

donbla.

秋号 / 2017

ドンブらっこ

FREE
¥0

悩みをシェアして、笑顔で子育て！

・園の取組み紹介 ・子どもの心の育て方 ・パパ&ママの子育て応援隊！

・子どもの健康相談室

発達障害について vol.2
～ ASD と ADHD ～



特集

パパ大活躍

見て、作って、あそんで

秋のお出かけ

風が涼しくなり、日差しが心地よい秋は、まさにお出かけシーズン! そこで、自然豊かな吉備中央町を一日で巡るお出かけスポットをご紹介します。その他、「保育施設の入園の流れ」など、子育てに役立つ情報をたくさんお届けします。

02

特集

パパ大活躍! 見て、作って、あそんで
秋のお出かけ

06 ママパパ子育て応援キャンペーン

07 子どもの習いごと

08 園の取組み紹介
伸びる子育て vol.7

09 倉敷ママの悩みをシェアして
笑顔で子育てQ&A

10 子どもの健康相談室

12 「教えて、子どもの心の育て方」
~豊かな心を育むために~

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 vol.5

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 こどもにやさしい
かんたんレシピ

読者プレゼント
PRESENT

素敵な賞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。

ムッシュドムスタッシュ
パンお買い物券500円分



※800円以上のお買い物にお使いいただけます。

10
名様

倉敷ぎょうざ
倉敷ぎょうざ20個入り



5
名様

ぼっけえ市場
その時期の旬の野菜

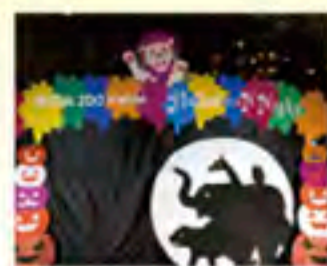


5
名様



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
鷲羽山ハイランド
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
+ポストカードセット

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.ウェブサイトへ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よう!



パパ大活躍 / 見て 作って あそんで

秋のお出かけ



ムーンちゃん(右側/3歳・メス)とバルくん(左側/9歳・オス)は、どちらも気性のおだやかな優しい馬

さわやかな秋風が吹く季節。親子で楽しめるお出かけにぴったりな体験スポットをご紹介します! 日頃は忙しいパパも、この機会に子どもたちとたくさん遊んでくださいね。

お出かけスポット 吉備中央町

岡山県の中心(おへそ)に位置する自然豊かな地域。倉敷からは車で約1時間で到着。



今回お出かけしてくれたのは



★パパ★ママ★みよちゃん(10歳)
★かいとくん(8歳)の4人家族

タイムスケジュール

- 1 乗馬体験 (徒歩10分)
- 2 もの作り体験 (徒歩10分)
- 3 自然あそび体験 (徒歩10分)
- 4 晩ご飯
- 5 天体観測

PICK UP! 01 じょうばたいけん **乗馬体験**

- Let's try /
- ☑ 馬のことを知ろう
 - ☑ 馬にさわってみよう
 - ☑ 乗馬にチャレンジ



初めて乗った馬の心地よさに夢中!

「岡山乗馬倶楽部」で乗馬体験。説明を聞いたあと、パパが馬にまたがります。さっそうとしたパパを見て、みよちゃんも続けて騎乗。スタッフに馬を引いてもらいながらコースを一周した二人は、「気持ちよかったです! もっと乗りたいね」とすっかり乗馬にハマった様子です。次は馬とのふれあいタイム。最初は戸惑っていたかいとくんも、慣れてくると自然と笑顔に。「やわらかいね。かわいいね」とうれしそうでした。



とっても眺めがいいでしょう?

◀手綱の持ち方や足の位置に気をつけて馬にまたがるみよちゃん▼緊張気味だったかいとくんも、ママと一緒に、そっとうさわっていました



岡山乗馬倶楽部

約2万坪の広大な敷地内では、馬に乗りながら自然を満喫できる。乗馬が初めての人や子どもでも楽しめる体験メニューが豊富。

吉備中央町上田西2393-11
TEL 0867-34-9911
☎ 9:00~18:00
🔥 火曜午後・水曜(祝日の場合は翌日)

体験コース料金

- 健康ガーデントレッキング(90分)…12960円
- 草原乗馬体験コース(30分)…3240円
- ポニーふれあい乗馬体験…1500円



大人の方にも貴重な体験に / 大きな馬とすぐ近くでふれ合えるので、楽しいですよ!



スタッフ 近藤 史さん

このページの風景をパノラマで公開中



読者 PRESENT 「ドンブラっこ見たよ」で、体験コース **20%OFF**
※要予約、必ず「ドンブラっこ」をご提示ください。

子どもたちに残せるもの。愛と、思い出と、不動産。

☎ **086-476-3737**

賃貸・売買 **物件ストア** 倉敷店

-F-company-

株式会社 エフ・カンパニー

岡山県知事(1)第5499号



倉敷支店
〒710-0836
倉敷市沖 289 番地 6
FAX: 086-476-3738



公益社団法人・日本将棋連盟公認

水島子ども将棋教室 生徒募集



QRコードからサイトへ飛べます

<http://www.f-re.net>

倉敷エフ・カンパニー

検索

PICK UP!
02

つく たいけん もの作り体験

- \ Let's try /
- ✓ 自然のなかで遊ぼう
 - ✓ 木材にふれてみよう
 - ✓ 植物を使ってものを作ろう



次に訪れたのは「きびの森植物園」。もの作り体験ができると聞いて、パパとかいとくんは木材で小物入れ作りに挑戦。ママとみよちゃんは園内の植物を使ってフラワーアレンジメントを体験しました。くぎを打つのは初めてのかいとくんですが、パパと熱心に取り組んでいます。女性陣も、集めてきたお気に入りのお花をバランスよく挿していき、アレンジメントが完成。また、園内にはスタッフ手作りの遊具も。特に、斜面をそりで滑走する「草滑り」に、大興奮の子どもたちでした。

初めての木工体験だけど
パパと一緒にだから安心♪



一緒に作ると
楽しいね!

▲スタッフがていねいに教えてくれるから、腕に自信のないパパやママでもOK
▶着々と作業を進める、しっかり者のみよちゃん



PICK UP!
03

しぜん たいけん 自然あそび体験



それいけ〜♪

▲みよちゃんはパパに背中を押してもらってスピードアップ▶歓声をあげて斜面をすべるパパに、かいとくんもうれしそう



植物園で秋に見られる植物たち



ヨメナ



バラ



ダイヤモンドソウ

このページの
風景を
パノラマで
公開中



ガーデニング教室なども開催しています

1.2haの園内では貴重な山野草が見られるなど、さまざまな発見があります。お花好きの方にぜひ見ていただきたいですね。木製プランコに座ってぼんやり過ごすのもおすすめです。

読者 PRESENT 「ドンブラっこ見たよ」で、
季節のお花を **プレゼント!!**

※入場時に受付にてスタッフにお申し出ください。



マネージャー
藤岡 成介さん

きびの森植物園 一天空の王国

自然豊かな中国山系に囲まれた標高約400mにある森の植物園。バラや山野草、ハーブなど500種類以上の植物が見られる。



吉備中央町下加茂1506-109

TEL 0867-34-1787

園 9:00~16:00 (4月~11月のみ開園)

園 水曜(祝日の場合は翌日)

園 大人500円、中高生300円、小人200円

体験コース料金

- お花のアレンジメント...250円
- 木工体験...500円~
- ミニ苔玉作り...500円~

お子様の成長の節目にお祝いを

お食い初め膳



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「お食い初め」という行事があります。祝い膳にはお赤飯、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、白酒などのお祝い膳を囲みます。

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、ご用命下さい。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

国道2号線	●ゆめタウン
一倉敷駅	●ナンバ
	至古城池 ↓トンネル



土星の輪っかや、月のクレーターまではっきり見えて、大人も子どもも夢中

PICK UP!
04

てんたいかんそくたいけん 天体観測体験

Let's try/

- 星について知ろう
- 知っている星を探そう

大きな望遠鏡をのぞくと…
土星や木星を次々に発見!

