

倉敷発！子どもも、私も、イキイキかがやく情報誌

日本料理店食事券ほか

読者プレゼント
あります！

donbla.

ドンブラっこ

春号

2019

¥0

「出会いの春」を楽しむ コミュニケーションのコツ

Special Interview

「植物が教えてくれることを 子どもたちにも伝えたい」

一般社団法人エディブル・スクールヤード・ジャパン
プロジェクトディレクター 田辺 綾子さん

お役立ちクーポン付き！

ママ&パパ子育て応援キャンペーン

こどもの習いごと

倉敷ママの悩みをシェアして
笑顔で子育て Q&A

親子で季節を楽しもう
子育て歳時記

帰宅後10分!?!で食べられる
とりあえずの1品レシピ

公園へ行こう！

もっちゃんのわくわく絵本の森
ホンネでTALK

「家を守る、人を守る」お客様に永く安心して快適に住み続けていただける住まいをつくる
片島町モデルハウスにてその家づくりをご体感ください。



1/天井高2.7m、吹抜けは5.2m、約30畳の大空間にもかかわらず構造柱の必要がない。これこそが「テクノストラクチャー工法」の神髄です。



2/シンク部分のみをアイランドにしたキッチン。火通りの油はねも気になりません。



3・4/メーターモジュール設計により水廻りも広々と快適。親子でゆったりと入れるワイドな浴室には換気のできる大きな窓。天井に貼った木目調パネルにも癒される。



鉄と木で家族を守る
テクノストラクチャー工法

圧倒的な迫力を目の当たりにできる、鉄で木を補強したテクノビーム。その強度の差を実際に足で踏んでみて実感できます。



耐震等級3の構造躯体は必見です!



Panasonic Builders Group | パナソニックビルダーズグループ
一級建築士事務所
倉敷ハウジング株式会社
お問い合わせは TEL 086-466-4111(代)

