品・交換不可（お届け商品に破損、汚損等あった場合や、注文品と違う商品が届いた場合等は除く）　ご注文のキャンセル・解約について／引渡し時期の7日前以降のキャンセルは原則不可。8日前についてはキャンセル・解約可能　個人情報の取り扱いについて／頂いた個人情報は、本サービスの提供・運営および当社からのお知らせ等のメール配信のために使用します。詳しくはサイト内のプライバシーポリシーをご確認ください。

『まま・ここっと』読者403人に「きょうだい育児」について聞きました

Q 良いところ・楽しいところは？

1位 子ども同士で遊べる
2位 仲良くしている姿がかわいい
3位 お互いが成長できる

Q 大変なところは？

1位 ケンカ
2位 上(下)の子にかまえない
3位 一度に違うことを要求される時

その他

- 同時の抱っこ
- 同時のぐずり
- 寝かしつけ
- 同じ物を欲しがる
- 同じ事をしたがる など

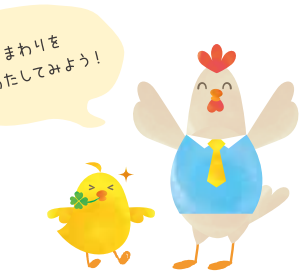
アンケート結果は4月4日~5月14日に読者プレゼントの応募フォームで実施したアンケートに基づき作成（有効回答数403人）

かんがえるあそび

親子で一緒に考えよう！

ことばみつけ

いくつ言えるかな？



か のつくことば

なーんだ？

きいろ のたべもの

なーんだ？

さんかく のもの

なーんだ？

RECOMMENDED BOOKS FOR BABY & KIDS!