最後に訪れたのは、宿泊ができる天体観測施設「アストロコテージガリレオ」。晩ご飯はコテージ前の広場でバーベキューです。パパがせつせと焼いてくれるお肉や野菜にかぶりつく子どもたち。ママも、この日はばかりはパパにお任せしてゆつくりくつろぎました。食事をすませいよいよ天体観測。ガイドさんに教えてもらいながら、大きな望遠鏡をのぞいてみると…。「土星だ!」と叫ぶみよちゃん。本などで見る通り、土星が輪っかまでキレイに見えたのだそう。宇宙の神秘にふれ、ガイドさんの説明を聞く表情も真剣そのものです。

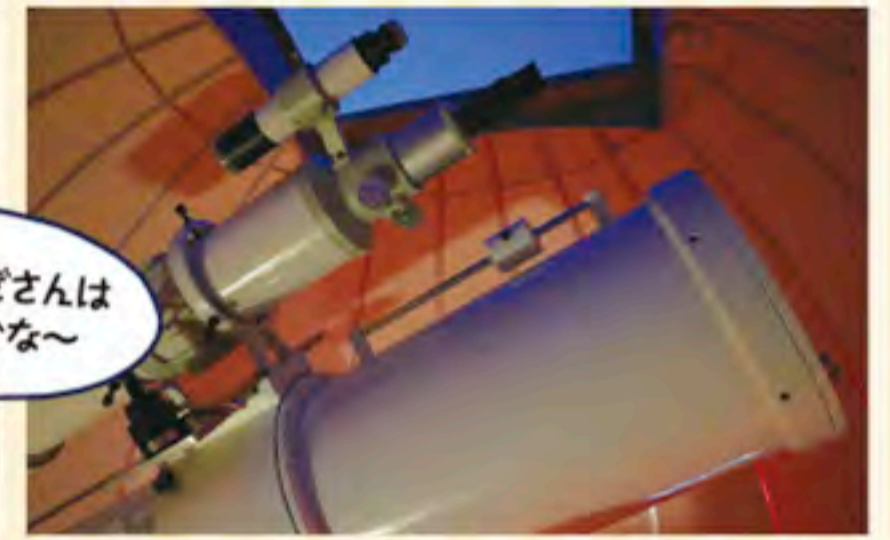
美しい星空を一緒に観測しましょう!

ガリレオの周辺は、視界が360°開けているうえに、周囲に光源が少ないので、天体観測にはとても適しているんですよ。大きな反射望遠鏡で眺める壮大な宇宙の神秘を、ぜひ子どもたちにも感じてほしいですね。



天体観測ボランティアガイド
前田 文男さん

PICK UP 事前申し込みで
ドーム内望遠鏡での天体観測ガイド
※宿泊予約時にお問い合わせください。



▲天体ドームに設置されている30cmの反射望遠鏡
◀「僕も見たいよ〜」とママにせがむかいとくん

晩ご飯 BBQ



パパ、とうもろこしも入れて〜

▲「焼き」に徹するパパ。子どもたちの「おいし〜」の笑顔がたまりません ◀美しい夕焼けに包まれながら、3人で食後のお散歩

秋に見られる星たち



木星 アンドロメダ星雲 土星

このページの風景をパノラマで公開中



アストロコテージ・ガリレオ

町営の宿泊可能な天体観測施設。居住部分はリビングと洋室・和室各1室、トイレ、風呂付き。(一棟貸切、5名まで)



吉備中央町下加茂1506-150
TEL.0866-54-1301(吉備中央町協働推進課)
※予約等、詳細は上記の電話番号までお問い合わせください

Trip Mappin'

トリップ マッピング!

スマホを持ったら、さあ、家族みんなでお出かけだ〜〜!



トリップマッピングでお店や場所を360°パノラマビュー! 事前にチェックしておけばお出かけ先であれこれ迷うこともありません! 楽しみながらお出かけマップも作れちゃいます!



特集記事の写真を撮るカメラマン



ドンブラっご秋のお出かけ特集の撮影現場を体験してみよう! ➡

まだまだあるよ この秋家族で出かけた
おすすめ体験スポット

岡山県内には、小さな子どもでも楽しめる体験スポットがいっぱい！
 ぜひ家族でお出かけして、思い出をたくさん作ってくださいね。



なぎビカリアミュージアム

発掘体験場では、岩石の中から化石を探す発掘体験が可能。ピカリアという巻き貝をはじめ、サクラガイ、サメの歯などの化石が次々に出てきてやみつきになりそう。思わぬ大発見があるかも。

勝田郡奈義町柿1875 TEL.0868-36-3977 9:00~17:00(入館は16:30まで)
 月曜(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日 高校生以上300円、中学生・小学生150円、小学生未満無料、75歳以上無料 ※体験学習料1時間200円



夢すき公園

日本一の親子孫水車(親13.6m、子6.0m、孫4.5m)があり、「紙の館」では、予約をすれば紙すき体験として、季節の草花や色水を使った、オリジナルのうちわやはがきを作ることができる。

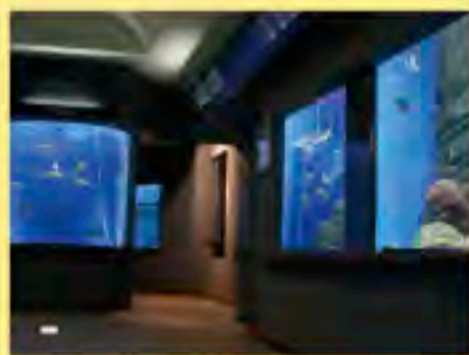
新見市神郷下神代1977-1 TEL.0867-92-6577
 9:00~17:00(紙すき体験は~16:00) 水曜
 紙すき体験 うちわ 600円、色紙 500円、はがき 300円 ※要予約



中世夢が原

鎌倉から室町時代のむらの様子を再現した園内では、竹とんぼ作りや藍染め、お餅つき、田舎汁づくり、そば打ちなど、昔の遊びや生活などを体験することができる。体験メニューは要予約。

井原市美星町三山5007 TEL.0866-87-3914
 9:30~16:00 木曜、祝日の翌日 中学生以上500円、小学生300円



玉野市立玉野海洋博物館

10月までの第2・4土曜日、11時30分頃~約30分間、ウミガメプール清掃後の水のないときに、プール内に入ってウミガメをさわる体験イベント「ウミガメふれあいデー」を開催中。対象は小学生以下。

玉野市洪川2-6-1 TEL.0863-81-8111
 9:00~17:00 水曜(祝日の場合は翌日) 15歳以上500円(15歳の中学生は含まない)、5歳以上15歳未満250円(15歳の中学生を含む)



ひかって見えるのが木星です

ガイドさんの説明に熱心に聞き入ります



また明日~
おやすみなさい



楽しい1日が終わり、そろそろ寝る時間。宇宙人が夢に出てくるかな♪ 寒くなると、この辺りは早朝に雲海が見られるそう。また今度見に来ようと約束して、おやすみなさい

今回訪れた場所



スマホ・デジカメプリント ネット注文の方は年会費無料
 通常30円(税別)が 年会費600円(税別)で **19円** (税別)
 L判/1枚 高画質・高品質・高耐久
 簡単に写真にできます!

スマホ・デジカメの写真や画像を **テレビで観れるDVDへ**
 ・スマホを買い替える前に
 ・写真データが一杯になったら
 ・データが消える前に
DVD 1枚 1,200円 (税別) インデックス代込み
 倉敷では 当店だけ!!

思い出づくり 幸せづくり
トップワン

<http://www.photo-top1.jp/>

ゆめタウン店
 AM9:30 ~ PM8:00
 1階サービスカウンターと 時計屋さんの間
 倉敷市笹沖 1274-1
TEL.086-441-0205



東連島エブリイ店
 AM10:00 ~ PM7:00
 Pモール内、ダイソー横
 倉敷市連島町連島 160-1
TEL.086-448-0245



ママ パパ 子育て応援キャンペーン

クーポン
プレゼント付



毎日忙しいママとパパに、「お疲れさまです！」の気持ちを含めて、キャンペーン企画をご用意しました。子育て応援中の各ショップから、お得なクーポンや、うれしいプレゼントが登場しているので、ぜひ、どんどん利用してくださいね。*クーポンは、切り取ってご利用ください。*プレゼントの詳細はP.1をご確認ください。



子連れにやさしい空間でこだわりの肉を堪能!

3月のリニューアルオープン以来、「ファミリーで楽しめる焼肉店」として注目されている「焼肉しおつ」。乳幼児連れでも利用しやすいよう座敷席に加え、仕切り付きのテーブル席にはベンチシート、トイレにはおむつ台を設置するなど、さまざまな工夫がされています。リニューアルしても、もちろん肉へのこだわりは健在。厚切り牛タンやとろけるハラミ、ホルモンなど、肉好きをうならせる自慢のラインナップをぜひ味わってください。



焼肉 しおつ

Tel.086-466-0352

倉敷市中島 1531
営/平日 11:00~14:00
17:00~22:30 (O.S/22:00)
土日祝 11:00~22:30 (O.S/22:00)
休/水曜 駐/30台



各種バガーや会合など大口オーダーにも対応OK!