〒710-0805 倉敷市片島町969-3 (旧国道2号線)
(Eメール) info@kurahau.co.jp
営業時間/9:00~18:00 水曜定休



「ドンブラッコ」を見ました。とお問合せください。

豊富な賃貸・物件情報の中から今回は分譲地をご紹介します!詳しくはWEBをご覧ください。

<p>土地 スマートタウン浦田駅北</p> <p>浦田駅まで徒歩5分圏内!! 旭丘小学校まで1km圏内!!</p> <p>残7区画 47.49坪~ 17.38万円~</p> <p>価格 935.044万円~1239.6万円</p> <p>■物件概要 ●所在地/倉敷市浦田町浦田、連島町連島 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/第一種住居地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●学区/旭丘小学校750m-倉敷市立南中学校1400m ●接道状況/幅約4.5m~約6m ●沿線情報/水島臨海鉄道水島本線 浦田駅0.35km(5分) ●備考/江長地区地区計画区域内 ●負担金/上下水道負担金50万円 ●引渡状況/要相談 ●取引態様/売主</p>	<p>土地 スマートタウン玉島爪崎</p> <p>長尾小学校区!玉島北中学校区! 新倉敷駅まで徒歩圏内!!</p> <p>残1区画 57.79坪 27.0万円</p> <p>価格 191.05㎡ (57.79坪) 1560.33万円</p> <p>■物件概要 ●所在地/倉敷市玉島爪崎747-40 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/第一種住居地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●学区/倉敷市立長尾小学校780m-倉敷市立玉島北中学校1500m ●接道状況/北幅4m ●沿線情報/JR山陽本線 新倉敷駅0.56km(7分) ●負担金/上下水道負担金50万円 ●引渡状況/要相談 ●取引態様/一般媒介</p>
<p>土地 スマートタウン平田Ⅱ</p> <p>万寿小学校区!倉敷東中学校区! 公園すぐ近く!</p> <p>残1区画 79.36坪 25.8万円</p> <p>価格 262.38㎡ (79.36坪) 2047.488万円</p> <p>■物件概要 ●所在地/倉敷市平田1001-4 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/第一種中高層住居専用地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●学区/倉敷市立万寿小学校1200m-倉敷市立東中学校210m ●接道状況/東(公道)幅6m ●沿線情報/JR山陽本線 倉敷駅1.8km(23分) ●負担金/上下水道負担金50万円 ●引渡状況/要相談 ●取引態様/一般媒介</p>	<p>土地 スマートタウン片島町Ⅷ</p> <p>人気の西阿知小学校、 第一中学校区!!</p> <p>残7区画 51.68坪~ 17.5万円~</p> <p>価格 957.775万円~1007.76万円</p> <p>■物件概要 ●所在地/倉敷市片島町 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/準工業地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●学区/西阿知小学校2000m-第一中学校2100m ●接道状況/幅約5m~約6m ●沿線情報/JR山陽本線 西阿知駅2.200m ●負担金/上下水道負担金50万円 ●引渡状況/要相談 ●取引態様/売主</p>
<p>土地 スマートタウン連島町鶴新田</p> <p>ニシナのすぐ南で徒歩1分! セブンイレブンも近く買物に便利!</p> <p>残11区画 48.73坪~ 12.5万円~</p> <p>価格 610.625万円~714.69万円</p> <p>■物件概要 ●所在地/倉敷市浦田町浦田、連島町連島 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/準工業地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●学区/倉敷市立連島南小学校1100m-倉敷市立連島南中学校1200m ●接道状況/(公道)幅4.5m~6m ●備考/1号地の北側に一部都市計画道路の線有 ●負担金/上下水道負担金50万円 ●引渡状況/要相談 ●取引態様/売主</p>	<p>土地 スマートタウン玉島勇崎</p> <p>閑静な住宅街! 玉島南小学校、玉島西中学校区!</p> <p>残24区画 48.21坪~ 11.3万円~</p> <p>価格 544.773万円~631.552万円</p> <p>■物件概要 ●所在地/倉敷市玉島勇崎1426-2他 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/準工業地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●学区/倉敷市立玉島南小学校1100m-倉敷市立玉島西中学校1700m ●接道状況/(公道)幅4m~6m ●備考/新倉敷自動車学校650m ●負担金/上下水道負担金50万円 ●引渡状況/要相談 ●取引態様/売主</p>

※記載の金額は税別です。

岡山県宅建業協会 岡山県知事免許(6)第4170号
ケイ・エイチ 株式会社

086-525-7070 <https://www.k-eichi.co.jp/>
〒710-0252 岡山県倉敷市玉島爪崎450-3 FAX:086-525-8282 営業時間/9:00~18:00 水曜定休



03. 「出会いの春」を楽しむ
コミュニケーションのコツ



06. こどもの習いごと



07. ママ&パパ子育て応援キャンペーン

クーポン付き



10. 「植物が教えてくれることを
子どもたちにも伝えたい」

Special Interview



05. 子育て歳時記

親子で季節を楽しもう
倉敷ママの悩みをシェアして

08. 笑顔で子育て Q&A

帰宅後 10分!? で食べられる

09. とりあえずの1品レシピ



11. 家族で行けるイベント情報

12. 公園へ行こう



12. ホンネで TALK

表3. もっちゃんのわくわく絵本の森

PRESENT

読者の皆さまに、ステキな賞品をプレゼント。
プレゼントは、donbla. ユーザー登録後にご応募いただけます。

ハーバリウム

3名様

提供/宮原生花店



その時期の
旬の野菜

3名様

提供/ぼっけえ市場



お食事券
3000円相当

3名様

提供/漁火大名



ペア入園券

3組 6名様

提供/岡山農業公園ドイツの森クローネンベルク



親子ペア入園チケット

2組 4名様

提供/池田動物園



ペア入園券

1組 2名様

提供/渋川動物公園



フリーパスポート (ペア)

5組 10名様

提供/ブラジリアンパーク鷲羽山ハイランド



ペア入園券

3組 6名様

提供/とっとり花回廊



donbla.

donbla. ウェブサイトには、倉敷の
便利で楽しい情報が満載です。
ぜひアクセスしてみてください!



倉敷市児島塩生

あきらめない家造り!!
理想の暮らしをはじめませんか

ドンブラッコ
イチオシ!

倉敷市
児島塩生
(区画図)

塩生バス停より徒歩約1分
生活環境の良い住宅地です!



