

donbla.

冬号 / 2016

トングラッコ

FREE
¥0

悩みをシェアして、笑顔で子育て！

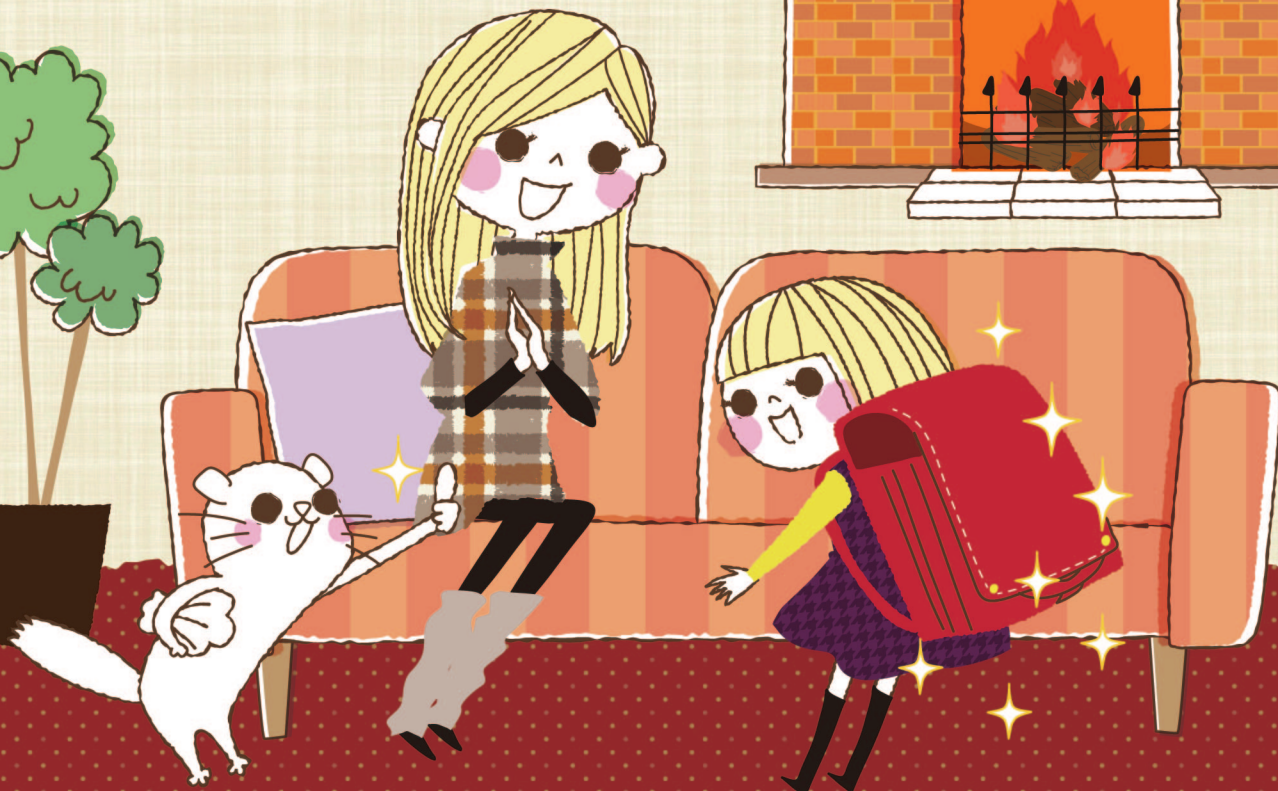
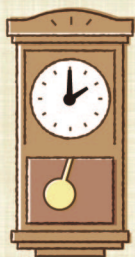
園の取組み紹介

伸びる子育て

笑顔で子育て Q&A

パパ&ママの

子育て応援隊！



これで準備はOK!!

特集

小学校入学準備

至便なアクセスと教育環境が充実のニュータウン



浅口市金光9号地モデル

快適な空間が使い心地よい和モダン住宅

販売価格 **4LDK**
2,980 (税込) 万円

お支払い例
月々 **61,518**円
ボーナス支払 102,881円 (年2回)
頭金0円 借入 2,980万円
銀行ローン金利年 0.60% 35年返済
外構 照明 カーテン
エコキュート(460ℓ) 食器洗い乾燥機



ポイント1 キッチン付近に収納スペースがあるので、とても便利

ポイント2 ダイニングには、パソコン・読書に使える造り付けカウンター付き

ポイント3 リビング・和室の南側に設けたテラスは、採光に配慮した使い勝手の良い、和風のテラス屋根を採用

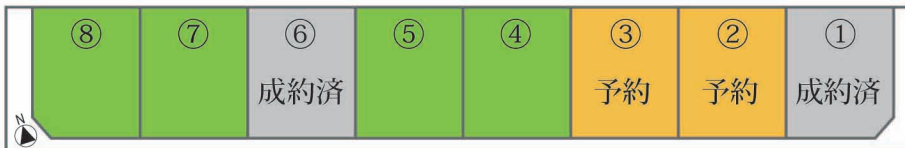
■浅口市金光9号地モデル物件概要●物件所在地 / 浅口市金光町占見 65-16●用途地域 / 第一種中高層住居専用地域●設備 / 公共下水・電化住宅・照明器具・カーテン●学区 金光小学校 (約 450m)、金光中学校 (約160m)●交通 / JR 山陽本線 金光駅まで約 600m●生活環境 / 山陽マルナカ金光店約 450m、セブンイレブン金光学園前約 700m 玉島信用金庫約 600m●備考 / H28 岡セ確建 第 500467 号 平成 28 年 6 月 22 日●登記費用・火災保険・ローン経費等は別途必要となります。



山陽自動車道鴨方インターまで車で4分、買い物も徒歩3分の充実の生活環境

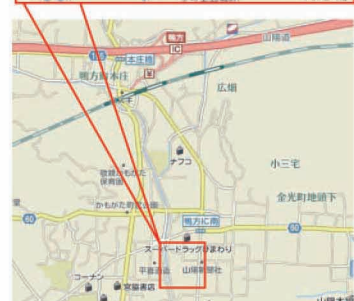
鴨方町鴨方分譲地
全区西南向き・生活環境最適

■鴨方分譲地概要●所在地 / 浅口市鴨方町鴨方 1549 番地 1●用途地域 / 非線引き区域●学区 / 浅口市立鴨方東小学校 (850m: 徒歩約 10 分)、浅口市立鴨方中学校 (1,000m: 徒歩約 11 分)●交通 / 山陽自動車道鴨方インター (約 1,600m: 車で 4 分)●生活環境 / おかやまコープ鴨方店 (約 280m: 徒歩 3 分)、かもがた町家郵便局 (約 550m: 徒歩 7 分)



■別途費用 ●給排水施設負担金: 500,000円 ●境界ブロックフェンス工事代

区画	敷地面積		販売単価 (概算)	販売価格
①	成約済			
②	200.83㎡	60.75坪	@ 150,000	¥9,110,000
③	201.09㎡	60.82坪	@ 150,000	¥9,120,000
④	201.36㎡	60.91坪	@ 150,000	¥9,140,000
⑤	201.63㎡	60.99坪	@ 150,000	¥9,150,000
⑥	成約済			
⑦	198.41㎡	60.01坪	@ 150,000	¥9,000,000
⑧	172.62㎡	52.21坪	@ 155,000	¥8,090,000



02 特集

これで準備はOK!!
小学校入学準備

06 園の取組み紹介
伸びる子育て vol.4

07 倉敷ママの悩みをシェアして
笑顔で子育てQ&A

08 子どもの健康相談室
(うじごう歯科医院・玉島病院)

09 子どもの! 親子の? イベント体験レポート
倉敷に地震が来たらどうする?

10 子どもの新しい一面を発見!
子どもの習いごと

12 子育てのために
しておきたいことと
してはいけないこと

13 パパ&ママの
子育て応援隊!

14 もっちゃんの
わくわく絵本の森

15 家族で行けるイベント情報
ドンブラッコオススメ! 子育てイベントカレンダー

16 こどもに優しい簡単レシピ



読者プレゼント
PRESENT

素敵な商品を読者の皆様にプレゼント!
プレゼントはdonbla.ユーザー登録後にご応募いただけます。

ワールドビュッフェ倉敷堀南店
ランチ・ディナーに使えるお食事券



5
名様

金のからあげ倉敷安江店
からあげに使える1,000円券



3
名様

宮原生花店
新春の寄せかご



3
名様



岡山農業公園ドイツの森
クローネンベルク
ペア入園券

3組
6名様



池田動物園
親子ペア
入園チケット

2組
4名様



ブラジリアンパーク
鷺羽山ハイランド
フリーパス
ポート(ペア)

5組
10名様



とっとり花回廊
ペア入園券

3組
6名様



渋川動物公園
ペア入園券
+お好きなアイス
クリーム2個

1組
2名様

「子連れOKのお店は?」「おいしい料理のレシピは?」など迷ったら、donbla.ウェブサイトにGO! 倉敷の便利で楽しい情報が満載です。一度アクセスしてみてくださいね♪



これで準備はOK! 小学校入学準備特集



小学校入学前に知っておきたい情報を、倉敷市教育委員会に聞きました!



直前で困らないためにも準備は早めに取り組もう。

入学前に準備すべきものはたくさんあると思いますが、タイミングとしてはいつから行うものですか?