本のプロが選ぶ！ おすすめ絵本 年齢別

スイカや蚊、水や暑さなど、これぞ夏！と思える絵本をお届けしよう。

2歳 すいかのたね

グレッグ・ピゾーリ／作
みやさか ひろみ／訳
こぐま社　1,210円

3度の食事に加え、デザートもスイカというほどスイカ好きのワニくん。大好きなスイカを食べているときに事件が発生。訳者の紹介も読んでみると、種の秘密が…。



読み聞かせPoint!
スイカを食べる音を小気味よく。不穏そうにゴロゴロ。「どうなっちゃうかな？」子どもに尋ねながら。

1歳 あつい あつい

垂石 眞子／作
福音館書店　990円

涼しいところを探すペンギンが見つけたのは、他の動物の影。さらに大きな影を求めて歩き出し…。子どもが好きな「大きくなる」パターンに夏ならではの心地よさがプラス。



読み聞かせPoint!
ホッとしたように「あぁ涼しい」。音が聞こえるシーンでは耳を澄まし、ゆっくりページをめくって。

0歳 ごぶごぶ ごぼごぼ

駒形 克己／作
福音館書店　880円

赤い丸が「ぷーん」。ページをめくると大きさや色の違う丸が「ぷくぷくぷるん」と現れる。丸く空いた穴が楽しく、モチーフの丸が動くように見える不思議な絵本。



読み聞かせPoint!
おなかの中の胎動音を表現しているという「ぷぷぷ」「ごぶごぶごぼごぼ」。抑揚をつけながら。

5~6歳 カ どこいった？

鈴木 のりたけ／作・絵
小学館　1,320円

プーンとやってきてスッと止まる憎き蚊。力を込めてパーン！とたたこうとすると逃げられて手がジンジン。パチン！と勢いよくページをめくりながら蚊をやっつけよう。



読み聞かせPoint!
蚊が現れたら「プーン」。絵の中にうまく紛れ込む蚊を見つけて、静かに近づき元気よく「せーの！」。

4歳 すいかのプール

アンニョン・タル／作
斎藤 真理子／訳
岩波書店　1,870円

真夏の太陽の下、大きく熟したスイカが割れてプール開き。浮き輪でちゃぷちゃぷしたり、皮のすべり台で遊んだり。豊かな空想と美しい色彩が心に残る韓国の絵本。



読み聞かせPoint!
子どもの気持ちになって感動的に「わぁぁ」。時間と共に変わる空の色と季節の移ろいを感じながら。

3歳 かとりせんこう

田島 征三／作
福音館書店　990円

火をつけ煙が上ると、ぽとんと落ちる蚊。煙の量が多くなると落ちる蚊も増える。部屋の中に煙が立ち込めると、不思議なことが起き始め…。大笑いしながら読みたい。

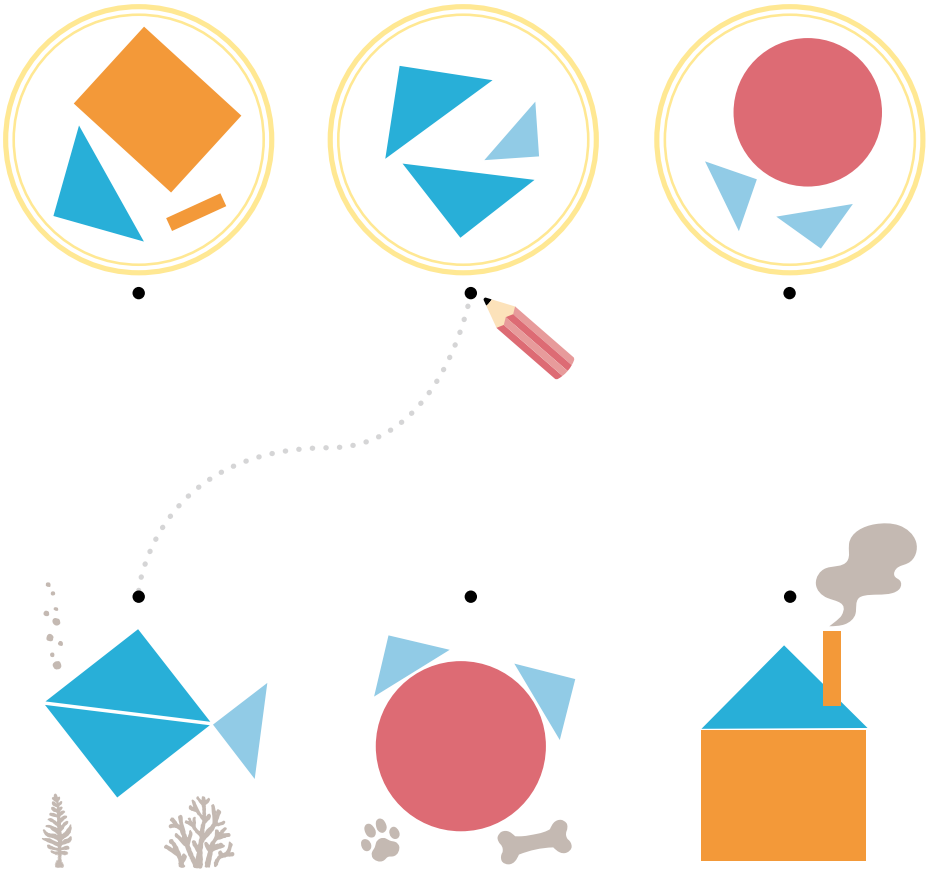


読み聞かせPoint!
繰り返しのフレーズは声を合わせて。言い方や声の大きさ、スピードを変えて「ぽとんぽとん」。

教えてくれたのは　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