区画	土地面積	坪単価	価格
A号地	165.29㎡ (50.54坪)	14万円	700万円
B号地	165.29㎡ (50.54坪)	14万円	700万円

■物件概要所在地/倉敷市児島塩生字森/内 ●地目/宅地 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●用途地域/準工業地域 ●交通/塩生バス停徒歩1分 ●道路/西側6.7m、南側4.5m ●備考/上下水道負担金80万円別途要、H30.5月造成工事完成 ●取引形態/専属専任

建築条件無しに分譲地だから
お好きな家が建てられます!

より自由な設計で夢を実現!
理想の暮らしをはじめましょう!



徒歩約2分

■児島塩生郵便局まで120m



徒歩約9分

■本庄小学校まで650m



徒歩約3分

■本庄幼稚園まで180m



■味野中学校まで約5200m



有限会社 グランディー
住宅事業部
建築業執事許可(般-27)第23601
宅地建物取引業 岡(2)5189

〒701-0221 岡山市南区藤田471-25
FAX.086-250-5863 / www.gran-dee.jp
年中無休/日・祝日もOK!!
(年末年始・お盆以外)

プランニングから設計・施工管理まで一級建築士が担当します。

TEL.086-250-5862

安心・安全で長く住める住まいづくり 身近に寄り添うきめ細やかなサービス

JBN・全国工務店協会とは どのような団体ですか？

一般社団法人JBN・全国工務店協会は
全国約3000の地域工務店が登録し、年
間3万棟以上の新築と30万坪のリフォームの
実績を上げている「工務店による工務店の全
国組織」で、地域の良好な住環境と木造建築
物の整備に貢献することを目的に設立されま
した。

家づくりを検討中のご家族 一番のこだわりポイントは？

家づくりに関して以前はご家族のご主人中
心に話が進んでいましたが、最近はお客様に
若い世代が増え、それに伴って奥様を中心
にお話を進めさせていただく機会が増えて、使
い勝手や動線などの機能性にこだわることが
がとて多くなりました。このような場合、
女性スタッフが打ち合わせに参加することで
スムーズに話が運び、女性目線で家を建て
ると暮らし始
めてからの満
足度が高いと
いうことがわ
かりました。



そこで我々は
JBN工務店
会員の女性社
員による「女
性活躍の会」



「JBN女性活躍の会」岡山に参加している女性スタッフ

を組織し、家事・育児・介護そして仕事とい
う日頃の働き場で培われた経験を活かし
て、お客様が抱える暮らしの中の不便や困り
ごとに寄り添い、住生活においてより快適に
過ごして頂けるようアシストする取り組みを
スタートさせました。

地域工務店だからこそ 可能なサービスとは？

お客様にとって「安心・安全で長く住める
住まいづくり」に最も必要なのは、お客様の
身近に寄り添うきめ細やかなサービスです。
それはまさに地域の工務店だからこそ可能な
日本の家造りのスタイルといえます。さらに
「安心・安全」の証としてJBNは国土省の
「住宅リフォーム事業者団体登録制度」に登
録されています。この制度は住宅リフォーム
事業者の業務が適正に運営されるようにする
もので、お客様に情報提供をすることでお客
様が住宅リフォーム事業者を選択する際の判
断材料になり、安心してリフォームを依頼す
ることができるようにするためのものです。



「JBN女性活躍の会」岡山の研修会の様子



住宅の購入は子育て世代のご家族にとって人
生最大の買い物と言えます。特に戸建て住宅
を検討している場合、どのような住宅メー
カーに依頼するか大きなポイントになりま
す。今回は一般社団法人JBN・全国工務店
協会の連携団体である岡山県建築工務店協
会の中桐さんに地域工務店による家づくりにつ
いてお話を聞いてきました。