学校で使うものに関しては、入学先の学校の指示に従いましょう。就学時健診や、一日入学時に行われる保護者説明会で購入品リストが配られると思うので、それを参考に購入してください。指導の都

合上、制服など共通のアイテムを購入していただきたいものもありますが、個人で購入しても良いものもあるので、よく確認してください。
入学式までの具体的なスケジュールを教えてください。

10月ごろになると、各小学校で「就学時健康診断」が行われます。会場や日時については、教育委員会からはがきでお知らせをしています。その後、小学校に慣れることができるように、給食や生活科の学習を通して小学校と交流をしている幼稚園や保育園もあります。2月ごろには「一日入学」があります。「一日入学」では、子どもたちは1年生の教室で在學生と一緒に簡単なゲームなどをして学習の雰囲気味わいます。保護者には、その間に入学準備の説明が行われます。そして3月に卒業卒園を

小学校入学を控えた親子にとって、入学準備は大イベント! グリギリになって焦らないように、準備は早めに行いましょう!

迎え、4月には新一年生として学校の門をくぐるのです。

学校指定の文房具は少し高いと聞きました。もし家庭で購入する場合は、どのようなものを準備すべきですか?

学校が勧めているものは、100円ショップなどと比較すると少し高いと感じられるかも知れませんが、しかし、実は学校では、二つひとつの用品についていくつもの見本を取り寄せ、先生たちが実際に使ってみて比較した上で、オススメするものを選定しています。学校が勧めているものでなければいけないという訳ではありませんが、子どもたちが使いやすいものを考えて、吟味しているのです。そのことを、家庭で購入する場合も参考にしてみてください。できるような機能面を重視し、比較的シンプルなものを揃えたら良いかと思います。同じものを長く使うことでものを大切にすることを育みたいですね。入学時には全ての持ちものに記名するよう学校からお願いがあると思います。記名する手間を考えて、持ちものは計画的に購入をしましょう。また、家族が心を込めて記名してくれたものは、子どもたちも大切にしたいと思います。

監修:倉敷市教育委員会 有森真理さん、藤野祐子さん / 倉敷市 こども未来部 子育て支援課 松浦充宏さん

いつから準備すべき? 入学までのスケジュール



業界初! デュアルドライブ 体験したみんなが驚いた! 両輪駆動のスゴさ!

試乗しなきゃもったいない!

3人乗りでも快適な走り! 乗せおろしもラク

bikke cri ビッケ グリ **137,200円(税込)**

Ueno サイクルUeno

倉敷市亀島 2-5-1
営業 10:00 ~ 19:00 休 毎週木曜日 駐 5台
Tel.086-447-5006

ヤマダ電機・旭町西
亀島 二郵便局
亀島西

うさぎやオリジナル **筆入れ**

新モデルは更に機能性アップ

12月下旬発売!

好評発売中!

うさぎやオリジナル筆入れ 男の子用・女の子用 **2,200円+税**

うさぎや 文具 **検索**

※画像はイメージです

「聞く力」を身に付けよう。

— 小学校は幼稚園や保育園と比べて生活リズムも異なると思いますが、子どもができるようになっておいた方がよいことはありますか？

（人の話をきちんと聞けるようになっておくことです。まず自分の思いを相手にきちんと伝えられなければ、人の話を聞けるようにはなりません。そのためにも、短時間でも良いので、子どもが何を言いたいかをしっかりと向き合っておいてあげてください。一生懸命話している時には目を見て聞く、それだけでも全然違います。結局、聞くということ、相手のことを理解しながら受け入れるということ、それはこれから集団生活を送っていく上で、とても大事なことです。聞く気持ちがあれば、勉強もどんどん吸収していけるのです。

— 生活環境が変わると、心にも変化がありそうですね。

子どもたちにとっては大きな環境の変化なので、慣れるまでは不安を感じる場合もあります。例えば、友達のちよつとした言動が気になったり、不安な気持ちを上手に伝えられず、急に甘えたりする子どももいます。保護者にとっても、幼稚園や保育園と違って担任の先生と直接話す機会が減るので、学校での子どもの様子が掴みづらいと感じることもあるでしょう。不安や心配なことができた時には、遠慮をせずに担任の先生に直接聞いてみてください。積極的にコミュニケーションを取り、担任の先生と力を合わせることで子どもの不安を取り除くことができればと思います。



新米ママの強い味方!!

先輩ママに聞く **アレコレ**

新米ママにとって、小学校入学は未知の世界。何をどうすれば良いのか分からないママたちに先輩ママが体験談を教えてくださいました!

通学路と一緒に歩くことですね。交通標識の意味や通学時に危なそうなポイントを確認できたので、親にとってもやって良かったと思います。(はなちゃんママ)



最初の国語の授業が、「自分の名前を紙に書く」ことだったので、ひらがなを覚えさせておいて良かったです。(佑樹ママ)



やって良かったこと

「時計の針が5になるまでに食べ終わろうね」というように、時計を見て行動する習慣を身に付けたことです。(M.K.さん)



やっておけば良かったこと

給食の時間が思っていた以上に短かったので、家で練習しておくべきでした。(H.K.)



牛乳が嫌いで給食がストレスに。牛乳が原因で「学校に行きたくない!」と言ったこともあり、小さい頃から少しでも飲める練習をしておけば良かったです。(みっちゃん)



番外編 ママ同士のトラブルってある?

ほとんどありません。先輩ママが好意的に教えてくれるので、安心してください。ただ、子どもの言葉が原因でトラブルに発展してしまうケースもあります。子どもの言葉には不透明な部分が必要です。担任の先生などに状況を聞くなどして、トラブルを回避する行動をしましょう。

明日をもっと、よく GUNZE はじめの1歩は、1日体験!

冬の1日体験 キャンペーン 12月まで



お子さまのファーストスクールには、グンゼのスイミングがおすすめです。

1回 540円 で体験いただけます!

さらに 体験後に入会された方 全員にもれなくプレゼント!

水着・帽子・オリジナル エナメルバッグ



IVY SQUARE 楽しさ感じて、ココロもカラダもハッピーに。 グンゼスポーツアイビースクエア

〒710-0054 倉敷市本町16-54 TEL.086-422-2001 営業時間 平日/9:00~24:00 土曜日/9:00~22:00 日・祝日/9:00~20:00 休館日 毎月15日・月末

0120-516-390 http://www.gunzesports.com/kurashiki/



小学生の放課後を 支える学童保育って？



我が子が保育園を卒業し、小学校に入学した時、親としては感慨深いものがありますよね。でも、子どもを保育園に預けていた共働き家庭にとっては、これまでの生活リズムが異なるところもあり、不安も出てくるでしょう。ここでは、働くパパ・ママの強い味方「学童保育」についてご紹介します。

保育園と小学校の大きな違いは 子どもの帰宅時間にあり！

おやつやお昼寝の有無、勉強か、遊びを通じての保育か…など、保育園と小学校にはいろいろな違いがあります。その中でも、働くパパ・ママが一番気になるのは、子どもの帰宅時間の差ではないでしょうか。朝早くから晩まで保護者の都合に合わせて預かってもらえる保育園と違い、小学校の登校・下校の時間はキッチリ決められています。しかも、小

一日の流れ

保育園	小学校
登園	登校
給食 おひるね おやつ	給食
降園	下校
7:00	
8:00	
9:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	

学校は保育園よりも下校時刻が早いので、これまでのように子どもの降園時に合わせて帰宅することは難しくなります。保育園時代に職場の「短時間勤務制度」を利用していただけ場合は、小学校に上がるとその制度を利用できなくなってしまうことが多いので注意してください。

それでも、「これまで通り働き続けたい！」という人には、「学童保育」の利用がオススメです。

あなたは知ってる？ 共働き家庭の強い味方、学童保育。

学童保育とは、昼間、保護者が家にいない小学校の児童を放課後に預かり、生活の場を与えたり遊ばせたりしている保育事業のこと。児童の健全な育成を図ることを目的としています。倉敷市では民間事業者が実施している場合もありますが、市の事業として「放課後児童クラブ」を設置し、全区の児童を対象に実施しています。

では、「放課後児童クラブ」とは具体的にどんなところなのでしょう。倉敷市の子育て支援課を直撃し、働くパパ・ママにとって役立つ情報を聞いてきました。

放課後児童クラブとは？

「放課後児童クラブ」は「学童保育」とは違うのでしょうか？

「学童保育」とは、小学校の児童を放課後に預かる事業の通称です。そして、厚生労働省が所管する「放課後児童健全育成事業」の運営方針に沿って、倉敷市が設置しているのが、「放課後児童クラブ」です。

「どんな場所で運営しているのですか？」

小学校の教室を借りたり、学校敷地内の専用施設で開設していることが多いですね。中には、学校敷



地外の民間施設を借りて運営しているクラブもあります。小学校周辺にあることが多く、子どもが移動する距離が短いので、保護者は安心できると思います。

「利用対象者を教えてください。」

昼間、仕事などのため家に保護者がいない小学二年～六年の児童が対象です。毎年数百人単位で増えています。2016年

4月時点での利用児童数は約4500人でした。その内の8割以上が小学校低学年の児童です。

「低学年の児童の利用が多いんですね。ちなみに、市内どの小学校の児童でも利用できますか？」

はい、できます。学区内にある児童クラブを利用してください。ただ、市内には児童クラブがない小学校区が2ヶ所あるので、その場合は隣接小学校区にある児童クラブを利用していただいています。

「では、クラブの開所時間や利用料について教えてください。」

クラブの運営は地元の人たちで構成している運営委員会にお願いしています。運営委員会ごとに開所時間や利用料（保育料）を設定してもらっているので、クラブによって利用条件は異なっています。利用される場合は、各クラブに問い合わせる時間や料金について確認してみてください。



私の家から近い 「放課後児童クラブ」の 場所って？

「放課後児童クラブ」は働くパパ・ママをサポートしてくれる強い味方です。クラブの場所や利用時間、利用料に関しては、倉敷市子育て支援課のwebサイトに詳しく載っているのでチェックしてみてください！



あなたの子育てを応援します。
たましん

出資
会員様
限定

ジュニア倶楽部 会員募集中!!