店主こだわりの「メープルラウンド」は、とにかくふわふわしっとりの食感。「スポンジケーキみたい」とリピーター続出の一品です。定番のメープル味のほか、毎月替わる季節の味もあり、9月からは毎年人気のキャラメルナッツやマロンなどが登場予定。



ムッシュドムスタッシュ

Tel.086-489-2006

倉敷市黒崎 607-1
営/7:00~17:00
休/日曜・月曜 駐/有



PRESENT

詳しくはP.1をご覧ください。

安全で機能的、しかもカワイイ子ども乗せ自転車

ママやキッズにおすすめの自転車が揃う「サイクルUeno」。なかでも注目は、かわいいデザインと使いやすさで、子育てファミリーに人気の「ピッケ モブ b」です。またぎやすいフレーム形状と安定感バツグンの専用チャイルドシート設計で、初めてお子さまを乗せて走るママも安心。また、キッズ用とおそろいにすれば親子コーディネートが楽しめます。電動アシスト自転車「ピッケ モブ e」もあり。



サイクルUeno

Tel.086-447-5006

倉敷市亀島 2-5-1
営/10:00~19:00
休/木曜 駐/5台



人気爆発、売り切れ続出! 新商品「黒の生ぎょうざ」

良質な豚肉のジューシーな肉汁と新鮮な野菜の甘み。何度でも食べたくなる味わいで大人気の「倉敷ぎょうざ」に、新商品「黒の生ぎょうざ」(20個入り750円)が登場しました。黒豚に加えて、健康食品としても知られる青森県産熟成黒にんにくを配合。黒豚特有の甘みとコクをもちつつも、意外なほどあっさり軽い口当たりで、20個一気に食べ尽くしてしまいそう。食後のおいが気にならないから、子どもや女性も安心。



倉敷ぎょうざ

Tel.0800-200-7730

倉敷市藤戸町天城 37-3
営/10:00~18:00
(売切れ次第閉店)
休/なし 駐/有



ご進物におあめ! 「ぶどう詰め合わせ」

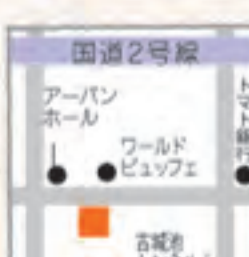
朝採れの野菜や毎朝仕入れる活きのいい魚など、新鮮そのものの食材を毎日お買い得価格で提供。カシコイ主婦の強い味方として、注目されています。現在、「ぶどう詰め合わせ」(3,000円~)を販売中。岡山産ぶどうが数種類セットされていて食べくらべができ、県外のお友だちへのご進物にピッタリですよ。



岡山産直 ぼっけえ市場

Tel.086-436-8787

倉敷市堀南 794-1
営/8:30~17:30
休/水曜 駐/30台



巨大な鯉やナマズつりにチャレンジしよう!

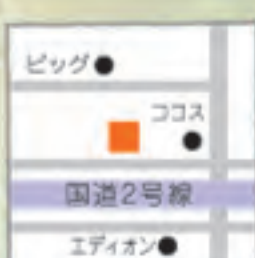
西日本最大級の室内つり堀アミューズメントパーク。つり堀には70~90cmの大きさの鯉が多数泳ぎ、なかには98cmにもおよぶ巨鯉も。また、最近人気なのはナマズで、つり上げるのが難しいとあって、GETできた人にはゲームコーナーの景品1~5等をプレゼント中。オヤニラミやタナゴなどの淡水魚も販売しているなど、楽しみ方はさまざまで、休日には多くの家族連れでにぎわっています。



つり堀小太郎

Tel.086-434-0512

倉敷市笹沖 1240-3
営/10:00~20:00
休/なし 駐/50台



PRESENT

詳しくはP.1をご覧ください。

右のクーポンを切り取って
お店にご持参ください

COUPON つり堀小太郎

貸し竿(1100円)をご利用の方に、
金魚竿(500円)+餌サービス

ドンブラッコ 2017/11/30まで有効

COUPON 焼肉 しおつ

3,000円以上ご飲食の方に、
ハラミ1人前680円(税別)プレゼント

ドンブラッコ 2017/11/30まで有効

COUPON サイクルUeno

「ピッケ」シリーズを購入で、
ワイヤー錠をプレゼント

ドンブラッコ 2017/11/30まで有効

COUPON ムッシュドムスタッシュ

750円(税込)購入で10%OFF
※お買い上げ金額の対象はパンのみ

ドンブラッコ 2017/11/30まで有効

子どもの習いごと

お子さまが楽しく通いながらいろんなことを学び、「できる」ことがたくさん増える。そんなステキな「習いごと」と出会ってください！



お子さまにオススメの習いごとを倉敷で探すなら、こちらをご覧ください！

イオンスイミングスクール

目標に向かってコツコツ頑張る習慣が身に付きます！
秋の無料体験クラスを開催します！

もう少し速くなりたい！ もっとたくさん泳げるようになりたい！ そんなお子さまの頑張る気持ちを育てます。子どもが大好きなコーチや、一緒に頑張るお友達が、みんなに会えるのを待てるよ！

まずはご予約のお電話を！

●一日無料体験スケジュール

日程	時間	対象
〈水曜日〉 9/13・20 〈金曜日〉 9/15・22	水曜日のみ 18:00~19:00	小学生(高学年)
	16:00~17:00	幼児~小学生(低学年)
	18:00~19:00	小学生(高学年)
〈土曜日〉 9/2・9・16 〈日曜日〉 9/3・10・17	12:00~13:00	幼児(4歳~)
	13:00~14:00	幼児(4歳~)
	14:00~15:00	幼児~小学生(低学年)
	15:00~16:00	小学生(高学年)



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。



練習日程表

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

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(昇龍館・西谷)
Tel.090-2001-5888

HOBBY塾 ホビー塾

楽しく学ぶSTEM教育

ロボットプログラミング教室

対象：小学2年生~中学生まで
パソコン上でゲームやアプリを作るプログラミング教室とは違い、ブロックでロボットを組み立て、それを制御するプログラミングを組み立てていく教室です。論理的思考力、問題解決能力など、子供たちが将来に必要なスキルが楽しみながら自然と身につけていきます。

サイエンス教室

対象：幼児~小学6年生まで
見て触れて感じる。専門だからできる実験中心の本格的な実験教室です。本物を広く学ぶカリキュラムで、子どもたちのワクワクする好奇心を刺激します。発見したことを絵や文章で表現することで、豊かな表現力と記述力が身に付きます。

脳トレ・パズル教室

対象：小学1年生~中学生まで
ゲーム感覚で楽しみながら、脳をトレーニングしていきます。ワーキングメモリを鍛えることで、学習基礎能力、集中力が高まります。

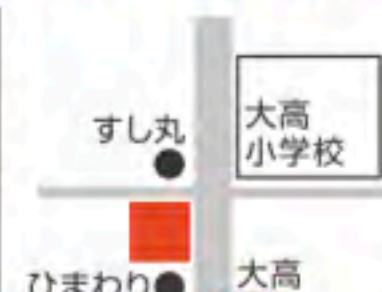
ブロックものづくり教室

対象：3歳~小学2年生まで
教育用レゴブロックを使用し、楽しみながら創造性や自主性を育てていきます。指先の訓練は感覚刺激の発達にも効果的です。

「ロボカップジュニアクラブ」ものづくりを楽しむ「makeクラブ」も入会受付中です。

ホビー塾 沖新店
Tel.086-486-1452

岡山県倉敷市東富井 803-9
営/11:00~21:00
土・祝/10:00~20:00
休/年中無休



毎月第2第4日曜日 無料体験教室実施中!

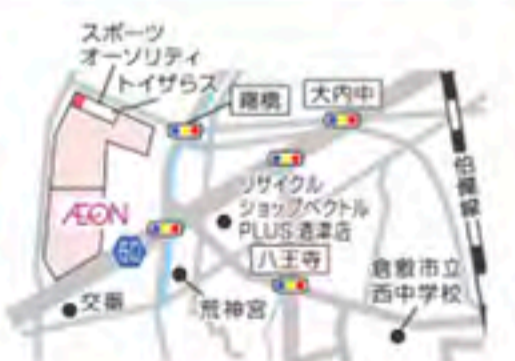


初めての習い事でもやさしいコーチだから大丈夫だよ!

Tel.0120-555-653

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

一日無料体験クラスは、ご予約のお電話の際に「ドンブラっこを見た!」で参加費が0円に!!



クレア・クラ 倉敷教室

レゴブロックで楽しく学ぼう!