地域に必要とされる 工務店とは？

地域工務店が建設する木造住宅は地元の木
を多く使っています。手入れされない森林は
荒れ果ててしましますが、植林と伐採のサイ
クルを適切に回すことができれば地域の環境
を良くすることが可能です。持続的な木材の
活用は森林を守り、さらに川や海まですべて
の生態系を保全することにつながります。ま
た先の西日本豪雨の際には岡山・広島・愛媛
県で被災地に252戸の仮設木造住宅が建設
されました。当協会でも岡山県からの要請に
より真備町に57戸の仮設木造住宅と2戸の集
会場を建設しました。期間が限られている中
ではありましたが、地域の工務店でも「被災
地支援ができる」ことを実践させていただき
ました。自然災害があちこちで頻発してい
る昨今、平時だけでなく災害時における地域工
務店の役割も増えています。

この人に
聞きました



岡山県建築工務店協会
中桐 潔さん

JBN 岡山とは？
ユーザーの要望に即応した住宅建設の促進を図
るために在来木造住宅を建築している岡山県の
会社が結集し1995年に設立された組織。
2014年にはJBN・全国工務店協会の連携団体と
してJBN会員活動をスタート。



(写真左)
真備町に建設された
木造の集会所と仮設住宅



(上) 登録住宅リフォーム
事業者団体ロゴマーク



全国組織の工務店ブランド

岡山建築工務店協会は、JBNの岡山県地区の連携団体として
安心・安全な住まいを造り、守り、支える「地域工務店」を
きめ細やかに支援しています。

【会員工務店】

岡山エリア

- (株) アイム・コラボレーション
- エコハウス岡山(株)
- (株) 家夢花夢
- きなりの家(株)
- (株) 北屋建設
- 山陽地所(株) カンパニーハウジング山陽
- (株) ナカタホーム岡山
- 秦建設(株)
- (有) 福富建設
- (株) ミナモト建築工房
- 両備住宅(株)

倉敷エリア

- 赤野住宅工房(株)
- (株) 綾野工務店
- (有) アウスホーム
- 運船建設(株)
- 木造ホーム(株) 小川建美
- (有) 加治屋建設
- (株) 木絆
- (株) 木の城いちばん
- 倉敷ハウジング(株)
- クラモク建築センター 倉敷木材(株)
- ケイ・エイチ(株)
- (株) ゼスト 倉敷オフィス
- (株) 創宅
- (株) 高橋建築
- (株) ひまわり住宅
- (株) ひのき住宅
- (株) 森本工務店
- (有) ル・アーンジュ

県南部エリア

- (株) ヤマホン

県北部エリア

- (株) 小林工業
- (株) タブチ

【賛助会員】

- AIG 損害保険代理店 cactus
- (株) エリス
- 倉敷衛材(株)
- 倉敷木材(株)
- (株) ケイ・エヌ・ピー
- (有) 網島防水工業
- (株) 日本住宅保証検査機構
- 中国支店 岡山営業所
- 韓国エンジニアリング(株) 岡山支店
- (株) マルシン広告社



「出会いの春」を楽しむ コミュニケーションのコツ

春は出会いが多い季節。ワクワクしつつも、新たな人間関係づくりはドキドキですね。今回の特集では、FMラジオ番組で市民パーソナリティーを務める一方、県内各地で「プチ・コミュニケーション術講座」を展開している平松とも子さんと、池上清美さんに、コミュニケーションのコツを教えてくださいました。

考え方の基本は「アサーティブ」。

「プチ・コミュニケーション術講座」では、「アサーティブなコミュニケーション」という考え方をベースにしています。これは威圧的になったり卑屈になったりすることなく、自分も相手も大切にすることを、コミュニケーション手法、率直（まわりくどくなく）、誠実（うそをつかない）、対等（相手と向き合い・自分を卑下しない）、自己責任（言う言わないは自分で決める）の4つが柱となっています。



相手のよいところを見つけて練習。

講座では、「7つのお約束」（下欄参照）の話をしたあとで、自己紹介をします。このとき、好きな食べ物や色・言葉、自分を家具や花にたとえると…などを交え、単に名前を言うだけとはひと味違う自己紹介にすることがポイント。ほかの人はメモをとりながら聞きます。そして後から、その人のよかったところをそれぞれ書いてもらい、参加者同士がお互いに笑顔で手渡し合います。これは、初対面の人と関係を築くうえで大切な「相手のよいところを見つけて」ための練習。人の悪いところ、気になるところではなく、「よいところはどこか」という視点をもつことで、人の見方って変わりますよ。そして、それを伝えられた人は「そんなふうに見てくれてるなら、そういう自分になろう」と前向きな気持ちになりますよね。それに、そんな見方をしてくれた相手に、悪い感情はもたないものです。講座ではその後、アサーティブの考え方に基いて、自分のコミュニケーションのパターンを分析したり、「自分の口癖」や「言い返せなかった言葉」について考えたりしていきます。