ご入会いただいた方に
ジュニア倶楽部会員様専用
マイフォト通帳

お子様のお写真を
通帳に印刷いたします→



※持参いただいたお子様の
写真が、通帳の表紙を飾ります！
※写真はイメージです。

- 預金商品 ●ジュニア普通預金(マイフォト通帳) ●ジュニア積金
- ローン商品 ●住宅ローン優遇特典 ●ジュニア学援
●ジュニアカーライフプラン(ジュニアエコカーローン・ジュニアリピートプラン)
- 共通商品 ●当金庫主催または、協賛するお子様向け企画・イベントのご案内

など様々な会員特典をご用意しております。
詳しくはお近くの玉島信用金庫までお気軽にお問い合わせ下さい。

ゆたかな生活 夢ある街づくり 〒713-8686 岡山県倉敷市玉島1438番地
TEL:086-526-1351(代)
玉島信用金庫 http://www.tamashin.co.jp/

自ら学び・考え・解決する力を鍛える

新時代の自立指導

自立できる力を養い、学ぶ力を積古する。だから「塾」ではなく「自学道場」

子ども達は自分の力で解決できる！

目まぐるしく変わる情勢の中、学習の内容だけではなく、学習の形そのものが変化を見せています。私たち親の世代の常識が通用しない昨今、これから生き抜くために子どもに与えてあげられるものは何でしょうか？それは正しい答えや目に見えた結果をただ教えてあげる事ではないと、私たちは考えています。

生活に関する不安を抱えている事でしょう。

自学道場で学んで欲しいのは、単に苦手科目の克服や受験対策といったものではありません。自分に必要な学びとは何か、それを自ら決める事ができる『決断力』、必要な情報を得る為に自らの力で調べ、選択をする『思考力』、情報や考えを自分に合った最適な形で伝える事ができる『表現力』、これら三つの力を育てる事が、私たち自学道場の務めです。この力は不変かつ普遍的の力とも言えます。学が楽しさを自ら発掘する事が出来れば、学校での勉強に役立つだけでなく、生涯において自分を高めるスキルになり得るでしょう。

見聞きし、思考する力が育まれる学習法



自学道場で学ぶ、これから必要とされる3つの力



「うちの子、勉強が嫌いだ」「何にも興味を持っていないよ……」「そんな悩みを持つお母さんお父さんは少なくありません。これから就学を控えたお子さまのいる家庭でも、学習を始めとする学校



自学道場ヘッドコーチ 安永 吉光さん

表を聞いた低学年の生徒が、発表で耳にした言葉に興味を持つチャンスに出会う。そして自ら調べ、尋ねる事によって、学習や知識に年齢の枠を設けずに、幅広い視野で興味を広げる事が出来ます。



起業やプログラミングを体験「スーパーキッズプロジェクト」

自学道場では、普段の学習に加え土曜や長期休暇時などを利用しての『スーパーキッズプロジェクト』と題した21世紀型学習プログラムを予定しています。プレゼンテーションという形で自らを表現する事を学ぶ表現力の授業や、ロボットを動かすことを目的としたプログラミングの授業、企画発案から広報・営業・販売や精算に至るまでを子ども達の手で行う起業体験プログラムなど、より深く具体的な体験の中で、将来やりたい仕事や自分が得意とする分野、立ち位置などを学ぶ事が出来ます。例えば前回の起業体験においては、アイデアを出す事が得意な生徒もいれば物怖じせず営業に回る生徒、物販販売での計算が得意な生徒など、個々の得意を見つけ、それを活かす事が出来る体験となりました。

学びの喜びを知り、頭と心が育つ場所

現在、体験入学後の生徒の入塾率は驚く程に高く、また離塾を希望する生徒はほとんどいません。生徒一人一人の考えや悩みを私たちは置き去りにはしません。つまづいた時、壁が立ちふさがった時、それに立ち向かう力を育てたいと感じているのは誰よりも生徒自身です。何故出来なかったのか、間違えたのかを自ら振り返り思考する。その繰り返しこそが子ども達にとっての学びであると考えられています。

嫌いだと思っていた勉強が、実は楽しみ方を知らないだけだった。興味を持っていないのではなく、興味の向け方が分からないだけだった。そんな気付きを得た生徒たちは、たった数ヶ月で見違えるほどに自ら学ぶ事を楽しんでいきます。自分のペースを探しながら、学年の違う生徒たちと日々向き合い、自らが掲げた目標の為に頑張る事が出来る場所。それが自学道場です。

ドンブラッコ 読者限定! キャンペーン

12/31(土)までに入会
または2017年度受講予約
をお申しいただいた方は
入会金無料! (先着20名) ※10,000円

安永教育学院 自学道場

お問い合わせ受付時間/13:00~19:00 定休日/土・日・祝日
倉敷市西中新田313-2(2F) 大高小学校徒歩5分
Tel.086-434-8088 自学道場 検索

私がお答えします!



学校法人 尾形学園
しらゆり幼稚園
園長 尾形 恭介先生(右)
早川 志穂先生(左)

伸びる子育て 園の取組み紹介

小学校入学に
向けて
心の準備を
整える!

vol.4

どんな親も、我が子が集団生活を送りやすい幼稚園に入園させてあげたい気持ちは一緒。
ここでは、子どもを育てるためにより特化した取組みを持つ園をご紹介します。

子どもの感性を育むことで心の成長を促す。
考えて行動することの大切さを伝える教育。

小学校入学に向けて、 心も体もしっかり準備!

当園では、健康な体を作り、食を大切に思う心を育てるためにも年を通して食育を行っています。2010年から始めた小学校の給食を園児に体験してもらう「学校給食試食会」もその一環です。

幼稚園の給食はお弁当箱に入ってくるので、配膳の仕方や大きさ、量、食べきる時間など、幼稚園と小学校には大きな違いがあります。そのことを子どもたちに体験させ、小学校のことを少しでも知って自信を持って欲しいと思います。

また、小学校入学前までに「自分のことは自分でできるように」なるよう、指導をしています。例えば運動会。あえて先生たちは指示を出しません。園児一人ひとりが考え、協力し合って準備や片付けを行っています。その結果、自分で考えられ、へん話を聞く時に静かにすることができ、指示されなくても実践できるようにになりました。大人になるにつれ、考えて行動しなければならぬことが大切だと思っています。



▲初めての小学校給食にドキドキ。パンに野菜やハンバーグを挟んでハンバーガー作りに挑戦!

園児一人ひとりの感性を育てる レッスンで、心の成長を促す。

リトミック教育を筆頭に、専門講師を招いて体操や英語、年長クラスは硬筆やお茶の作法を学ぶ特別レッスンも行っています。子どもたちが「本物」に触れる重要な機会となります。幅広く経験を積むということは、成長する上でも大事なことですからね。みんな自分から姿勢を正して積極的に授業を楽しんでいるようです。



▲子どもの感性を育てるため、リトミック教育も実施

取組み まとめ

しらゆり幼稚園の

- ★ 小学校入学に向けた給食体験
- ★ 自主的に考えて行動できる環境
- ★ 本物に触れる特別レッスン



学校法人 尾形学園 しらゆり幼稚園
倉敷市中庄団地5-4
☎086-462-9786



▶他の子育て支援記事を読む



地域最安値!

年賀状プロショップ

トప్పワン

写真入り年賀状

写真入り年賀状

デジカメ・スマホ・携帯・写真から

12月10日(土)まで 12月11日(日)~31日(土)まで
早割 1枚 29円 (税込) 1枚 39円 (税込)

※宛名印刷は仕上がり後はできません。事前に印刷してお持ち込み下さい。
写真なしの年賀状・喪中印刷も承ります。

年内のお渡しは 12月31日(土) 受付まで

ゆめタウン
倉敷店1階

時計屋さんとサービス
カウンターの前

AM9:30~PM8:00
倉敷市笹沖1274-1
Tel.441-0205



東連島
エブリイ店

Pモール内/ダイソー横

AM10:00~PM7:00
倉敷市笹沖1274-1
Tel.448-0245



笑顔で子育て

Q & A

倉敷ママの
悩みを
シェアして

予防接種について
お話を聞きました!



倉敷市保健所 保健課
感染症係
井田 翔女 さん

インフルエンザや感染症の胃腸炎などの病気が蔓延しがちなこの季節。子どもの免疫力が弱いと病気にかかりやすくなるので大変です。そこで注目したいのが予防接種ですが、効果が期待できる分、不安もあるでしょう。ここでは、そんな予防接種に関する不安を解決します!