レゴブロックを使ったものづくりや、ロボット・プログラミングを通して、問題解決能力やコミュニケーション力を育成。「体験型学習」で、学びへの興味を引き出します。小学校での導入が進む「プログラミング教育」でも役立つ力を身に付けませんか。



無料参加親子体験教室

参加費無料/お子様の対象年齢3歳~
●倉敷教室 Tel.086-424-6111
10月15日(日)
倉敷市寿町1-36
●岡山教室 Tel.086-239-3610
10月22日(日)
岡山市北区阿原町21-103
●時間/幼児クラス(3歳~) 9:30~10:30
小学生クラス 11:00~12:00
●定員/各回7組様(申込順)
●参加費/無料
●保護者の方と必ず一緒に参加下さい

クレア・クラ倉敷校
Tel.086-424-6111

倉敷市寿町1-36
営/月間スケジュールにより異なる
休/日曜日 駐/有り





伸びる子育て 園の取組み紹介

生活リズムを
整えて
夏休み明けも
元気に登園!

vol.7

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。

恵まれた自然環境のなか
たくましい行動力を養い、
豊かな感性を育む。

安心して登園を再開するために 生活リズムを整え笑顔で声掛けを。

長かった夏休みが終わった時期の子どもたちは、登園をしづつたり、朝になると体調不良を訴えたりするなどの退行現象を起こすことがあります。そんなときはまず、早寝早起きを心がけ、さわやかに朝を迎えられようようにしてあげてください。生活リズムが整ってくれば、園でも元気に遊ぶようになります。登園の際には、心配している様子をあまり見せずに、子どもをギュッと抱きしめて安心させたい一方で、「楽しく遊んできてね」という気持ちで送り出してほしいですね。教員側も園児一人ひとりのペースでリズムを取り戻せるよう「明日も先生、お部屋の前で〇〇ちゃんが来るのを待ってるね」など、笑顔で声掛けをしています。



▲小川が流れる砂場
▲本物の木に触れながら木登り遊びに夢中

身体で覚える楽しい英語教育と 茶道を通して学ぶ礼儀作法。

当園は、登って遊べる大きな木が園庭にあるなど、緑に恵まれた環境にあります。子どもたちには、のびのび

と遊べる広い空間のなかで、自分たちで遊びを作り出すたくましさや、体力、意欲を身につけてほしいですね。また、「これからの時代に必須となる英語を、吸収力のある幼児期のうちに自然と身につけられたら」との思いから、「えいごリトミック」に取り組んでいます。英語と音楽のハーモニーのなかでのレッスンは園児にも人気で、少しずつ普段の会話で英語を使えるようになってきました。そのほか、年長組は月2回茶道に取り組み、立ち居振る舞いや礼儀作法を学んでいます。その影響か、登園時に立ち止まって、目を見てあいさつができる園児が増えたと実感しています。



▲外国人講師とリトミック講師が楽しくレッスン
▶お茶とお菓子も楽しみのひとつ

取組み まとめ

まこと幼稚園の

自然環境のなかでのびのびと遊べる力を育成

将来を見据えた英語と茶道教育



学校法人 誠之学園 まこと幼稚園
倉敷市鶴の浦1-4-11
TEL 086-444-3916

行楽シーズンの家族や友人とのおでかけに
おかず家 菜月の手作りのお弁当を!

日々のお弁当から集いの席にふさわしいオードフルまで
体に優しく美味しいお惣菜を心をこめて手作りしています。



沖新町店 倉敷市沖新町 90-11
TEL&FAX:086-425-7060



茶屋町店 倉敷市帯高 2-1
TEL:086-436-7744



1,000円以上お買い上げの方
100円 OFF!!
有効期限:2017年12月20日まで

倉敷ママの
悩みを
シェアして

笑顔で子育て Q&A

この方たちに
お話を
聞きました!



倉敷市保健福祉局
子ども未来部 保育・幼稚園課
保育指導主幹
(左) 田邊 千恵子 さん
(右) 藤井 光子 さん

職場復帰をしようと考えるとき、まずは子どもを預ける保育施設を探しますよね。でも、保育園などに預けるのが初めてだと、「どうしたらいいかわからない」というママが多いのではないのでしょうか。そこで今回は、保育施設の入園についてお話を聞いてきました。

保育施設に入園するまでの流れ

- ① 申請書をもらおう (10月下旬~)**
申請書は、市役所や各支所の担当窓口、保育所などでお渡ししています。子ども1人につき1枚必要ですので、2人以上の子どもの入所をご希望の方はご注意ください。
 - ② 申し込みをしよう (11月上旬~下旬)**
毎年11月上旬から下旬の期間に、翌年4月1日からの保育施設の利用申込を受け付けています。※在園児についても、年度ごとにお申し込みが必要です。
- 申請書提出先**
- 第一希望の保育施設
 - 市役所担当窓口
(水島、児島、玉島・船穂、真備地区にある保育施設の場合)
各支所の保健福祉センター福祉課
※船穂地区については玉島支所の管轄
 - (上記以外の地区にある保育施設の場合)
倉敷市役所本庁 保育・幼稚園課
- ③ 入所可否の決定 (2月下旬)**
毎年2月下旬頃に、郵送にて入所の可否をお知らせしています。

詳細は、倉敷の Web サイトもしくは広報紙「広報くらしき」に掲載しております。もし分からないことがあれば、窓口までお問い合わせください。

Q 事前に保育施設を見学することはできますか?

A 園に事前に連絡をすれば、気になる保育施設を見学することができます。子どもが多めの時間を過ごす場所ですので、申請書を保育施設で受け取られる方は、受け取りの際にでも必ず自分の目で確認しておきましょう。

保育施設を訪れた際は、園児が過ごしている室内まで案内してもらいましょう。園児の表情や保育士の様子などを確認し、実際に子どもが過ごす生活をイメージするといでしょう。また、先生から施設や保育の方針について説明を受ける際は、疑問に思ったことを質問してみてください。保育施設を選ぶ参考になるはずですよ。

Q 第2子の育児休業を取得すると第1子は通園を継続できますか?

A 出産日の翌月から3ヶ月までの期間は、子どもが継続して通園することもできます。3ヶ月を過ぎた後も育児休業を取得する場合、第1子が3歳未満児のクラスに在籍していれば、一度退園していただく

ことになりませんが、3~5歳児クラスに在籍していれば、引き続き在園を希望することができます。

Q 子育ての悩みを聞いてくれる施設を教えてください

A 子育てに関してママ友や配偶者、祖父母に相談する方が多いと思いますが、保育施設にも「夜なかなか寝てくれない」「ご飯を食べてくれない」「トイレに誘っても行きたがらない」など様々な悩みが寄せられます。

子育てについて相談ができる窓口は、保育園や認定こども園などの保育施設や幼稚園にもありますので、日頃お子さまの様子を見て気になることや困ったことがありましたら、お気軽にご相談ください。一緒に子育ての問題を解決していきましょう。

お問い合わせ

倉敷市役所
倉敷市西中新田640
☎086-426-3311



詳しくは
こちら
から



(情報提供)
子ども未来部 保育・幼稚園課

「子育てをするなら
倉敷でといわれるまち」
を目指して!



倉敷木材株式会社



世界最高レベルの省エネ住宅
エコハウス・アワード 2017 最優秀賞受賞



1歳のお誕生日に
誕生餅
(ご希望に合わせて)
承ります

2kgあたり **2,840円** (税込)



ご出産の内祝いにお赤飯
(一人折・三合・五合)
(一升餅・ほか)

500円 (税込) ~

**お子さまの成長を祝う
大切な節目に**

餅 おもちの黒川

☎086-434-0808

〒710-0841
岡山県倉敷市堀南1013

※9:00~17:00まで(日祭を除く)

子育てに困難を感じる人が多いといわれる「発達障害」。シリーズ2回目の今回は、「自閉症スペクトラム障害(ASD)」と「注意欠陥・多動性障害(ADHD)」について、専門の先生にお聞きしました。

発達

ASDとADHD その特徴と対処法 Vol.2



独自の興味とルールを貫き 対人関係に難しさを持つ

自閉症スペクトラム障害(ASD)とは、人と関わるのが苦手、言葉の遅れや抽象的な概念の理解が困難な傾向が見られる発達障害です。情報の取捨選択ができないため、友達の声も周囲の騒音も同じように聞こえる、目に映るものも部屋の扉と床に落ちたゴミを同じ重要度で受け取ってしまうなどの特徴があります。また、部屋の隅の四角い箱を「ゴミ箱だ」と認識するような抽象化も苦手です。

人と同じ共通認識を持ちにくいいため、集団に入る際に、困難さを感じます。たとえば、おもちゃの貸し借り、順番を待つ、行動の切り替えなどが難しくなります。行動するとき、自分の興味に従うのか、それとも社



※写真はイメージ

ASDの子どもは、こだわりや独特のマイルールを持つことが多く、鉄道や虫などのマニア、収集家になる人もいます

会的な要請に応じるのか、人によってその比重には違いがありますが、ASDの子どもは社会的な要請に重きをおくことが難しいため、集団になじみにくいのです。こだわりや独特のマイルールを持つことも多く、鉄道や車や虫などのマニア、収集家になるタイプもいます。

不注意・多動・衝動性があり、人間関係を求める

注意欠陥・多動性障害(ADHD)は、不注意、多動などの落ち着きのなさ、衝動性の特徴とする発達障害です。衝動性から、おしゃべりがとまらない、つい手が出るなどの傾向があり、悪気がないのに暴力という形で表現されてしまうこともあります。あちこちに注意が向くため、複数人の会話に集中することが難しく、集団生活では否定されて傷つく体験をしがちです。ADHDとASDは人との関係を求める度合いが大きく違い、ADHDはより強く人間関係を求めます。このため、成長に従って衝動性をコントロールできるようにすると集団に適応する可能性も高くなります。