意見が違ってても尊重し合う関係。

性格やタイプが異なる私たち二人ですが、これまで一度もケンカしたことがないんです。それは、お互い尊重し合っているから。いろいろな考えがあってもいいし、むしろその方が自然。だから、どちらも相手に自分の意見を押し付けようとはしません。逆に、「なるほど。そういう考え方があるのか」となって新鮮ですよ。「また、これは誰に対してもそうですが、私は割と自分の考えをはっきり話すタイプ。それはお互いに分かり合っていて、相手とちゃんと向き合いたいからです。もちろん、伝え方は考えますが」（平松さん）「まさつを避けて適当に流さないところが、自分にも相手にも誠実だなと、いつも感じています」（池上さん）



平松とも子さん（左）、池上清美さん（右）

FMくらしきの番組「プリティーウーマン」市民パーソナリティー。また倉敷市男女共同参画推進センター登録団体のひとつとして、16年間にわたって「プチ・コミュニケーション術講座」を県内各地で展開。愛称はともちゃん、池ちゃん。

●参考資料：NPO法人アサーティブジャパンホームページ (<https://www.assertive.org/>)

7つのお約束

「プチ・コミュニケーション術講座」の最初にお話しされている「お約束」。講座を受講するうえでの約束事項ですが、その考え方は、普通のコミュニケーションでも使えそうです。

1 絵を浮かべて話す、聞く

話したいことを絵に思い浮かべることで、頭の中を整理できます。聞く側は、絵に浮かばなかったところを中心に質問しましょう。

2 目はハート♡♡

相手がかんじやすく話せるように、聞く側は前のめりになり、興味をもって聞くようにしましょう。

3 メモをとる

人の話を聞いて、「いいなあ」と思った言葉や、後から質問したいことを書いておきましょう。

4 感情を出してもいい

笑う、怒る、泣く。感情は表情に出して伝えましょう。失礼な言動には、怒りを表現してよいのです。

5 時間を守る

ダラダラ話すのはNGです。「Yes」「No」の結論を述べ、その後その理由を話すようにしましょう。

6 ここだけのこと!

ある場で出た話をほかで話さない。そのときの流れや、信頼関係のうえで出たその場だけの話です。

7 無理に言わなくてもいい

話せないこと、言いたくないことは無理して話す必要はありません。言う、言わないの選択権は自分にあります。



お子様の成長の節目にお祝いを

お食い初め膳



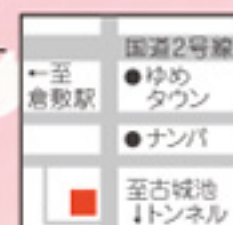
今も昔も、健やかな成長の記念に

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句では、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。

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>



2,800円(税別)

Q 子どもが入学するタイミングで、夫が転勤になり引っ越すことに。もともと人見知りの私は、これから始まるアウェイな環境に、不安しかありません。

A まずは、何かの集まりで隣り合った人や、子ども同士が親しくなったママさんに話しかけてみませんか。新入学ということなので、比較的話す内容を見つけやすいのでは？ 自分だけがたくさん話そうと頑張らなくても大丈夫。相手の話をしっかり聞くことで、会話はつながっていきますよ。自分の話をよく聞いてくれる相手と、人はつい話したくなるものですよ。