予防接種に適した接種時期

定期予防接種のワクチンには、種類ごとにそれぞれ接種に適した時期が決められています。ここでは、その一例をご紹介します。予防接種のスケジュールは子どもの体調などをみて、かかりつけ医と相談して決めましょう。

●接種時期の一例



- 好ましい接種時期
- 予防接種法で定められた対象年齢
- 対象年齢の内、標準的な摂取期間

予防接種に行く前に

予防接種を受ける前に次の4項目を確認しておきましょう。

1. 子どもの体調が良い
2. 予防接種の必要性、効果、副作用について理解した
3. おやこ健康手帳、予防接種シールを用意している
4. 予診票は記入済み

今冬注意すべき流行病は？

今年は特におたふく風邪が流行っている所以要注意。おたふく風邪のワクチンは任意予防接種ですが、かかると合併症が多く、重症化によって難聴になるケースもあるので接種しておくことをオススメします。

Q 予防接種って本当に打つ必要があるの？ 副作用は？

A 法律で定められている予防接種は副作用がほとんどないと言われていています。実際に病気にかかって重症化するリスクを考えると、予防接種で病気を防ぐことが大切です。例えば、はしかや風しんはワクチンで防ぐことができます。おやこ健康手帳、予防接種シールを医療機関へ持参してください。医療機関によっては、病気の診療時間とは別に予防接種の時間を設けているので、事前に連絡をしてから受診しましょう。

Q 予防接種にはどんな種類があるの？

A 予防接種には定期予防接種と任意予防接種があります。定期予防接種は、予防接種法に基づく予防接種で、BCG・麻疹（はしか）風しん混合小児用肺炎球菌・四種混合水ぼうそうなどの10種類です。定められた対象年齢、期間で受けると無料で接種できます。任意予防接種は、ロタウイルス・インフルエンザなどがあります。任意予防接種は予防接種法に位置づけられていないため、実費負担になります。

お問い合わせ

倉敷市保健所
倉敷市笹沖170
☎086-434-9810

詳しくは
こちらから

(情報提供)
倉敷市保健所 保健課

「子育てをするなら
倉敷でといわれるまち」
を目指して!

子どもの2回接種が普及し、ほとんど発生がなくなっている病気です。そのため、幼少期に自然に感染することが減り、予防接種を受けていない人は免疫を持たないまま大人になります。はしかについては、今年、国内での感染者が多数報告されており、風しんについても、平成25年頃に接種率の低い世代の間で大流行しています。予防接種で防げる病気は予防しましょう。もし、予防接種で重大な副作用があった場合には、医療費や医療手当てなどが補償される制度もあります。

予防接種は種類や回数が多く、決められた期間内に接種をするのは大変だと思えます。接種当日に子どもの体調が悪くなると接種できないこともあるかと思えます。かかりつけ医に相談するなどして、しっかりとスケジュール管理を行いましょう。

堀南の野菜・魚 ぼっけえ市場

とれとれの野菜はもちろん、漁師さんから直接買い付け! とれとれイキイキの魚でいっぱい!!

毎月第1・3土曜日 餅つきをしています!
※正月餅も受け付けています!

12月の営業は **31日(土)まで**
新年は1月5日より営業

堀南の **ぼっけえ市場** ☎086-436-8787
倉敷市堀南794-1 ☎30台
水曜日 8:30~17:30

この冬、毎日頑張るママ&パパの心と体をリフレッシュ!

家族の為に、毎日家事や仕事でお疲れのママ・パパ。子育ては体力勝負ですから、たまには心と体のメンテナンスが必要です! 「ほくし」や「ストレッチ」で体をリラックスさせることで、体だけでなく心もリフレッシュできますよ!

はやし整体院
~カイロプラクティック・整体~
Tel.086-423-1819
倉敷市堀南687-2
営業/平日9:30~17:00
土曜9:30~20:00/日曜9:30~12:00
(最終受付は各30分前まで)
休/祝祭日 駐車場/1台

予約時に **ドンラッコ** を見た! で

Coupon
リフレッシュコース
●からだをほぐす
リラクゼーション
30分
2,000円 → **1,000円**
ドンラッコ はやし整体院 検索
※他券併用不可※2/28(火)まで

子どもの健康相談室

すくすくと育つ子どもの健康は何かと気になるもの。ここでは、今の季節に気になる病気や症状について、小児科や歯科など、各医院の先生が詳しくアドバイスをしてくれます！
しっかりチェックして子育てに役立ててくださいね♪

歯科

子どもの歯医者嫌いを取り除こう！

「歯医者が苦手な子どもにならないためには？」

この時期ならでは、という訳ではありませんが、幼少期から虫歯にならないように気を付けましょう。虫歯になつてから慌てて歯科医院に駆け込むのでは遅いのです。大人がしっかりと歯磨きを教えてあげることが大切です。

初めて歯のトラブルが起きた時、保護者に無理やり知らない場所に連れて行かれ、知らない人に口の中をいじられるというのは、子どもにとっては恐怖でしかありません。それがつまり、「歯医者さん＝怖い場所」という認識を持つ原因になるのです。

もし次にトラブルが発生しても、怖くて行きたくないからと異常を我慢し、症状が余計酷くなることもあります。そのような事態を防ぐためにも、日頃から定期的に歯医者を訪れ、子どもが慣れ親しむ状況を作ることが大切です。虫歯の有無だけでなく、子ども一人ひとりの歯が健康に発育しているかどうかをチェックするためにも、歯科検診は定期的に行つた方が良いでしょう。

歯科医院に行きたくなる、楽しいイベントが多数。

当医院は、子育てを積極的に応援する「おかやま子育て応援宣言企業」として、子育て世代が気兼ねなく来院できるような取り組みも行っています。例えば、子どもの

健康と虫歯ゼロを願つて10年ほど前から「ピカツ子クラブ」という会員制クラブを設立したり、子どもが来院しなくなるように、ハロウィンやクリスマスなどさまざまなイベントも開催したりしています。もちろん、ママが治療に専念できるよう、週2回、子どもを預かる託児サービスも行っています。親子揃つて歯の健康を意識し、維持してもらうための環境づくりを心掛けています。

健康と虫歯ゼロを願つて10年ほど前から「ピカツ子クラブ」という会員制クラブを設立したり、子どもが来院しなくなるように、ハロウィンやクリスマスなどさまざまなイベントも開催したりしています。もちろん、ママが治療に専念できるよう、週2回、子どもを預かる託児サービスも行っています。親子揃つて歯の健康を意識し、維持してもらうための環境づくりを心掛けています。



開業以来、子どものくつろぎ空間として親しまれているキッズスペース



お話を伺ったのは

倉敷の歯科 うじごう歯科医院



倉敷市中庄414
TEL.086-463-6500
[診]9:00~12:30, 14:00~18:30,
土曜9:00~12:30, 14:00~17:00
[休]日曜、祝日
[P]6台(第2駐車場あり)



宇治郷 好彦 先生

1987年岡山大学歯学部卒業。
趣味は旅行や食べ歩き。 mottoは「一生勉強、一生青春」。

小児科

免疫力が低下する冬は、病気に注意！

冬の感染症対策には、十分な睡眠や栄養補給も忘れずに。

冬のシーズンになると1日中寒くなるため、子どもは特に免疫力や体力が低下しやすくなります。そこで注意したいのが、インフルエンザやRSウイルス感染症、嘔吐下痢症といった感染症です。これらに感染すると、高熱や咳、嘔吐、下痢などの症状が起きるので、早めに病院を受診してください。

中でも、感染が拡大するインフルエンザには要注意。1~3日の潜伏期を経て、悪寒を伴う高熱や全身倦怠感を伴って急激に発症します。その場合は安静にし、十分な保温や睡眠、栄養を取ることが大切です。その後、肺炎などの合併症がなければ、1週間~10日以内には快方に向かうので安心してください。感染症の流行期だけでなく、日頃から睡眠や栄養を十分に取って、手洗いがいをしっかり心掛けましょう。

玉島で最初の病児保育室を設けた病院。

玉島地域で先駆けて始めた病児保育は、今では年間600人も子どもが利用するまでになりました。利用前には必ず診察を行っており、症状を見極めてから受け入れています。病児保育施設には保育士2人が常駐しているので、もし途中で病状

が急変した時にも素早い連携ができるのです。初めて利用する子の中には、母親と離れる不安から涙する子もいるので、その子が早く落ち着けるように保育士が抱っこをしたり、子どもに好きなおもちゃを置いて一緒に遊んだりして、少しでも早く不安を解消できるようにしています。

もし、病児保育に不安や心配がある場合は、まずはお試しとして半日利用してみたいかがでしょうか。

病児保育には保育士2人が常駐。病状急変にも対応しやすい



病児保育には保育士2人が常駐。病状急変にも対応しやすい

お話を伺ったのは

公益財団法人 弘仁会 玉島病院



倉敷市玉島乙島4030
TEL.086-522-4141
[診]9:00~12:00(受付~11:30),
15:00~18:00(受付~17:30)
[休]日曜、祝日、年末年始
[P]17台



瀬崎 宏之 先生

久留米大学医学部卒。現在は、1999年から勤務する玉島病院にて院長を務める。





たいけん

子どもの!

親子の?

体験イベント レポート



倉敷に地震が来たらどうする?

地震大国日本、今年も日本のあちこちが揺れ、10月の鳥取地震ではここ倉敷が大きく揺れたのも皆さんの記憶に新しいですね。比較的災害が少ないと言われていた倉敷ですが、皆さんはご家庭で「防災」について子どもたちにどのように伝えていますか?この機会に「防災」について家族で一緒に考えてみては??



倉敷も揺れた先日の鳥取地震からさかのぼること2か月、倉敷市西阿知の遍照保育園では「子ども防災体験プログラム」が行われていました。この取り組みは「子ども防災ネットワークおかやま」(事務局:全労済岡山県本部内)が推進する子どものための防災体験プログラム(監修:危機管理アドバイザーの国崎信江さん)で、講師は一般社団法人チカクの三村芳恵さん、参加したのは25名の年長組の元気な園児たちと3名の保育士さんでした。



地震を知ろう!