ASDとADHDでは、列に並べないとか、おもちゃの貸し借りができないなど、同じ困り事があっても、内面で起きていることは違います。自分のこだわりがあっても、ルールに従えないASDに対して、ADHDは衝動性が抑えられずルールから外れてしまうからです。この2つを分類す

るのは難しい上に、両方の傾向が混在している場合もあります。このためASDかADHDかを判定することより、本人が何に困っているのかを理解することが重要になります。



※写真はイメージ

衝動性が強いADHDの子どもの場合は、元気がプラス評価される場を用意してあげよう

Q 友達とうまく遊べない 息子。どうしたらいい？

A 息子さんにASD傾向が強ければ、「みんなと一緒に遊ぶことが大切だ」といくら伝えてもうまくいきません。本人がどう感じていて、どんな理屈があれば友達と遊びたいと思うのかをまず探ってみましょう。

ASDといっても、人と共有したい気持ちがない例はまれです。自分が好きなことなら遊べたり、大人が入ったり合わせてくれるタイプの子なら遊べたりします。その子が楽しみなから共有体験を積んでいくことは大切です。自分から相手に合わせるのが苦手という特性を理解して、まずはこちらから合わせてあげながら、その子の成長を待つというスタンスでいることが必要になると思います。

ADHD傾向が強ければ、一緒に遊びたいのうまく遊べずに挫折体験が重なっている可能性もあります。衝動性が強くて元気がすぎる場合は、無理に枠の中に入れてようとするより、その子の元気が評価される場を用意してあげましょう。暴れん坊だった子が格闘技の場で評価されるなど良い例です。自分を変えようとしても変えられないのがADHDなので、プラス評価される場を用意しつつ、社会との折り合いをつけられる地点を探していくといいでしょう。

他の子とスピードは違って子どもはその子なりに必ず成長していきます。困ったらひとりで抱え込まず、発達障害に理解のある医師に一度相談してみてください。次号では、知的障害と学習障害(LD)について取り上げます。

子どもの発達のご相談は▼
(倉敷の相談窓口)



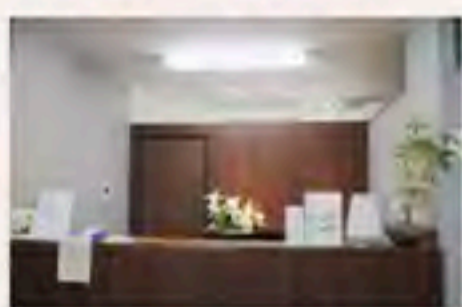
お話を伺ったのは



星合 雅彦 先生

岡山大学医学部卒。ほしあい心療内科院長。児童多機能型事業所「雨上がりの夜空に」で児童・思春期の支援も実施。

ほしあい心療内科



岡山市北区今2-7-1 2F
[TEL] 086-250-7367
[診]9:30~12:30 15:00~18:00 ※土曜日午後のみ13:00~16:00 往診応需[休]木曜、日曜、祝日 [P]共有あり



トンプラっこの
子育て応援クーポンだけじゃない! **donbla.**には、さらに多くの
応援クーポンがあります!

あ、コレおいしそう!!



楽しさ1

倉敷のニュースをリアルタイム配信!!



楽しさ2

豪華プレゼントが毎月当たります!!



楽しさ3

お財布にやさしいおトクなクーポン!!



楽しさ4

生の声も発信!! ドンコミュに参加

たのしさ大充実!

クーポンたくさん! 探しやすいよ!

やったあ!

ドンブラのクーポンに子育て応援クーポンが追加されました!!

ママパパを応援してくれる嬉しいクーポンね!

子育て中のパパママさん朗報!! 家族みんなにうれしいクーポンを「子育て応援クーポン」として、ひとまとめにしました!! ぜひお役立てください!!



倉敷市の話題満載!!



倉敷の生活&お役立ち情報サイト

ドンブラ donbla.



▲子育て応援クーポンはココから!! <http://www.donbla.co.jp>

検索

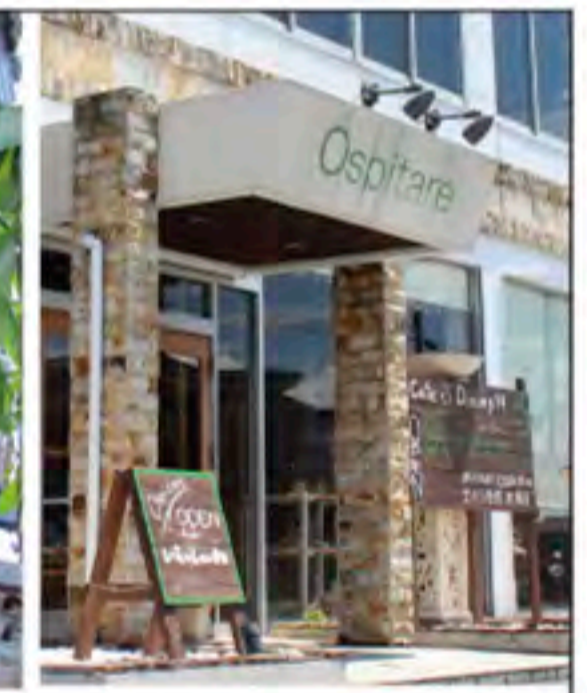
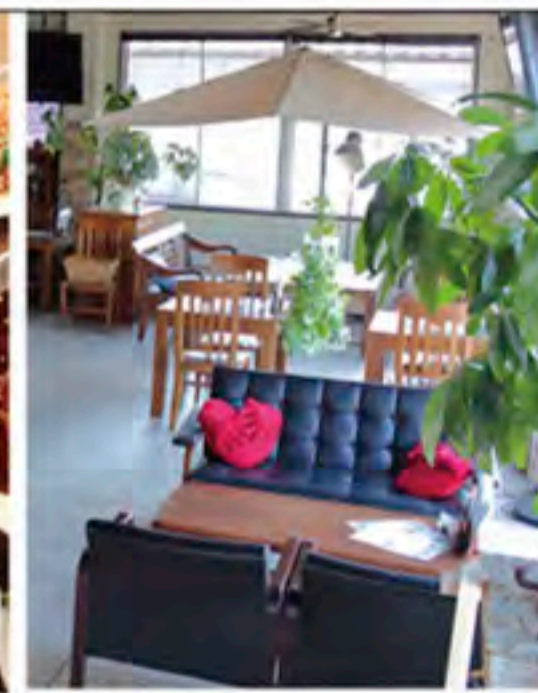
ドンブラ



Ospitare

cafe dining
Ospitare

カフェダイニング・オスピタール



開放感あふれるリラックス空間で、気の合うお友だちとのランチ会を。

ランチメニュー
リニューアルしました。

ランチ

12~14種類のメインから選べて
サラダ・スープ・ドリンクがついて

980円~



680円

お子様ランチ



倉敷市中庄2248-2
086-464-2202
営業時間: 11:00~24:00
休日: 水曜日 駐車場: 15台

保育園の先生からアドバイス!!

おしえて、子どもの心の育て方

～豊かな心を育むために～

日々の生活の中で、子どもの心は常に成長を続けています。豊かな心を育むために親ができることは何か。子どもをよく見ている保育園の先生にお話をお聞きしました。



教えてくれたのは…

昭和保育園 園長
小野 啓子さん／おの けいこさん

「ありがとう」と声をかけてあげましょう。子どもはお母さんの笑顔が大好きです。



まずは感情的にならないよう、気持ちを落ち着かせてから接するように心がけたいですね。そして、当たり前のもので、子どもが自分でできたときには褒め、協力してくれたときには「ありがとう」と声をかけてあげましょう。子どもはお母さんの笑顔が大好きです。

保育園へのお迎えの際、仕事で疲れて早く家に帰りたいときに、「だっこ!」「靴を履かせて」と子どもに言われます。でも、子どもはお母さんと一日中離れて寂しかったので、いつも以上に甘えたいのです。そんなときは抱っこをしたり、靴の脱ぎ履きを手伝ったりしてあげてください。どうしても子どもの要求に応えられないときは、「ごめんね、今は〇〇だから無理なの。でも、それが終わったら一緒にしようね」と理由を伝え、その後で約束を守ってあげましょう。そうすれば、子どもは安心して待つことができるようになります。

保育園へのお迎えの際、仕事で疲れて早く家に帰りたいときに、「だっこ!」「靴を履かせて」と子どもに言われます。でも、子どもはお母さんと一日中離れて寂しかったので、いつも以上に甘えたいのです。そんなときは抱っこをしたり、靴の脱ぎ履きを手伝ったりしてあげてください。どうしても子どもの要求に応えられないときは、「ごめんね、今は〇〇だから無理なの。でも、それが終わったら一緒にしようね」と理由を伝え、その後で約束を守ってあげましょう。そうすれば、子どもは安心して待つことができるようになります。

ADVICE

子どものわがままは甘えのサインかも? 感情を落ち着かせてから接しましょう。

親の都合と子どもの気持ち、どちらを優先すべき?