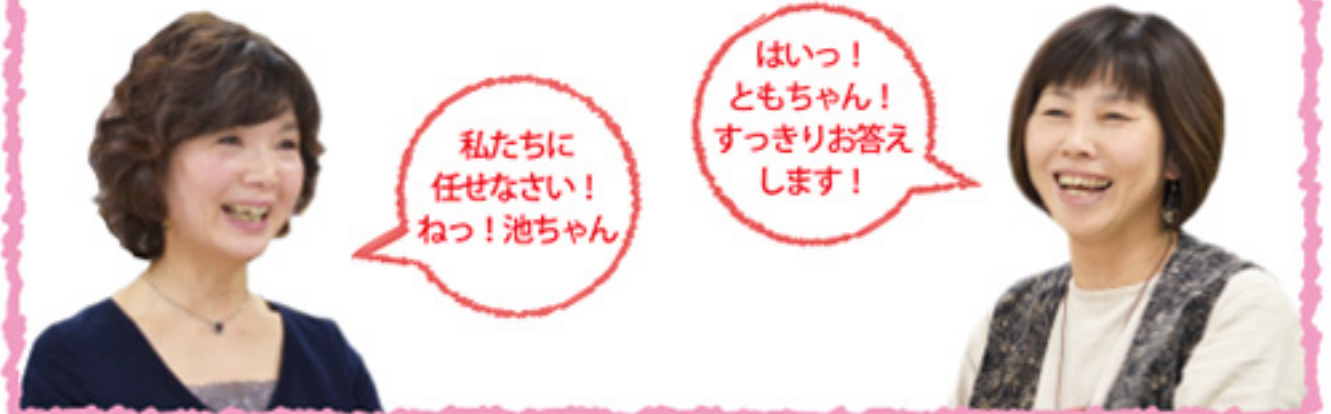


こんなとき、どうする!?

ともちゃん&池ちゃんに聞く

自分がツラくならないコミュニケーション術

子ども関係や職場でのお付き合い。人とよい関係をつくるために、円滑なコミュニケーションは不可欠ですね。でも、無理は禁物。よくある困ったシーンで、自分が苦しくならないための秘訣を平松さん、池上さんにアドバイスしてもらいました。



私たちに任せなさい! ねっ! 池ちゃん

はいっ! ともちゃん! すっきりお答えします!

Q 1対1だと会話が弾むのに、大勢のグループになると、ほかの人のようにノリよく話せません。どう話せばウケるのかわからなくて、気づけば人の話を聞いているだけの状態に。みんな話がおもしろくて盛り上げ上手なので、私は聞いているだけでも十分楽しいんです。でも、実は「ツマライ人」と思われているのかも。

A 世の中には、話すのが好きな人もいれば、人の話を聞くのが好きな人もいます。話し好きな人からすれば「いつも私ばかり話して悪いな。聞いてもらうだけでいいのかな」と気になっているかもしれませんよ。だから、うまく話せないことを悩むより、「人の話を聞くのが好き」という自分を大切にしませんか。ただ、笑顔で話を聞く、楽しそうに相づちを打つなどの態度で、「みんなの話を楽しんでいる」とは伝わるようにしましょう。そもそもお笑い芸人さんではないのだから、「盛り上げよう」と気負う必要はまったくないと思います。それに、もしうまく話せないというだけの理由で、人のことを「ツマライ人」と言う人たちなのであれば、本当にこのまま友だちでいたいのですか?



Q 人と話して家に帰ったあと、「あの言葉はよくなかったかな」と気になってしまいます。



A 言葉の選び方ひとつで、誤解を招くことはよくありますね。あとから「マズかったかな」とモヤモヤするのは、自分がその言葉に引っかかっている証拠。早めに相手に「あの言い方はなかったね、ゴメンね」と謝ってしまいましょう。相手がどう思っているかではなく、自分自身の心のかえをとるためです。意外と相手は「何のこと?」と気にしていないかも。

Q 話の長いママ友につかまることがよくあります。そうすると、後の予定がすべてズレて困ったことに。感じ悪くならず切り上げる方法がありますか?

A 人は誰でも息をします。息をしない人間はいない(笑)。話の切れ目で相手が息を継いだ瞬間に、「これから〇〇に行くから〜」と言ってしまいましょう。話の腰を折るわけではないので、「悪いかな」と気にする必要はないですよ。



歓送迎会・食事会!!

開催期間 **4月26日(金)まで**
ご予約はお早めに!