まずは子どもたちに熊本地震について聞いてみました。「みんな4月に熊本で起きた地震のこと知ってる?」「知ってる〜」「どんなことが起きた?」「家が壊れた!」そうです。みんな子どもながらに何が起ったか、地震は怖いんだということをちゃんと理解しているんです。この防災プログラムでまず最初に学ぶのは「揺れたら、ダンゴムシ!」、とにかく自分の頭を守ることが大事、ゲーム感覚で何度も繰り返し練習することで、ダンゴムシポーズを自然と身に付けていきます。地震が収まったら、今度はケガをしないように避難すること、大きな絵本を使って避難所に向かうときには出来るだけ安全な道を通っていくことを教えてもらいます。

避難~人助け♡

次のがれきの上を歩いてみます。本物のがれきは危険なので卵の殻で代用してその上を恐る恐る...「痛くない!けどもしこれがガラスだったら?」と想像力を働かせることで子どもたちはその危険性を理解します。自分たちの安全を確保したら今度は周りに困った人がいないか確認です。「誰か助けて~!」あつ、オランウータンのタケシ君が地面と倒れた木の柱の間に挟まれて助けを呼んでいるよ!さあ道具(ジャッキ)を使って助けましょう!本当は子どもたちには難しいことだけど、こういう経験を通じて命を大切にすることや、自分が同じ目にあったときに助けが来ることを信じ待つこと、道具があれば助かるかもしれないことを伝えることを学びます。



包帯をつくろう!

そして次はシーツを裂いて包帯作りです。包帯がなくても代用品で役に立つものが自分で作れることを知ります。最後にその手作り包帯に思い思いのメッセージを書き入れて、巻き機で巻いたら今日のプログラムは終了!自然の脅威にも負けずに立ち向かえる子どもたちに成長しました。

遍照保育園の先生にお伺いしたところ、先日の地震の際にも園児全員無事すみやかに園舎外へ避難することが出来たそうです。園児達だけでなく先生達もこのプログラムを経験したことにより、防災の意識が高まっていると教えていただきました。皆さんのご家庭でも家にいるときに地震が起きたらどうするか、どこに避難するか、避難所にはどんな行き方(複数)があるのかを話し合ったり、実際に歩いてみたりすることをオススメします。

防災プログラムを実施した、チカク赤木代表から一言

このプログラムは、地震が起こったらどうするかということだけを教えるものではありません。目の前で起こったことを五感を使って感じ、観察し、考え、命を守るために最善と思える行動ができる人になるように、子どもにはその力があると信じて伝えています。防災体験プログラムに興味のある方は右記QRより「子ども防災ネットワークおかやま」のHPからお問い合わせください。



地デジでたまテレ(12ch)を見よう! 地域の情報盛りだくさん たまテレちゃんねる



たまテレNEWS — 地域の「いま」を届けます。

まちの話題を中心に、毎日夕方6時からオンエア。幼稚園・保育園、学校行事のイベント情報がいっぱい。地域みんなの笑顔が主役のNEWSです。

たま テレ www.tamashima.tv

0120-37-7075 営業時間:午前9:30~午後6:30 年中無休
玉島テレビ放送株式会社 倉敷市玉島阿賀崎1-2-31 〒713-8121 tel.086-526-7075



子どもの新しい一面を発見!

子どもの習いごと

お子様の成長のために、習い事を始めてみませんか?
思わぬ発見や、出会いが待っているかもしれません!

iTeen 倉敷駅前校

教育のプロによる、プログラミング教室
iTeen 基礎から学べるプログラミング!
ほんきのまなび、はじめました。

プログラミングと言えばゲームやアプリ開発を思い浮かべる方が多いですが、実はエアコンなど身近な場面にも活用されている、今後もっとも必要とされる知識・技術です。iTeenでは、親しみやすいロボット操作やゲーム作成を通じて、楽しみながらもプログラミングの基礎をしっかりと学ぶ事が出来ます。入塾は5歳から。個別指導形式で、PC操作の基礎やITリテラシーの教育も行いますので、PCを触った事のないお子さまでも安心してスタートする事ができます。



今だけ! 入会金0円やノートパソコンプレゼントなど、とってもお得なキャンペーンを**毎月先着5名様限定**で実施。無料見学も行っていますので、「**ドンブラっこを見た!**」の一言を添えて、電話・メールにてお問合せください。
※ドンブラっこ読者様限定/2017年2月末まで

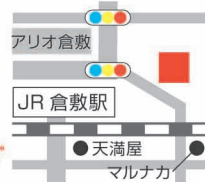
iTeen 倉敷駅前校

倉敷市寿町3-2 寿プラザ202
(ホーミーエステート2階)
営/平日、土曜日 10:30~19:30
(火、木は10:30~22:00)
休/日曜祝日 駐/有り

Tel.0120-370-270



こちらのQRから
授業風景が**360°**
ご覧になれます。



クリア・クラ 倉敷教室

初めての習い事は、レゴブロックで楽しく学ぼう!

クリア・クラが目指しているのは「問題解決能力」と「コミュニケーション力」の育成。自由な発想と考える力を養う新しい教育システムです。進学のための塾ではなく、遊びの中で「自ら考える習慣」を育てる教室です。レゴブロックを使った「ものづくり」を通じて、様々な体験をすることで学びへの興味を引き出します。

クリア・クラ 倉敷教室
倉敷市寿町1-36
Tel.086-424-6111
営/月間スケジュールによる
休/日曜日 Pあり



ファンタイムクラブ

- 倉敷教室
2月の毎週木曜日
2日・9日・16日・23日
- 岡山教室
2月の毎週火曜日
7日・14日・21日・28日
- 時間 / 10:30~11:30
- 対象 / 2歳6ヵ月以上
- 料金 / 4,000円(4回分)
- ※定員になり次第締め切ります。

イオンスイミングスクール

今だけ! 無料体験クラス開催!
頑張るココロを育てるスイミング!

「イオンスイミングスクール」は、いつも子どもたちの笑顔と成長があふれています!初めての習い事で不安なお子さまも大丈夫!!子どもたちが大好きなコーチと一緒に頑張る優しいお友達が、みんなに会えるのを楽しみに待ってるよ!

「ドンブラっこを見た!」で
参加費0円!!



● 一日無料体験スケジュール まずはご予約のお電話を!

日程	時間	対象
〈水曜日〉 12/7・14・21	水曜日のみ 16:00~17:00	幼児(3歳~)
〈金曜日〉 12/9・16・23	17:00~18:00 18:00~19:00	幼児~小学生(低学年) 小学生(高学年)
〈土曜日〉 12/3・10・17	12:00~13:00 13:00~14:00	幼児(3歳~) 幼児(3歳~)
〈日曜日〉 12/4・11・18	14:00~15:00 15:00~16:00	幼児~小学生(低学年) 小学生(高学年)

SPACE イオンスポーツクラブ イオンモール倉敷

倉敷市水江1番地
イオンモール倉敷店1階
営/受9:00~24:00
休/スクールカレンダーに準ずる
駐/4,700台

Tel.0120-555-653



昇龍館 一福道場

**いつでも自由に
見学や体験OK!**

創設40年を迎え、伝統ある歴史のなかで剣道を通じて仲間を作り、礼儀作法や強い精神力を養ってきました。日本武道館で行われる全国大会においても、幾度となく優勝をつかみ取ってきた実績のある道場です。詳しくはホームページをご覧ください。 **昇龍館一福道場 検索**

未就学児から中学生まで入団で「防具一式」進呈!!

お問い合わせ (阿部)

Tel.090-2001-5888



練習日程表

時間 / 18:30~20:30
月曜日.....一福小学校体育館
火曜日.....連島東小学校体育館
水曜日.....福田南中学校武道場
木曜日.....連島東小学校体育館
金曜日.....一福小学校体育館
土曜日(第1・4・5)連島東小学校体育館
土曜日(第2・3)一福小学校体育館
日曜日.....一福小学校体育館

「ゴルフは初めて」と入会を迷われている方、試して安心。ナットク! 1週間体験スクール



1.
まずはご予約

動きやすい服装でお越しください。

当日ご持参いただくもの



ゴルフクラブ
初心者の方は7番アイアン1本でOK!!
シューズ
スニーカーなどの運動靴でOKです。
※手ぶらでもOK



ご本人証明証

5回体験参加費
¥2,000税別
※お支払いは現金のみとさせていただきます。



2.
ご体験初日

クラブ所定の施設をまずは体験!!
担当スタッフが詳しくナビゲートします。



◎1クール75分
(15分/座学・60分/実技)
最大5回受講可能



3.
2日目～最終日

インストラクターの丁寧なレッスン!!
安心してゴルフの楽しさを体感できます。

ゴルフを始めてみようと思っ
ている方、基礎からもう一度
やり直してみたい方、壁にぶつ
かってしまった方、私達と一緒に
悩みを解消しましょう。



インストラクター歴5年 東 新悟

体験からご入会をご希望の方
最終日または期間中に入会手続きに必要なものをお持ちくださいれば、すぐにご入会いただけます。体験後の入会なら事務手数料が無料!!
入会後も安心のサポート体制をご用意しています。

入会手続き

下記のものをご用意の上、フロントにてお申込み下さい。

通帳
お届け印
身分証明証

入会金
通常 10,000円税別
▶ **5,000円**税別

会費
(月会費2ヶ月分)