保育園での取り組み

乳幼児期は、人としての基礎をつくる大事な時期。一日の大半を保育園で過ごす子どもにとって、精神的な安らぎが一番です。3歳未満の園児に対しては、家庭でお母さんが世話をすると同じように、毎日決まった保育者が関わりを持ちます。園児一人ひとりの結びつきを深めることで、安心感のある園生活を過ごすことができます。また、食事や昼寝の時間は個人の生活リズムを大切に、規則正しい生活ができるように配慮しています。3歳以上の園児は異年齢混合のクラスで過ごします。3〜5歳の子どもたちが同じクラスと一緒に生活(活動)することで、遊び方や生活の方法、力加減やルール、習慣などが自然と学べ、他者への優しさやいたわり、助け合いの気持ちを育みます。

また、子どもには欠かせない「遊び」も大切に考えています。好奇心や探求心、思考力、集中力、仲間意識など、自然の中での遊び、体験や模倣から生まれるごっこ遊びから学ぶことはたくさんあります。だれと、いつ、どこで、何を使って、どれだけ遊ぶかを決めることで、主体的に遊ぶことができます。子どもは自ら伸びていくこととする無限の可能性をもっています。一人ひとりが自分で考え、判断し、行動に移せる、そんな大人になってほしいと願っています。



社会福祉法人 倉敷福祉事業会
昭和保育園
倉敷市昭和2-2-18
☎086-423-0131



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

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!



お話を聞いたのは……
「リトルビーチ」リーダー 中島麻美さん

「ママになっても音楽を楽しみたい!」
趣味を活かして地域貢献するママバンド

「ママになつてからも音楽を楽しみたい」と、独身時代にバンドを組んでいたメンバーを中心に声を掛け、2009年より「リトルビーチ」を始動させました。現在、公民館や保育園、各種イベント会場などに向き、親子で楽しめる楽曲を中心に演奏活動を行っています。

メンバーは5名。みな家庭を持つ主婦なので、もっぱら週末に練習時間を設けていますが、全員の都合が合わないこともしばしば。全員そろつての演奏はイベント当日だけ、なんてことも少なくありません。そんな時でも、あうんの呼吸でうまく演奏ができるほど、長い期間バンドを続けてこられたことを嬉しく思っています。

今まで、数多くのイベントに参加しましたが、どれも思い出深いものばかり。とりわけ、「なついろビーチフェスタ」は、自分たちで企画段階から立ち上げたので思い入れも特別です。4回目を迎えた今回は、他グループとコラボし、「桃太郎の鬼退治」と題したミュージカル仕立ての特別企画に挑戦してみました。人数が増えた分、練習日程の調整などに苦労しましたが、一緒になって声をだしてくれたり体を動かしてくれたりした子どもたちの姿が「また次も頑張ろう」というパワーにつながりました。この先、おばあさんになつてもバンド活動を続けていくのがメンバー全員の目標なんです。



▲初挑戦のミュージカルを公演。「ラブリーマミーズ」と「モモキッド」と共に

育児中でも、何か好きなことに
打ち込む時間を作ろう!

育児中は子どものことだけに意識が集中しがちで、何かとストレスが溜まりますよね。私自身は、バンド活動をするのがストレス解消につながりました。結成当初は足元でちよろちよろしていた子どもたちも、今ではすっかり大きくなり、吹奏楽部で活躍している子もいるんですよ。だから、メンバー同士で「我が子と「リトルビーチ」がコラボして演奏する日も遠くないよね」などと、ワクワクしながら話しています。

子どもの成長は案外早いもの。自分の楽しみの時間、をほんの少し作ることが、楽しく子育てするコツかもしれませんよ。



▲上/自分たちでデザインしたおそろいのTシャツがバンドのコスチューム
下/オリジナルのアクセサリが作れるワークショップや「おさがり交換会」ともコラボしました。



倉敷ママバンド リトルビーチ
(左から)竹内さん、田口さん、井上さん、三澤さん、中島さん

キーボード、サクソ、ドラム、ベース、ギターで構成された「リトルビーチ」。生演奏と歌を通じて音楽の楽しさを広めようと、保育園や介護施設など幅広い会場で活動しているリトルビーチ事務局 ☎090-7896-5292

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

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/11月30日まで

◆百日祝膳 (ももかいわいぜん) 4,500円 (税抜)



◆キッズセット 1,580円 (税抜)

お届け料理の
人気商品です。

◆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。

もっちゃんの わくわく 絵本の森

vol.5

今回は、
「旅行」がテーマの
しかけ絵本&絵本です。

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♥

旅先で楽しむものや、旅の途中でもしっかり楽しめる本の紹介です。お子さんを連れて長い時間、乗り物に乗る事も多いと思います。そんな旅のお供に、持って行くと便利な「遊びが広がる絵本」や旅行ガイドブックとはひと味違う、「絵本の旅本」を集めました。

1 ニューヨーク とびだすまちの風景 (おりたたみ)



大日本絵画
著者名：
セーラ・マクメネミー
訳編者：いとう みき
税込 ¥1,080



世界一の観光都市 NY「自由の女神」や「ブルックリン橋」そして「エンパイア・ステート・ビルディング」。お勉強にもなる 12 の名所が立体的に立ち上がります。その他、日本語版はロンドン・ニューヨーク・日本の3冊、英語版は NY・Rome・Dublin・Japan・Louvre・San Francisco・Royal Palaces of London・London の8冊が出版されています。

2 むしむしのりものでゴー!

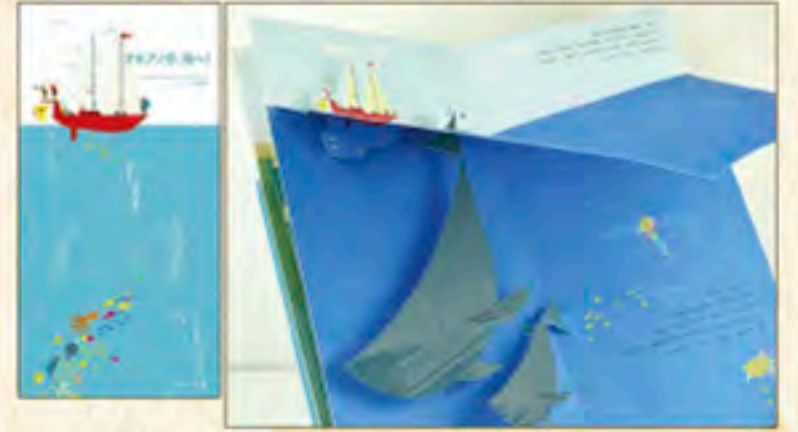


大日本絵画
著者名：
テビッド・A・カーター
訳編者：きたむら まさお
税込 ¥1,404



旅行へは車? 電車? 飛行機?
近場へは、自転車も気持ちいいですね。むしたちも乗り物になって出かけます。たくさんのむしたち……はたらく乗り物のむしたち、何のむしが乗り物になっているか当てっこしてみてくださいね。

3 オセアノ号、海へ!



アノニマ・スタジオ
作：アヌック・ボワロベールとルイ・リゴ
訳：松田 素子 税込 ¥2,376
本を開くと上下に分かれている、大人も楽しめる斬新なしかけ絵本。お船から、いつも見えているのは海の上だけ……その下の世界が美しく広がっています。「ナマケモノのいる森で」の作者たちの再タッグ作品。自然の大切さを訴えるお2人の素敵な作品です。

4 はまべにはいしがいっぱい



好学社
作：レオ・レオニ
訳：谷川 俊太郎
税込 ¥1,620



近くの浜で、石を見つけてみましょう。旅先のはまべの石も見つけてね。自由に並べて、かたちをつくらせ、色を付けて絵を描いたり……色々な遊びに発展しますよ。同じものが1つとない石。鉛筆で描かれている石のちょっとした丸みや影に、不思議と温かな、懐かしさを感じます。スイミーでお馴染みのレオ・レオニ作品。1961年、第3作目とされています。

5 おでかけ中に楽しめる 100のあそび



ひさかたチャイルド
絵：ノン・フィグ
訳：しゅじょうよしと
税込 ¥1,296
(専用のペン付せ)

旅行などの長旅でも大活躍すること間違いなしです! 飛行機や電車の中で、ゆったり楽しめるカード。おでかけ中に楽しめる 100 のあそびがいっぱいです! 何回も使える、書いて……消して……子どもたちの想像力の出番です。子どもにとっての待ち時間を苦痛にさせないために、その時間を親子で楽しみましょう!