飲んでも安心
幹事様も安全
送迎サービス

4,000円以上のお料理を
15名様以上・要予約

マイクロバスにて
無料送迎いたします。
お気軽にご相談ください。



初夏の
びっくり
御膳

にぎり寿司コース
【通常価格】3,500円(税別)を

感謝価格 **3,000円** (税別)

※伊勢海老の味噌汁の伊勢海老が入荷出来ないときは、蟹になります

プラス お1人様 **1,500円** (税別) で!
2時間飲み放題もあります!

和久

倉敷市中央1-492-11 宴会60名様まで
086-421-1700
営業時間 ランチタイム/11:00~15:00 年中無休
ディナー/17:00~22:00

庄屋

倉敷市下庄471-1 宴会120名様まで
086-463-5500
営業時間 ランチタイム/11:00~15:00 年中無休
ディナー/17:00~22:00

Q 学校の参観日のとき、何人かで待ち合わせ、ランチしてから来る人が多いようです。どのグループにも所属していない私は、完全にポッチ状態。さびしい…。

A グループに所属することが大切なわけではないですよ。一人になりたくないからという理由だけで所属しているグループで、参観日前のランチから外されてしまったら？ そのことで、無駄に傷つくことになりません。友だちは多くなくても、本当に気の合う大好きな人が一人いれば十分。そう割り切って、あとは、つかず離れず普通のお付き合いを続けていくのが、自分を大切にすることにつながります。

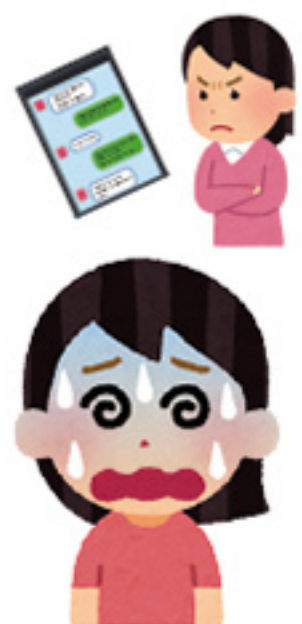


Q 幼稚園で、特別親しいといえるママ友ができません。コミュニケーションの基本を教えてください。



A ここに笑顔であいさつすること。知り合いだから、友だちだからというのではなく、誰に対してもです。相手が返してくれるかどうかはまた別の話で、自分はいさつをする。そのスタンスが大切だと思います。あと、友だちをつくるには役員をするのがおすすめ。一緒に何かをやり遂げた仲間とは、絆が深くなりますよ。面倒がらずに、機会があればぜひ引き受けたいですね。

Q ママ友との連絡は、基本LINEです。ある日、何気なく送ったコメントで、相手を怒らせることに。文字のコミュニケーションって、難しいですね。



A 文字では感情が伝わりにくいのですから。丁寧過ぎて長くなっても真意がわかりにくいし。やはり、伝えたいことは実際に表情を見ながら、話をする方がいいと思います。文字は残るものなので、あとからまた見返してモヤモヤしたり、第三者に内容がモレてしまったり。その点、生の声はその場で消えるのがよいところ。細かな言葉尻は思い出せなくなるあいまいさが、トラブル回避になりますよ。

Q 先日就職した職場は、上司も先輩もほとんど年下。年上の私とは、少しやりにくそう。こちらはどんな態度で接したらいいですか？

A 年下でも先輩なので、謙虚さを忘れずに。「ありがとう」「ごめんなさい」「教えてください」などきちんと伝えましょう。相手の年齢を意識しているようですが、新たな職場で「年齢」「キャリア」など、あまり考えない方がいいかも。仕事に集中して、切磋琢磨し合う関係を目指したいですね。休憩中は、相手がフランクな態度なら、ある程度フランクに。周囲をよく観察し、職場の雰囲気壊さないようにしましょう。



5月開催!!