事務手数料 1週間体験後のお申込みなら
通常3,000円税別
▶ **0円**

※18歳以下の学生のご入会の場合は、保護者の承諾が必要です。
※申し込み時に登録写真の撮影を行います。
※3ヶ月より月会費は金融機関からの口座振替です。クレジットカードの作成は必要ありません。

目的に合わせて選べるクラス種別

<p>初級者～ 上級者</p> <p>ベーシッククラス 定員:10名 月会費受講料 8,000円<small>税別</small> 入会時お支払い計 (入会金+月会費2ヶ月+事務手数料) 29,000円 ▶ 21,000円</p>	<p>中級者～ 上級者</p> <p>バストビジョンクラス 定員:8名 月会費受講料 8,000円<small>税別</small> 入会時お支払い計 (入会金+月会費2ヶ月+事務手数料) 29,000円 ▶ 21,000円</p>	<p>幼稚園～ 高校生以下</p> <p>ジュニアクラス 定員:10名 月会費受講料 4,000円<small>税別</small> 入会時お支払い計 (入会金+月会費2ヶ月+事務手数料) 21,000円 ▶ 13,000円</p>
--	---	---

※通常、各コース共、入会時には月会費の他、入会金10,000円、事務手数料3,000円を申し受けます。
★スクール生特典/入会中は、ボール代金(1球10円(税別))より50%割引があります。
★ジュニアクラスは、ベーシッククラスの受講もできます。
★各コース共に、リンクスランドオリジナルの産学も受けられます。(表示価格は税別価格です)

リンクスランド ゴルフクラブ 086-430-0300

[受付時間] 9:00~22:00

◎営業時間 [早朝営業] 6:00~9:00(早朝入場料無料) [フロント] 平日・日祝日/ 9:00~24:00 金・土・祝前日/ 9:00~25:00

倉敷駅から車で **10分!!**

2号線バイパス、旧2号線から便利なアクセス。
お仕事帰りに気軽に寄れる、倉敷近郊の便利なゴルフ練習場です。



アクアラブのウォーターサーバーは85°のあつ~いお湯 粉ミルクの殺菌・調乳の手間がぐ~んと楽になります! 朝炊いたご飯も、夜まで美味しさが持続!



アクアラブの水は赤ちゃんでも安心して
飲める軟水です。安全でおいしいRO水が
家で飲みませんか?



ピュアウォーター【RO水】
AQUA LOVE
アクアラブ
3ガロン
(11.3リットル)ボトル
1,200円 (税別)

お問い合わせ・お申込みはこちらから!
フリーダイヤル
0120-030-937

無料
お試し2週間
ただいま
実施中!!

まいにち
のんでるよ!



赤ちゃん
にも
不純物が
ないので
安全!

ごはんも
美味しく
炊けます!

お茶
お味噌汁は
素材の味を
引き出し
ます!

お薬の
服用に
安心して
使用でき
ます!



ASJアクア・サービス・ジャパン本部
〒710-0803 岡山県倉敷市中島2202
TEL.086-466-1600 FAX.086-466-1611
■倉敷営業所 ■岡山営業所 ■福山営業所

OCS岡山オフィスコーヒャーサービス
〒700-0944 岡山県岡山市南区泉田1-3-14
TEL.086-222-8231 FAX.086-231-9068
フリーダイヤル
0120-028-231

保育園の先生からアドバイス!!

子育てのために

しておきたいこと してはいけないこと



教えてくれたのは…

めばえ保育園 園長
安藤 三恵 / あんどう みえさん

子育て時についっかりしてしまうことや、やっておけば良かった、と後悔してしまうこともあると思います。そうならないためにも、子どもをよく見ている先生にお話を聞きました。

ADVICE

× してはいけないこと

親が何にでも手出し口出しをしすぎてはいけません。

現代において、人から指示を出されないと何も判断できない「主体性のない大人」が増えていると言われています。その原因の一端は、幼少時代に「親が構い過ぎる」ことにあるのではないのでしょうか。食事の補助や着替えなど、子どもにすべてを任せている時間は掛かるからと、大人が手を出すことが多いでしょう。しかし、それらすべてに親が関与しては、子どもの創造性や自主性は育ちません。大人の都合を優先せず、子どもが自分でできることは、多少時間がかかったとしても、できるまでやさしく見守ってあげるべきです。



ADVICE

○ しておきたいこと

ほんの少しの時間でも、子どもの話に耳を傾けてあげてみましょう。

仕事や家事に追われてつい子どもの話を聞き流したり、「あとでね」と言ったまま忘れてしまったりすることはありませんか？ 子どもたちは、その日一日に起きた（楽しかったこと）や（嫌だったこと）などを、早くパパやママに伝えたいという思いで家に帰るのです。食事時や入浴時など、ほんの少しの時間でも良いので、毎日しっかりと話を聞いてあげましょう。

子どもは信頼する親に話を聞いてもらい、自分の思いをきちんと受け止めてもらうことで自己肯定感を養い、強い心を持つ子へと成長するのです。



? 保育園での取り組み

「ケガをしない体づくり」をコンセプトに、週一回、専門コーチによる「運動教室」を導入しています。子どもの年齢や発達状況、季節などを考慮したメニューは、運動というよりも、遊びの延長のように園児たちは楽しんでいきます。運動が苦手な子でも進んで参加しているようです。この取り組みの狙いは「基礎体力」や「上手な転び方・体の使い方」を身に付けるフィジカル面やメンタル面での向上でしたが、実際に、それぞれ目を見張る成長がありました。

また、子どもの成長を第二に考えた保育の「環」として、お年寄りとの交流も積極的に実施しています。歌やダンスを披露する子どもたちに、お年寄りが折り紙の折り方を教えてくれました。さまざまな年代の人と触れ合うことで、自然と他者へのいたわりの心や、慈しむやさしさといった感情を養うのです。

当園では、保護者のみなさんには自然体の子どもたちを見て欲しいと考えています。そうした思いもあり、園では参観日を設けておりません。その代わりに月に一度「園開放」を行っており、我が子がどのような日常を過ごしているのかを垣間見ることが出来ます。園児の保護者でなくても参加可能なので、ぜひ一度見学に来てください。



社会福祉法人愛育福祉会
めばえ保育園
倉敷市連島町鶴新田2235-3
☎086-444-3625

倉敷の生活 & 子育て情報サイト **donbla.**

「donbla.」(ドンブラ)は、楽しい内容が満載の「倉敷の情報専門」ウェブサイトです。クーポンや、話題をシェアできるコミュニティ機能、「ドンコミュ」があります。「倉敷で子どもが行けるお店ないかな?」「子どもとこんなイベントに行ったよ!」という情報や質問、悩みごとまで、お気軽に投稿してください。本誌ドンブラと一緒にドンブラも、子育てや生活にお役立てくださいね!皆さまのご参加お待ちしております!

倉敷市中島2370-14 老龍園ビル4F
営/受9:00~18:00 休/土日祝 駐/有り
tel.086-465-6296

バックナンバーもスマホ・PCで読めます!

donbla. 編集部

自宅や外出先から、簡単便利なネットでショッピング

宅配サービス **ニシナらくらく便**

育児や働く主婦・日常のお買い物に難しい方のショッピングをサポート!

お値段に関係なく1点からご注文可能!

午前中のご注文でその日の夕方・夜にお届け

登録料・年会費代引き手数料 **無料**

3500円以上お買い上げて **配送料無料**

インターネット版の無料会員登録はこちらにアクセス!

電話・FAXでのご注文を希望の方は...

ご注文には会員登録が(無料)必要です。下記番号までお電話いただき、カタログ会員にご登録の上、カタログ(無料)をご利用下さい。

nishina-rakuraku.com

ニシナらくらく便 検索

●商品のお届け時間
この中からご希望の強い時間帯をお選びいただけます。

1便 14:00~18:00
2便 16:00~18:00
3便 18:00~20:00
4便 20:00~21:00

TEL 086-421-7247
FAX 0120-247-012

パパ&ママの 子育て 応援隊!



“子育てに悩みはつきもの”とは言うものの、不安や心配を抱えるパパ・ママも多いはず。そこで、悩みを軽減し、楽しく子育てできるように、子育て支援団体から育児についてアドバイスをいただきました!



「NPO法人倉敷子育てネットワークたんぼファミリー」にお話を聞きました。

育児支援が充実した、フィンランドの ような子育て支援活動を目指して。

フィンランドの政策「ネウボラ」のように、産後も子育てママの育児支援を行うべきだと考え、NPO団体を立ち上げました。子育てについて周りに頼れる人が傍にいないママの場合、誰とも交流をせず、家の中で一人で悩んでいるという人も少なくはありません。そんな子育てに悩むママたちの救いとなれば良いなと思っています。

幼少期というのは子どもにとって重要な時期です。しかし、現代では親が子どもを自分の生活に当てはめてしまい、成長に不可欠な子どもらしい生活を送れていません。外を駆け回って体力を付け、いろいろなものと触れ合って



▲近所の公園の砂場で台所道具を使って、ママと一緒に泥んこ遊び

けたらしっかりとごはんを食べ、しっかりと睡眠を取る。それが子どもの生活であり、その土台を作るのが0歳から就学前までの時期なのです。ただ、初めて子どもができたママは母親業1年目なので分からないこともたくさんあるでしょう。ましてや、今は情報社会のため、情報量が多く、どの情報が正確なのか判断出来ない時もあるでしょう。そういう時に、正確な情報を提供し、ママの子育てをサポートしていきたいと考えています。

私たちは、体づくりの基本である、食べる、遊ぶ、寝ることを重

視しています。子どもたちを公園や山に連れ出して遊ぶ「外遊び」もその一環。それは、自分の目で見て、耳で聞いて、触って、という実体験をしっかりと積む、すごく大切な遊びだと思っています。

育児についての正しい知識を得て、 子育てを楽しもう。

ママの体は産後すぐには動けません。でも、核家族や家族の支援がない場合はなかなかそうもいきません。そういう時にフォローすべく、助産院と産後ケアセンターを併設しました。ママにはゆっくり体を休めてもらいながら、子育ての基本を学んでもらっています。

たんぼファミリーでは、地域の子育て支援拠点として「ひろばわたぼうし」を開設し、助産師、看護師、保育士、鍼灸師とさまざまな視点から子育てをサポートしています。子どもは地域の宝。みんなで支えあって、学び合って子育てしていきたいです。



NPO法人倉敷子育て ネットワークたんぼファミリー

(左)理事長 虫明さとみさん (右)川上富子さん
たんぼぼ助産院 産後ケアセンター院長としても活躍する虫明さんと、ひろば わたぼうしで子どもやママをフォローする川上さん。
<http://www.tanpopo-net.gr.jp/family>



▲上 / 青空の下、みんなで食べるごはんは美味しいな
下 / 元気に山を駆け回る様子。体力をしっかりと付けよう!