6 どこだか見つけてみよう! 動物編



大日本絵画
文・絵：ティエリー・ラヴェル ヤン・クーヴァン
訳：すがの あきのぶ
税込 ¥2,376
動物園や水族館へ、旅行に行ったら見つけてみましょう! 「鳥」コーナー 「魚と哺乳類」 「爬虫類」に「両生類」そして「昆虫」 おうちの方とどっちが先にみつけられるかな?

子育てママへ

小さな子どもと一緒に旅行へ行くなら、皆が安心して、そして安全に楽しめる事が良いですね。まず、テーマを決めちゃいましょう! 「ゆっくりしたい?」「何をしたいかな?」「人気のテーマパーク」も捨てがたい。「動物園」「水族館」思い切って「海外旅行」…… 悩みますよね。月齢や年齢が小さければ小さいほど悩みは大きいですね。旅行中は食事や環境の変化で、体調を崩しやすくなります。皆が快適に楽しく過ごせるように、持ち物はしっかり用意して下さいね。

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



絵本のことなど、お気軽にご相談ください!

ネット版無料会員登録は
こちらにアクセス!!

nishina-rakuraku.com

ニシナらくらく便 検索

午前中のご注文で
その日の夕方、夜にお届け

お値段に関係なく
1点からご注文が可能!!

冷蔵・冷凍物も
ご注文OK!!

朝頼んで夕方届く、簡単便利な
ネットでショッピング!!

ニシナらくらく便



ネット会員
カタログ会員
同時募集中!!

年会費
代引手数料
登録料
無料!!



●電話・FAXでのご注文を希望の方は
電話・faxでのご注文をご希望のお客様はお近くのニシナ・ニシナフードバスケット店頭で「カタログ会員無料登録」の上、カタログを(無料)をご利用ください。

●お問い合わせ
☎0120-247-012

TEL/FAX.086-421-7247
〒710-0841 倉敷市堀南697-1 ニシナらくらく便

●商品のお届け時間 下記の中から都合の良い時間等をお選びいただけます。

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

楽しいイベント盛りたくさん みんなでお出かけしよう

家族で行けるイベント情報

渋川動物公園

秋は園内のドングリ 50 個集めてエサチケットをもらっちゃおう！ 8月に約2週間の大脱走をしたアルダブラソウガメの女の子「アブー」も元気に皆を待っています♪ アブーに会いに来てね！



玉野市渋川 3-1077-1
Tel.0863-81-3030
http://www.shibukawazoo.com/

ドングリを集めてエサチケットと交換
(園内にドングリが落ちている期間)

とっとり花回廊

絶大な人気を誇る「秋の大山と 10 万株のサルビアのじゅうたん」をはじめ、菊のティラノサウルスやペラノドン必見！ 中四国最大級の冬のフラワーイルミネーションでは、過去最大のスケールで皆さまを魅了します♪



鳥取県西伯郡南部町鶴田110
Tel.0859-48-3030
http://www.tottorihanakairou.or.jp

イベント情報
●サルビアフェスティバル (9/16~11/5)
●菊の恐竜展 (10/7~11/5)
●ハンギングバスケット&コンテナ展 (10/14~10/29)
●冬のフラワーイルミネーション in とっとり花回廊 (11/23~翌1/31)

ブラジリアンパーク 鷲羽山ハイランド

鷲羽山ハイランドは年中お祭り騒ぎ！ 子どもから大人まで楽しめるボルダリング施設や巨大ジャングルなどで、この秋はたっぷり体を動かそう♪ さらに、世界の雑貨が大集合した「ボン・ボン・ポニータ」も必見！！

倉敷市下津井吹上 303-1
Tel.086-473-5111
http://www.w-highland.co.jp/

ハロウィンコスチュームで
鷲羽山ハイランドへカモン！
(予定)

池田動物園

キャンドルと動物たちと過ごす不思議な夜。仮装して来園されると入園料 20% OFF！ 徒歩、自転車、公共交通機関で来園すると半額に♪ 楽しい夜をすごしてね♪



IKEDA ZOOハロウィンナイト
10月27日(金)、28日(土)
18時~21時(入園受付は20時まで)

岡山市北区京山 2-5-1
Tel.086-252-2131
http://www.urban.ne.jp/home/ikedazoo/

※年間パスポート・招待券・その他割引券はご利用できません

岡山農業公園ドイツの森 クローネンベルク

秋の味覚・アマゴを捕まえてその場で食べる食育体験や、沢山の爬虫類が観察できる爬虫類展で家族皆で楽しもう♪ さらに、大好評のミュージック花火大会&空から降るお菓子にもどうぞご期待！



赤磐市仁堀中 2006
Tel.086-958-2111
http://www.farmpark.co.jp/doitsunomori/

イベント情報
●アマゴのつかみ取り体験 (9/16~9/24 土日祝限定)
●ドキドキワクワク爬虫類展 (9/17)
●秋のミュージック花火大会 (10/7)
●晴れ時々お菓子!? ドイツの森にお菓子が降る!! (10/8)

今回掲載のアミューズメントスポットのチケットをプレゼント!

この他の情報もドンブラのサイトで見ることができます。右記QRコードでチェック!

※各施設のプレゼントの情報や営業時間、休園日などは、季節や曜日により変動します。donbla.のホームページ http://www.donbla.co.jp をご覧ください。



子育て イベントカレンダー

9月 September

3日(日) サンデー倶楽部
「オシャレに空間作り☆ファブリックパネル」
●場所/ライフパーク倉敷 ●時間/ (1)10:00~12:00 (2)13:00~15:00

9月3日・17日~11月(第1・第3日曜日)
大原美術館 モーニングツアー
●場所/大原美術館 ●時間/8:00~9:00

9日(土) 子ども映画会 (うばまて山・まほり森・たんたらびっく・ムカデのせい)
●場所/ライフパーク倉敷 ●時間/10:30~、14:00~

10日(日) KIBI CHUO MARCHE 秋の焼き菓子フェア
●場所/吉備高原都市内きびプラザ正面前入口駐車場 ●時間/8:00~11:00 ※11月12日(日)も開催

9月16・17・18・23・24日(土日祝限定)
アマゴのつかみ取り体験
●場所/ドイツの森 ●時間/10:45から受付開始

9月16日~11月5日 サルビアフェスティバル
●場所/とっとり花回廊 ●時間/9:00~17:00

18日(月・祝) 倉敷科学センター天文台公開
●場所/ライフパーク倉敷 ●時間/13:15~14:00

19日(火) わたしスタイル発見講座
「その10分で未来が変わる!自分時間の使い方」
●場所/倉敷市民会館 ●時間/10:00~12:00

9月2~22日 ※詳細は本誌P7を参照ください
スイミング一日無料体験
●場所/イオンスイミングスクール ●時間/お問い合わせください

9月~毎月第2・4日曜日 HOBBY 塾無料体験
●場所/倉敷市東富井 803-9

10月 October

4日(水) 特別天体観望会(倉敷みらい公園)
●場所/みらい公園(倉敷駅北側) ●時間/19:00~20:15

10月7日~11月5日 菊の恐竜展
●場所/とっとり花回廊 ●時間/9:00~17:00

8日(日) 晴れ時々お菓子!?ドイツの森にお菓子が降る!!
●場所/ドイツの森 芝生広場 ●時間/13:00

わたしスタイル発見講座
13日(金)「自分らしく生きるために必要な3つのコト」
26日(木)「好きを仕事にするためのSTEP0(ゼロ)」
●場所/倉敷市民会館 ●時間/10:00~12:00

10月14日~29日 ハンギングバスケット&コンテナ展
●場所/とっとり花回廊 ●時間/9:00~17:00

15日(日) クレア・クラ 無料参加親子体験教室
●場所/クリア・クラ倉敷教室(倉敷市寿町1-36) ●時間/9:30~10:30(幼児クラス) 11:00~12:00(小学生クラス)

22日(日) クレア・クラ 無料参加親子体験教室
●場所/クリア・クラ岡山教室(岡山市北区間屋町21-103) ●時間/9:30~10:30(幼児クラス) 11:00~12:00(小学生クラス)

26日(木) 暮らし市民講座(託児付)
「子どもに作ろう!誰でも簡単手作りおやつ」
●場所/ライフパーク倉敷 ●時間/10:00~12:00

28日(土) 暮らし市民講座(託児付)
「いろんな絵画技法を使って恐竜の絵を描こう!」
●場所/ライフパーク倉敷 ●時間/13:00~16:30

10月27日~28日 IKEDA ZOOハロウィンナイト
●場所/池田動物園 ●時間/18:00~21:00(入園は20時まで)

11月 November

5日(日) 暮らし市民講座(託児プログラム付)
「かっこいいパパになるには?~自分に合ったイクメンスタイルを見つけよう!~」
(親育ち応援学習プログラム)
●場所/ライフパーク倉敷 ●時間/10:30~12:00

18日(土) 暮らし市民講座
「家族で災害から身を守る知識を学ぼう!倉敷消防署見学」
●場所/倉敷市消防局 倉敷消防署(倉敷市白葉町165-2) ●時間/10:00~12:00

19日(日) サンデー倶楽部
「自然素材で楽しむクリスマスリース作り」
●場所/ライフパーク倉敷 ●時間/ (1)10:00~12:00 (2)13:00~15:00

11月23日~翌1月31日
冬のフラワーイルミネーション in とっとり花回廊
●場所/とっとり花回廊 ●時間/9:00~17:00(11月) 13:00~21:00(12~1月)

「もっと知りたい!」
今日のイベントをチェック!