かたちさがし

丸の中にあるかたちを使ってできたのはどれ？
線でつなごう！

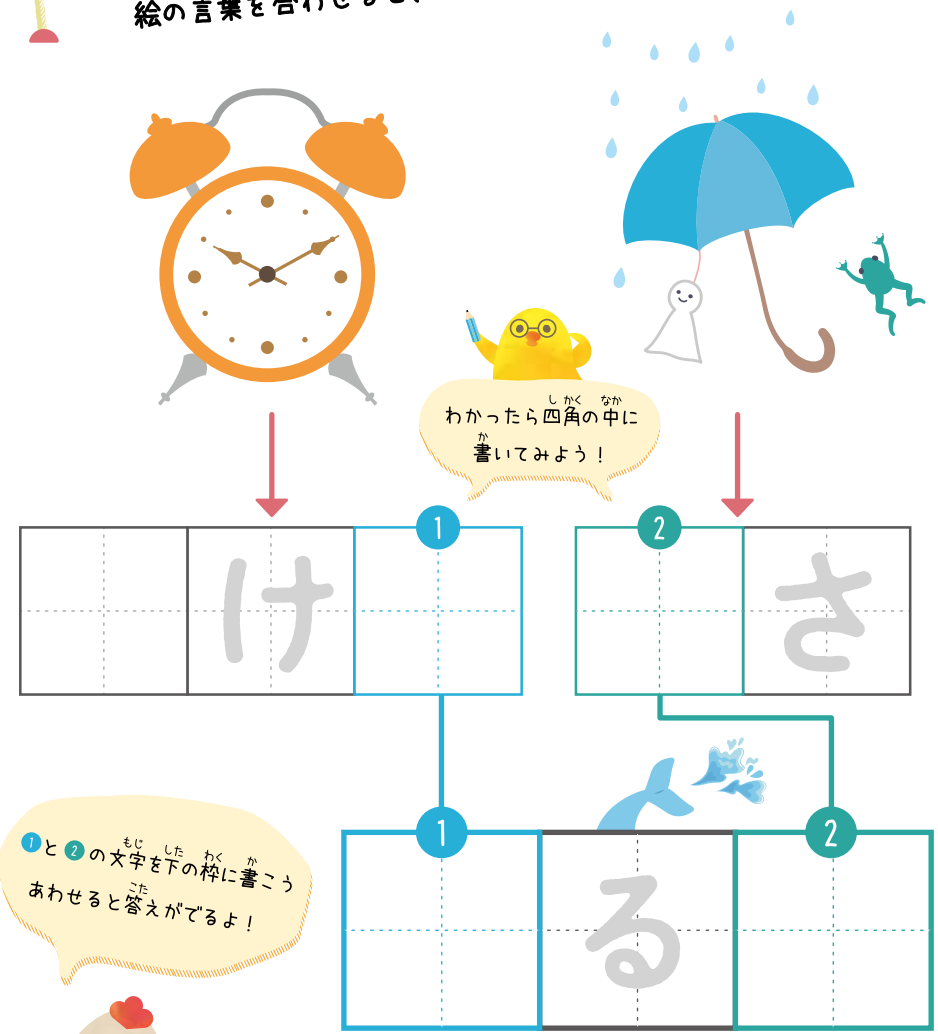


んー…
どれだろう…？

こたえはコチラ！
スマホでQRコードを
かざしてね！

なぞときゲーム

絵の言葉を合わせると、ちがう言葉が出てくるよ！



1と2の文字を下の枠に書こう
あわせると答えがでるよ！

こたえはコチラ！
スマホでQRコードを
かざしてね！

ままこ×亀山温泉ホテルコラボ企画

旅育のススメ



コロナ禍の体験不足と子どもの成長

新型コロナウイルスが流行し、未就学の子どもたちは生まれてからほとんどが自粛生活。地域のイベントや園の行事が縮小されたり、マスクを取った友達の顔を知らなかったり…。子どもの「体験不足」が気になっているという声も読者から多く頂いています。

ここで紹介する「旅育」とは、旅で得られる経験を通じて多くのことを学び、脳が刺激され、子どもの心や人間性の成長を促すこと。旅行が楽しいのはもちろんですが、家族の絆が深まったり、世界観が広がったり…。

非日常体験での刺激が子どもの成長のきっかけになったらすてきですよね。

（総監督あゆ）



子どもに自然体験を ママ・パパに癒やしを



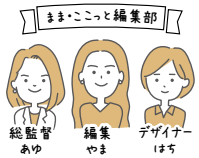
地産地消・季節感のあるお食事

ま ここ数年我慢していた家族旅行をこの機会に復活してもらいたい！という思いで今回の企画を考えました。

鴇 今まで評判の良かったものを全て詰め込んでいます！子どもたちには特別な「自然体験」を、ママ・パパには「極上のお料理」を準備してお待ちしています。

ま うれしい！子ども中心の旅プランでありながら、自分へのご褒美にもなる。追加でどこかレジャーを考えなくてもホテル周辺で十分楽しめる。そんなぜいたくを実現してもらっています！

ま＝まま・ここっと編集部
鴇＝鴇田夫妻



まま・ここっと限定

たき火×絶景貸し切り家族風呂×自然体験＝『ファミリーリトリート』プラン

1日1組限定

まま・ここっと特別割引
通常価格 22,000円/1人～ ▶ **19,800円/1人～**

自然体験ファミリーリトリート付き
1泊2食付き

［プラン内容］ 自然体験+貸し切り露天風呂+夜のたき火体験付きの宿泊プラン。家族風呂からは亀山湖など大自然を一望できる絶景が楽しめます。

ままこ特別サービス ❶
明るい雰囲気の貸し切り家族風呂
子どもが入れる小さな子どもたる風呂があり、床は畳敷きで小さな子どもも安全に入浴できます。小さい浴槽は源泉冷泉掛け流しができるので温冷交代浴が楽しめます。家族の絆がぐっと深まるかも♪