和久 仕出し お届け料理

大切な慶びの席に心を込めてお届けする
バラエティ豊かな料理。
老舗が作る本場の料理をご家庭でお楽しみ下さい。

百日祝い
お食い初め



◆百日祝膳 (ももかいわいぜん) 4,500円 (税抜)

百花のお餅も
承ります。



◆祝餅 (一升) 2,500円 (税抜)

老舗が作る本場の
味をご家庭で
お楽しみください。

◆白椀 (しらかば) 6,000円 (税抜) [45×37cm]



お届け料理の和久 ☎0120-21-1800

※ご予算に応じてオリジナル料理も承りますので、お気軽にご相談ください。※携帯電話からのご利用もできます。

お得なクーポン

全品 10%off

但し、百日祝いの方に限る
※他券併用不可
※期限 / 2月28日まで

もっちゃんの わくわく 絵本の森

vol.2

しかけ絵本&セレクト絵本専門のお店
「森のかくれんぼ」の店主・もっちゃんが、
季節にピッタリの絵本をご紹介します♥

今回は「入学・入園」と
「冬」にスポットを当てます

来年度へジャンプ♪アップ♪

いっぱい愛情をもらって成長した子ども達もそろそろ進級・新入学の時期がやってきます。子どものこの1年間を振り返って不安になったり喜んだり…子ども達と一緒にママ達も心の成長をしています。進級や入学前の不安な気持ちを楽しみに変えたい…そんな願いからのおすすめ絵本です。



「うまくいかないこと」
が大事な1歩

① ゆかいなもりでおおさわぎ 3びきのくまとおんなのこ

作/ アラン・アルパーグ
文/ ジェシカ・アルパーグ
岩崎書店: ¥2,700

3びきのくまとおんなのこがくり広げる楽しいお話が6つも収録されています。3びきのくまが33びきのくまや33個のおかゆになったり、33人の宇宙人も登場したりピンチの時やいたずらした時、どうするのかな?かわいいミニ絵本付き。



遊びながら覚えちゃおう!
集中力がつきます

② みつけてみよう五大大陸

文・絵/ ティエリー・ラヴェル
大日本絵画: ¥2,376

5つの大陸ごとに描かれたものを、見開きの絵の中で探して遊びましょう。ヨーロッパのピサの斜塔やストーンヘンジに粉ひき風車。アジアの万里の長城やアンコール・ワットに相撲力士。



あそびながら
身につけよう

③ 1から100まで がずのえほん

作/クリストファー・フランチェスチェリー
文/ベスキーモ
大日本絵画: ¥1,700

お散歩中に見つけてください。大きさを表す数字・順番を表す数字…街の中にはたくさんの数字があります。昆虫採集ならぬ「数字採集」に出かけてみてください。生活していく中で数字の大切さに気付いてほしいですね。



④ まわるまわる

作・絵: みやにし たつや
すずき出版: ¥1,100

風の音は「びゅーびゅー」「そよそよ」「ゴ〜ゴ〜」感じ方はみんなそれぞれです。じゃあ、この音を体で表すとどうでしょう? 飛んだりくるくる回ったり…

子育てママへ

通いなれた幼稚園や保育園と違って、小学校になると折り合いが付きにくいことがあるかもしれません。手をかけて頂いていた分、先生の配慮が足りなく感じるかも…中には配慮が必要なお子さんもいます。そんな時は事前に実施される就学前検診など、学校に行く機会に* 配慮すべき点 * 具体的なエピソード * 支援や対応の成功例と失敗例…など、メモ書きして参加されるとスムーズです。



年末年始の
お楽しみ

① おもちのきもち

作/ かかくひろし
講談社: ¥1,620

「おもちのきもち」考えたことがありますか?大人は子どもに「人の気持ちを考えようね」と言いますが、お餅の気持ちは…?!叩かれたり、伸ばされたり…逃げ出したくなるおもちさん。ユーモアたっぷりでコミカルな言葉。お正月に子どもにもお手伝いをしてもらってお餅つきはいかがでしょう?



② WINTER ウィンター

芸術派:
テビット・カーター作品
作/ テビット・カーター
大日本絵画: ¥1,944

赤い実のなるヒイラギの木、雪の結晶、野に咲く花々など、冬の景色が飛び出します。この季節ならではの、たくさんの発見をしてみてください。

季節のおくりもの

寒い冬でも、子ども達は雪が降ることを楽しみに待っています。雪が少ないこの地方でも同じ!絵本の中での冬体験で感覚と言葉のボキャブラリーを増やしやすくする本の紹介です。

子育てママへ

寒い日のお散歩は辛いですが楽しい発見もいっぱいです。お話しているときに現れる白い息。「ふ〜っ」ってお子さまと一緒に吐く息を表現して「お外では白いね」手が冷たくなったら、ギュッと握って「手が冷たいね。あったかくなあれ」と温めただっこ。葉っぱが凍っているのを見つけたり、つららに出会ったり…。ひとつひとつ発見をしっかりと言葉で表現して、ボキャブラリーを増やしてあげてくださいね。

絵本のこと等、お気軽にご相談ください!

もっちゃんプロフィール

森 睦子さん。元幼稚園教諭&保育士。現在は絵本アドバイザーで絵本店「森のかくれんぼ」店主。

森のかくれんぼ 倉敷市鶴形1丁目3-3・1F
Tel.086-424-0696



お子様の成長の節目にお祝いを

おい初め膳



2,800円

今も昔も、健やかな成長の記念に

赤ちゃんが生まれて100日目に一生食べ物に困らないようにと、赤ちゃんに生まれて初めてご飯を食べさせる「おい初め」という行事があります。祝い膳には赤飯、鯛などの尾頭つき、お吸い物、そして歯が丈夫になることを願って「歯固め石」を添えます。そして、生まれて初めて迎える節目では、子どもの健やかな成長を祈願し、ちらし寿司やハマグリのお吸い物、白酒などの祝い膳を囲みます。

鯛会席



お一人様
5,000円(税別)

仕出し

お一人様
5,000円(税別)



ご自宅のお祝いにも是非、ご利用下さい。漁火大名では仕出しも承っております。ご予算や人数など、ご相談に応じますのでお気軽にお電話でお問い合わせください。

いけす料理 漁火大名

倉敷市黒石1117

営業時間/11:00~15:00 17:00~22:00

日曜・祝日11:00~21:30 年中無休 駐車場あり

☎ 086-426-1212

漁火大名 検索

http://www.isaribi-daimyo.com

←至倉敷駅	国道2号線
	●ゆめタウン
	●ナンバ
	至古城池トンネル

2017年 2/1(水) ▶ 28(火)

新生活応援
全労済の
ハッピーライフ
キャンペーン

こんな方はぜひご相談ください

- 現在加入している保障内容が分からない
- 契約時から保障をほったらかし
- 証書をしっかり管理していない
- 今の掛金の負担がきつい...etc

期間中、ご来店いただくだけでもステキなプレゼントをご用意しています。



※自賠責共済の加入では粗品はお渡しできません。予めご了承ください。※1世帯につき1点とさせていただきます。



全労済は、営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしをめざしています。出資金をお支払いいただいて組合員になれば、各種共済をご利用いただけます。

全労済岡山県本部の情報がご覧いただけます。

全労済岡山県本部 ホームページ

<http://www.zenrosai-okayama.coop/>

このキーワードで検索してください。

おかやま ろうさい クリック!

岡山 6031 検索

お気軽にお越しください

全労済岡山県本部
(岡山県労働者共済生活協同組合)

ぐりんぼう倉敷

〒710-0803 倉敷市中島938-10

086-466-6031

窓口営業時間
月曜日～金曜日9:00～17:00
(土曜・日曜・祝祭日は休業)

ぐりんぼう倉敷
休日保障相談会開催します。

なかなか平日には来店しての相談はできないという方は、ぜひこの機会にご来店ください。

ミニセミナー
開催1 2016年12月3日(土)

気になるふるさと納税について知ろう!

ミニセミナー
開催2 2017年2月25日(土)

個人型確定拠出年金について

※全労済の共済の契約内容の変更なども上記日程にてお受けいたします。

楽しいイベントも盛りだくさん!

ご来店いただいた方には、お楽しみ抽選会を実施! また、小学生以下のお子さまにはお菓子のつかみどりにチャレンジいただけます。

ぜひお気軽にお立ち寄りください!