※上記のイベントには予約が必要な場合や都合により開催日が変更される場合があります。

こどもにやさしい

ハロウィンパーティーのデザートにオススメです

かんたんレシピ



ミキサーで作る簡単かぼちゃムース



ゼラチンと生クリームを沸騰させない事がポイントです。



さつまいもで作っても美味しいよ!



クラッカーやパンに添えたり、タルト生地やケーキのスポンジの間にいれてもOK



ハロウィンなど色々なシーンで活用してね!



【分量：5～6人前】

材料

- かぼちゃ……………150g (皮がない状態の重量目安)
- 粉ゼラチン……………小さじ1.5 (約3g)
- A { 豆乳又は牛乳…80cc 砂糖…大さじ3.5
- 生クリーム……………100cc 塩……………小さじ1/4



作り方



1 ゼラチンを3倍の水でふやかしておく。



2 かぼちゃを適度な大きさに切り、種と皮を取る。



3 ②を8分程度蒸し煮にして火を通す。



4 Aを鍋に入れ、砂糖を煮溶かす。(沸騰させない)



5 ①をレンジで20秒温め、③④と合わせミキサーで混ぜる。



6 器に流し入れ、冷蔵庫で2～3時間冷やす。



自家農園野菜を使ったおうちレストランや、子ども服の交換会を兼ねた子育てお茶会なども行っていますので、詳しくは右記までお問合せ下さい!

自家農園レストラン ナチュラルライフ

総社市山田 2412
http://flavare.com/

Tel 0866-96-1811

フラワーレ

完全予約制ランチ
木・金 11時～14時

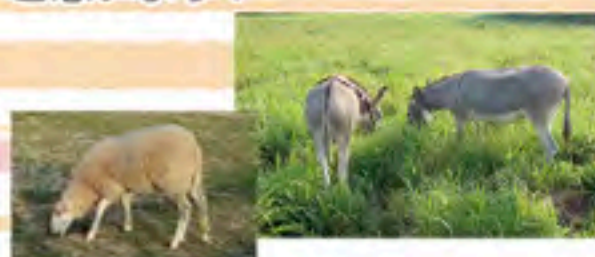
QRコードからもご覧になれます



編集後記

今回の特集では、吉備中央町の3スポットをご紹介します。標高が少し高いためか、真夏の取材でも、時折、風が通り抜けて気持ちよかったですよ(暑いのは暑いんですが…)。空いた時間にブラブラしていると、なんと近所の方に飼われているロバや羊に遭遇。倉敷からそれほど離れていない地

に、こんな非日常スポットがあるとは…。県内にも、まだまだ知らないところがありますね。これからも、お役立ち情報をどんどん発掘&発信していこうと思います!



親子読者モデル大募集!

親子で誌面に登場して、いろいろな体験をしてみませんか?

「ドンブラっこ」では、誌面に登場していただく親子読者モデルを募集します。編集スタッフと一緒に取材先を訪れ、親子でさまざまな体験にチャレンジしてください。その様子を撮影し、誌面に掲載します。家族の思い出づくりのチャンス! ぜひお気軽にご応募ください。

◆応募方法◆

QRコードからアクセスし、応募フォームに必要事項を明記のうえ、ご応募ください。



円滑なコミュニケーションで 夫婦の思いをカタチに。

〜倉敷市O邸〜

「テクノストラクチャー工法」がかなえる広々空間

住んでいたアパートが手狭になったことをきっかけに、家を建てることを決心しました。夫婦二人とも大きな戸建てで育ったこともあり、漠然と、自分たちが建てるのも広い家がいいなあと考えていました。そんな思いに添えてくれたのが「倉敷ハウジング」さん。同社が採用している「テクノストラクチャー工法」によって、躯体が強靱になることで、天井の高いゆったりと広い空間が実現すると聞き、依頼することに決めました。

家づくりが成功したポイントのひとつは、プランニングの段階から、営業担当の方と遠慮なく意見交換ができたこと。家事動線からデザインにいたるまで、こだわりや好みをしっかりと伝えられました。お気に入りには、水廻りに配したコラベルタイル。清潔感のある白い空間に個性的な表情が加わって、見るたびにうれしくなりますね。また、家事をしている間も、家族と会話が弾むリビングダイニングや、開放的な気分てくつろげ、アウトドアリビングともいえるウッドデッキなど、家族との時間を大切にできるところにも大満足です。

友人も招きやすくなりましたし、これからこの家でどんな思い出が増えていくのか、今からワクワクしています。



気持ちに寄り添う家づくりで 理想以上の住まいが完成。

〜倉敷市S邸〜

デザイン性と家族の暮らしやすさを両立

家づくりにあたって要望したのは、生活感がなくデザイン性の高い家にしたということ。それから木製ガレージを設置したいということとくらいでした。専門知識が豊富なわけではないので、「こんな家に住みたい」という希望を話したら、あとは専門家におまかせした方が、いい家がでるかなという思いもあつたのです。実際、さまざまな提案をしていただき、理想以上の家が完成したときには、本当に感動しました。

家族の生活スタイルから、動線や間取りを考え抜かれているだけに、暮らしやすさは抜群ですね。たとえば、玄関から続く広めにとつたLDKは、応接室を兼ねたもの。わが家は来客が多いのですが、専用の客間を設けるよりも、こちらの方が家族とコミュニケーションがとれるので好評です。一方で、LDKの隣は家族だけのプライベートルーム。こたつを置いてゴロゴロ過ごしたりもできます。メリハリのきいた設計のおかげで、生活感を抑えながらもくつろぐことができ、本当に住み心地がいいですよ。

住宅性能の良さとオール電化のおかげで、以前の家より広くなったにも関わらず、光熱費が1/2以下に抑えられるようになったことも、うれしいですね。



お問い合わせはコチラ ■営業時間 9:00~18:00 ■定休日 水曜日

TEL.086-466-4111

倉敷ハウジング 検索 右記QRコードよりアクセス▶



倉敷ハウジング株式会社

〒710-0805 倉敷市片島町969-3

この家を
建てたのは



輝く笑顔×安心＝たましんジュニア倶楽部

さあ未来へ向かってGo!

出資会員様限定



ジュニア倶楽部



ジュニア倶楽部ご入会案内

ご入会いただいた方に様々な会員特典をご用意しております

たましんの「ジュニア倶楽部」は、15歳(中学生)以下のお子様を持つ保護者の方の子育てを支援いたします。この機会に是非ご入会ください。
たましん「ジュニア倶楽部」は、入会する保護者の方の当金庫出資会員が原則です。

ジュニア通帳

お子様の写真入り通帳はご成長の証にもなります。



- ジュニア通帳(普通預金)は15歳(中学生)以下のお子様名義での口座開設が入会の条件となります。
- キャッシュカードの裏面が会員証となっておりますので、キャッシュカードの発行は必須となっております。
- 通帳は、専用のマイフォト通帳となっており、お子様のお写真を通帳に印刷いたします。
- 新規通帳作成時および、記入欄の満行による繰越時の新通帳へのお写真の印刷は無料となっております。
- 新規通帳作成時および、記入欄の満行による繰越時以外に写真の切替をご希望される場合は通帳の再発行手数料が必要となります。

※ジュニア普通預金、ジュニア積金、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)等の金利及び優遇金利につきましては、毎年3月31日をもって見直しをいたします。(平成28年年4月1日現在)

ジュニア普通預金 金利は、**0.05%**
お預け入れ限度額は300万円以内
でご提供いたします。(税引後0.039%)

ジュニア学援 たましん教育ローン「学援」の金利を所定の金利より **△0.2%** マイナス

ジュニア積金 特別金利 店頭表示金利
お預入期間 3年・4年・5年 **+0.05%**

ジュニアカーライフプラン 所定の金利より **△0.2%** マイナス
ジュニアエコカーローン・ジュニアリビートプラン

住宅ローン優遇特典 当初借入時もしくは固定期間終了時に金利優遇として、 **△0.2%** マイナス



ゆたかな生活 夢ある街づくり
王島信用金庫
http://www.tamashin.co.jp

くわしくは(たましん)の窓口までお尋ね下さい。

●お願い
当金庫と初めてお取引される方は、運転免許証、健康保険証など、ご本人であることを確認できるものをご持参ください。
〒713-8686 岡山県倉敷市玉島1438番地 TEL:086-526-1351(代)