ままこ特別サービス ❷
サポート付き自然体験
家族でまき割り体験+自分たちで割ったまきを使ってたき火+マシュマロを焼いて食べよう！まき割りは専属ガイド（ミドリマン）が教えますので安心♪子どもたちの好奇心と達成感を育てます。



ままこ特別サービス ❸
選べるおまけが四つも！
中から一つ選択してください。
❶ 夕食時ワンドリンクサービス（人数分）
❷ ママがうれしい亀山温泉美容グッズ
❸ 記念写真サービス（チェックアウトまでにお渡しします）
❹ 次回使える割引クーポン

まま・ここっと特別プラン 申し込み方法 ▶
コチラの公式HPより
クーポン利用欄「まま・ここっと 特別クーポン」を選択
クーポンコード【mamacoco】を入力して下さい。

亀山温泉ホテル 君津市豊田65 TEL 0439-39-2121



野菜をおいしくいただきます♪

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♪

教えてくれるのは！

ラボママ **小林愛季さん**

保育園管理栄養士歴7年。
3歳の男の子のママ。
子どもと一緒に食べられる料理・お菓子メニューが得意。



旬号のお野菜
オクラ
ナス
トウモロコシ

うなぎと夏野菜のかき揚げ

材料

A
- うなぎの蒲焼き …… 80g
- オクラ …… 1袋（5、6本）
- ナス …… 1本
- トウモロコシ …… 約50g
- てんぷら粉 …… 1カップ
- 水 …… 1カップ
- 揚げ油 ……適量

Aki mama's Memo
免疫力を高め抗酸化作用もあるβカロテンと食物繊維が豊富なオクラは夏バテ予防に。トウモロコシに含まれる糖質は消化吸収が速く、夏バテによる疲労を回復させてくれる効果があります。生で食べるよりも揚げることで栄養素の吸収率が上がります！

つくり方

01 Aの材料を1.5cmほどの角切りにする。トウモロコシは削ぎ落して粒状に

02 ボウルにてんぷら粉と水を入れ軽く混ぜたら、1を加えてさっくりと混ぜる

03 180度に温めた油に2をしゃもじやスプーンなどを使って落とし入れ、カラッと揚がったら完成！

Check!
コーン缶でもOKですが、旬の時期なので生のトウモロコシを使って、皮むきなどをお子さんと一緒にするといいですよ！

アンケートに答えて PRESENT GET!

The present to readers 読者プレゼント

130名様に当たる!

1 よみうりランド遊園地 入園招待券(のりもの券1枚付き)

5組 10名様

※プールWAIに入場するには別途入場料が必要です。

7月1日(土)からオープンの「プールWAI」に、水遊びを思い切り楽しめるアスレチックエリア「わいわいジャングル」が新登場！東日本最大級の巨大バケツから2,300Lの水が降り注ぐしかけや大小異なる5つのスライダー、70個を超える水遊びギミックで、子どもも大人もわいわい楽しもう♪特定日にはナイトプールも。



●よみうりランド
●東京都稲城市矢野口4015-1
●tel.044-966-1111(代表)
●10:00～18:00 ※変動あり
(詳細はホームページで確認を)

公式HPはコチラ

2 横浜アンパンマン こどもミュージアム招待券

10組 20名様

「アンパンマンに会いたい」をかなえる場所。アンパンマンの世界で思いっ切り楽しむミュージアムフロア(有料)と、かわいいアンパンマンのグッズや、おいしいフードが楽しめるショップ&フード・レストランフロア(入場無料)から成る施設です。※最新の営業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

公式HPはコチラ

3 リトルプラネット 60分無料親子ペアチケット

10組 20名様

約250坪の敷地に、「砂遊び」や「紙相撲」といった昔ながらの遊びが、ARなどの最新技術によって生まれ変わり、16種のアトラクションとして体験できます。アナログと最新テクノロジーを駆使したデジタルが融合した不思議な遊び体験で、「遊び」が「学び」に変わる体験をお楽しみください。※入場の際には、1家族につき年会費600円が別途必要。



●リトルプラネット　キテミテマツド
●千葉県松戸市松戸1307-1
KITE MITE MATSUDO 6階
●平日10:00～17:00(最終入場16:30)
土日祝10:00～19:00(最終入場18:30)
(詳細はホームページで確認を)