冬の根菜を
食べよう!

こどもにやさしい

かんたんレシピ



根菜は、体を温めてくれたり腎臓の働きを助けてくれるので冬におすすめです!

鶏つみれの
根菜スープあんかけ

たくさん作ってそのまま鍋もよし!
基本の根菜スープだけでも十分おいしいですが、つみれをゆでることで鶏のうまみがさらにプラス! ひと手間あんかけにするとメインの1品に!

材料・スープ・

- 鶏ガラスープのもと 大さじ2
- 昆布だし 小さじ1/4程度
- ブラックペッパー 少々
- しょうゆ 小さじ1
- 水 1200cc
- 玉ねぎ(粗みじん) 1/2個
- 人参(ささがき) 1/2本
- れんこん(いちょう切り) 1/2節
- ごぼう(ささがき) 1/2本
- しめじ(ばらす) 1/2株

・つみれ・

- 鶏ミンチ 200g
- スープの中の具材 半分程度
- おろししょうが 小さじ1/2
- みそ 小さじ1
- 鶏ガラスープのもと 小さじ1
- しょうゆ 小さじ1
- 昆布だし ひとつまみ
- 片栗粉 大さじ1.5

・あん・

- できたスープ 300cc
- 水とき小麦粉 (水大さじ3+片栗粉大さじ1)
- パセリや小口ネギ等 適量 飾り用

作り方

- 野菜を刻み、ごぼうは水にさらしておく。
- スープ材料と①を鍋に入れ、煮ながらアクを取る。
- 具材を半分取り出して細かく刻む。
- つみれ材料と③を合わせ②のスープでゆでる。
- 具材とつみれを深皿に盛りつける。
- スープであんを作ってかけ、緑を飾る。

残ったスープは冷凍して、そのままスープや別の材料のあんかけや、水餃子のスープ、ごはんを入れて雑炊やクリームリゾットにも使えます!

自家農園レストラン*ハーブや自然を感じる空間
ナチュラルライフ フラワーレ

幸せな未来の創造をコンセプトに、自家農園野菜を使ったおうちレストランや自然なものを活かしたワークショップなど幸せになる生き方の講座なども行っています。

総社市山田 2412 Tel.0866-96-1811
ホームページ <http://flavare.com/>
完全予約制ランチ《堂》木・金 11時～14時



こども達が安心して学べる環境を第一に考えました。



2,717万円
カーテン・エアコン・水道負担金込

《月々のお支払い例》2,700万円借入の場合
月々家賃並みのお支払いでOK!!

59,279円
金利/銀行ローン1.0%/35年返済の場合
ボーナス払い/約10万円

● 使い勝手抜群の水廻り!! たっぷり収納!!



3LDK

ウォークインクローゼット

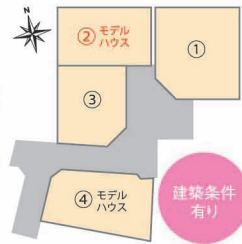
リビング階段

ゆとりの洗面脱衣所



- 万寿小学校まで 徒歩約18分
- 倉敷東中学校まで 徒歩約7分
- 倉敷翠松高等学校まで 徒歩約8分

平田モデルハウス/分譲地物件概要



■分譲地物件概要 ●所在地/倉敷市平田244-18 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/第一種中高層住宅専用地域 ●地目/宅地 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●販売区画数/4区画 ●学区/万寿小学校・倉敷東中学校 ●水道/公共水道 ●排水/公共下水道 ●上下水道負担金/50万円(税別) ●道路/西4m(幅員)・公道4m(接面) ●築年/平成28年8月 ●引渡/相談 ●構造/木造 ●土地権利/所有権 ●取引態様/売主

【建築条件について】土地売買契約締結後3ヶ月以内に倉敷ハウジングと建物建築契約を結んでいただくことを条件として販売いたします。この期間内に建築請負契約が成立しない場合は、土地売買契約は無効となります。要領済みの手付金等は全額無利息で返還します。

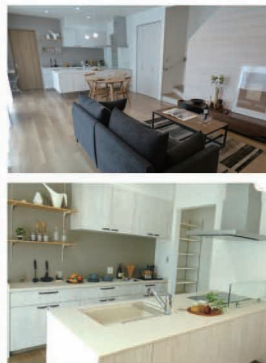
号地	土地面積	坪単価	販売価格
1号地	176.12㎡(53.27坪)	25.5万円	13,583,850円
2号地	128.05㎡(38.73坪)	23.0万円	8,907,900円
3号地	125.17㎡(37.86坪)	25.5万円	9,654,300円
4号地	148.81㎡(45.01坪)	23.0万円	10,352,300円

【2号地モデルハウス】

- 土地面積/128.05㎡(38.73坪)
- 建物面積/98.95㎡(29.93坪)



倉敷ハウジングの「家族を守る家」は震度7でも倒壊しません《高耐震》《高耐久》



3,850万円
カーテン・エアコン・水道負担金込

《月々のお支払い例》3,850万円借入の場合
月々家賃並みのお支払いでOK!!

91,742円
金利/銀行ローン1.0%/35年返済の場合
ボーナス払い/約10万円

- 金光幼稚園まで 約450m
- 金光小学校まで 約450m
- 金光中学校まで 約160m
- 天上高2.7mの開放的空間!
- 大容量収納が嬉しいクローゼット!

4LDK

ウォークインクローゼット

リビング階段

ファミリークローク



エデュケーションガーデン金光モデルハウス概要



■分譲地物件概要 ●所在地/浅口市金光町占見65-10 ●用途地域/第一種中高層住宅専用地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●学区/金光小学校・金光中学校 ●水道/公営水道 ●排水/公共下水道 ●道路/南6.05m(幅員) 開発道路 ●築年/平成28年9月 ●引渡時期/相談 ●建物構造/木造 ●土地権利/所有権 ●取引態様/売主 ●備考/団地協定あり

- 土地面積/177.35㎡(53.64坪)
- 建物面積/133.02㎡(40.29坪)



職人品質をもっと身近に。
アキュラホーム

エデュケーションガーデン金光

毎週(土)日祝見学会開催

AM10:00▶PM6:00



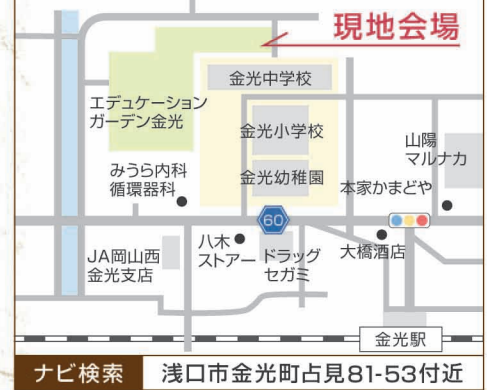
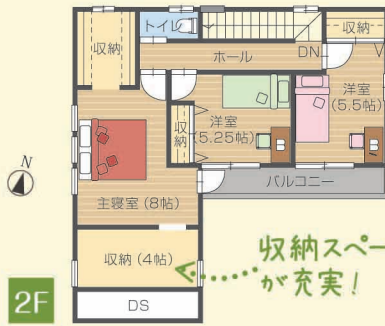
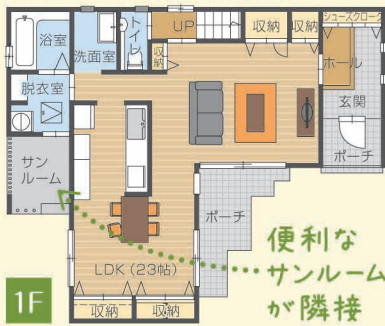
モデルハウス5号地
土地+建物 本体価格

3,880万円 (消費税込)

太陽光発電
10.07kw搭載

●土地面積/179.68㎡(54.35坪) ●延床面積/119.23㎡(36.06坪)

●モデルハウス5号地 間取り図



2016年12月1日発行

編集・発行 株式会社ドンナ 〒710-0803 岡山県倉敷市中央 2370-14 老龍園ビル4F
TEL:086-465-6296 FAX:086-465-6694 http://www.donna.co.jp/risyo e-mail:design@donna.co.jp

アキュラホーム年末スペシャルイベント
特典&お楽しみも
盛りだくさん!

アキュラホーム

参加無料!! 事前予約が必要!

12/10まで
にお申込み下さい。

※定員になり次第締め切らせていただきます。



おもてなし 感謝祭



人気TV番組に多数出演!
カンナ掛けCMでも有名な
あの「カンナ社長」が福山に!

笑うカンナ社長、福山に来たる!

12.18日

開場・受付開始 / 10:00 ~ 開演 / 11:00 ~

会場: 広島県立ふくやま産業交流館 ビッグ・ローズ
広島県福山市御幸町大字上岩成字正戸476-5



無料送迎バスをご用意しています!

- JR新岩国駅発
- 西風新都こころ発
- JR広島駅発
- JR東広島駅発
- 倉敷展示場発
- 岡山展示場発

※詳しくは下記アキュラホームフリーダイヤルまでお問い合わせください。※事前予約を受付された方にのみです。

アキュラホーム 倉敷営業所

倉敷市西阿知町西原 770-10

☎ 0120-650-043

倉敷展示場

イオンモール倉敷から西へ約3km

- 宅地建物取引業者免許番号: 国土交通大臣 (3) 第 6982 号
- 建設業許可番号: 国土交通大臣許可 (特-26) 第 21113 号

アキュラホーム倉敷

検索

おもてなし
感謝祭の
お問い合わせは