公式HPはコチラ

4 HANA・BIYORI 入園ご招待券

5組 10名様

新宿・渋谷から約35分、よみうりランドに隣接した新感覚フラワーパーク「HANA・BIYORI」。日本最大級の数の300鉢を超えるフラワーシャンデリアや日本初常設となる花とデジタルのアートショー、コツメカワウソ、アクアリウム、ワークショップなどが楽しめます。日本庭園には貴重な文化財が並び、春は約250本の桜、初夏はほたる観賞など、四季のうつろいが体感できます。



●HANA・BIYORI
●東京都稲城市矢野口4015-1
●tel.044-966-8717(ハナイーナ)
●10:00～17:00 ※変動あり
(詳細はホームページで確認を)

公式HPはコチラ

5 笑がおの湯 松戸矢切店 ペア入浴券

20組 40名様

松戸市矢切駅徒歩1分にあるスーパー銭湯。この夏リニューアルして、高温サウナにロウリュが登場。岩盤浴にナノミストプログラムがプラスされ気持ちよく全身を包んで発汗効果を増進します。キッズメニューが豊富なお食事処には季節メニューも！交通便利な癒やしの湯で、「こころ」も「からだ」もリフレッシュ♪



●笑がおの湯　松戸矢切店
●千葉県松戸市下矢切115
●tel.047-312-4126
●年中無休・10:00～24:00
(最終入館23:00)

公式HPはコチラ

6 こもれび森のイバライド 無料招待券

15組 30名様

動物にさわる。自分でつくる。カラダを使って遊ぶ。「こもれび森のイバライド」は、自然の中でさまざまな体験が楽しめる屋外型テーマパークです。お子さまはもちろん園内にはヨーロッパ調のかわいい建物やシルバニアファミリーをテーマにした「シルバニアパーク」もあり、写真映えスポットとしてもオススメ！



●こもれび森のイバライド
●茨城県稲敷市上君山2060-1
●tel.029-892-3911
●入園料/大人(中学生～)1,200円
こども(4歳～)800円
3歳以下無料

公式HPはコチラ

読者プレゼント応募方法

応募締め切り／2023年8月31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、年齢、郵便番号、住所、電話番号
③お子さんの年齢
④「ままここっと®」夏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

※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。

ままここっと® vol.06　夏号　2023年7月3日発行　次回秋号は2023年10月2日発行予定

発行元／株式会社 地域新聞社
発行人／山田旬
総監督／鈴木亜由子
助監督／皆川まりな
編集ディレクター／山口彩子
アートディレクター／蜂谷志穂

ライター
半藤智津江
森川佳代

デザイン
石塚重人
岡村佳奈
上甲達也
高橋あすか

営業
赤井美咲　田沼和之
市川彩花　星野公快
奥山朋子　堀内幸司
菊池裕之　若林知可
佐久間菜摘　若林優莉
高埜真子

スタッフ
安瀬真純　並木尚美
石井忠夫　根本圭佑
稲村香那　平沢京子
植田百花　宮澤亮平

校正
石渡英輔　中里玲子
渋田隼人

撮影
山下陽子

製版・印刷
東洋紙業株式会社

※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。

千葉で子育てを楽しむ
ママたちのコミュニティマガジン
まま・ここっと
vol.06 夏号 無料
発行元：株式会社地域新聞社 〒276-0020 千葉県八千代市勝田台北1-11-16 5F TEL.047-485-1100（代） 東証グロース市場［証券コード：2164］

夏休み、楽しみながら 数字も得意になっちゃおう！



こんな思いありませんか？

- ☑ 集中力や記憶力をアップさせたい
- ☑ 小学生に向けて、計算に慣れさせたい
- ☑ 暗算力を身に付けさせたい
- ☑ 子どもの忍耐力を養いたい

「そろばん」ならこの力をまとめて伸ばせます！

＼10への繰り上がりが目標／ ＼たし算・ひき算両方体験／

じっくり試したい方は

7月 8月 期間限定
夏の短期レッスン
4回コース 6,600円
※無料体験との併用はできません

気軽に試したい方は

無料体験学習
1回 無料

18時以降や土曜日のレッスンも開講中！
（詳細はホームページから）

お子さんが楽しく続けられる仕掛けがたくさん！
大人気！そろばん妖怪カード

今年・年中で夏の短期レッスン（全4回）を受講した方限定
まま・ここっとを持参した方にプレゼント！

楽しく数を学べる
絵本をプレゼント！



※一部対象外の教室もあります。
事前にご確認ください

いしど式 ISHIDO-SHIKI



やるき、いきいき、いしど式
石戸珠算学園
問い合わせ 050-3134-4188

全国300校 50年の実績
お申し込みはホームページから！
いしどそろばん 検索