ブチ・コミュニケーション術講座

～私のところ、ホップ・ステップ・ジャンプ～

お二人が講師を務める「ブチ・コミュニケーション術講座」が開催されます。今回紹介したコミュニケーション術をもっと深く楽しく学んでみませんか？

日時：2019年5月16日（木）・23日（木）・30日（木）
各回10：10～12：00 ※全日参加できる方のみ

受講料：無料（テキスト代540円）

定員：15名

申込締切：5月9日

※申し込み方法など、詳しくはコチラ→



市民制作番組「プリティーウーマン」を聞いて、コミュニケーションのヒントをつかもう！



平松とも子さん、池上清美さんが出演する市民制作のラジオ番組「プリティーウーマン」は、FMくらしき（82.8MHz）にて放送中。1997年4月にスタートし、今年で23年目に突入する人気番組です。毎回、さまざまなジャンルからゲストを迎え、トークを展開しながら「暮らしをたのしむエッセンス」を発信。番組を聞いて、お二人ならではのコミュニケーション術に迫ってみませんか？



●プリティーウーマン

【放送時間】毎月第2・4・5木曜 19:00～19:30

【FMくらしきHP】<http://www.fmkurashiki.com/>



親子で季節を楽しもう 子育て歳時記

最近耳にする機会が増えてきた「イースター」。でも、くわしくは知らない人が多いかもしれませんね。今年はイースターのことをもっと知って、家族で楽しんでみませんか。



2019年のイースターは4月21日

イースターはキリスト教のお祭り。処刑されたイエス・キリストが、その後復活した奇跡を祝う「復活祭」です。イースターの日には「春分の日のあと、最初の満月の次の日曜日」。今年は4月21日です。ハロウィンやクリスマスのように、日にちが決まっているものではなく、毎年変わるので、春が近づいてきたらチェックしておくといいですね。



うさぎとたまごがイースターの象徴

イースターが近づくと、お店のディスプレイにカラフルなたまごやうさぎの置き物が登場します。生命誕生を意味するたまごや、多産であることから、繁栄・豊穡をイメージさせるうさぎは、イースターのシンボルです。イースターエッグは、本物のたまご以外にも、たまご型のものをデコレーションするだけでもOK！お子さまと作ってみてくださいね。





こどもの習いごと

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”に出会ってください♪

お子さまにおススメの
習いごとを探すなら
こちらをご覧ください♪



マークの意味 (入) : 入会金 (月) : 月謝 (他) : その他費用 (割) : 割引&特典

スイミング 春です! 新たなチャレンジを! 水泳を始めるならこの季節!

ルネサンス玉島 ジュニアスイミングスクール 特別体験会



楽しいコーチが
しっかりサポート!!



楽しいレッスンで
グングン上達!!

ルネサンスは楽しさが自慢の国内最大級のスイミングスクールです。全国で約100,000名のお子様が無事にスイミングを楽しんでいます!!

【日程】: 4/7(日)13:30~14:15 4/14(日)13:30~14:15 4/21(日)13:30~14:15
4/28(日)13:30~14:15 4/29(月・祝)10:00~10:45 4/30(火・祝)10:00~10:45
【対象】: 3歳~8歳のお子様 【定員】: 各日程5名ずつ 【体験料】: 540円(税込)
【体験内容】: 水慣れ・潜り・浮き姿勢・バタ足・クロール・背泳ぎより HP、お電話から予約受付中!!
最新情報はWEBでチェック
お子様の泳力に応じたレッスンを体験いただけます。

ルネサンス玉島 ジュニア 検索

スポーツクラブ ルネサンス玉島
倉敷市玉島 745 ☎ 086-522-7666



学習系 初めての習いごと 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。学びへの興味を引き出す「体験型学習」です。遊びのなかで「自ら考える習慣」を育てる教室で、習いごとデビューをしませんか?



無料体験随時実施中

クレア・クラ 倉敷教室

倉敷市寿町 1-36
☎ 086-424-6111
🕒 クラススケジュールにより異なる
📅 日曜 📍 あり



武道 いつでも見学・体験OK 入団者に防具一式進呈します!

創設40年を迎える伝統のなか、剣道を通じて仲間をつくり、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でも、幾度となく優勝をつかみ取ってきた、実績ある道場です。詳しくはホームページにて。



昇龍館一福道場

お問い合わせ (昇龍館・井上)

☎ 090-2001-5888
(入) なし
(月) 3,000円 (小学生未満は無料)
※入団後1カ月は団費無料

練習日程表

曜日	時間	会場
月曜日	18:30~20:30	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

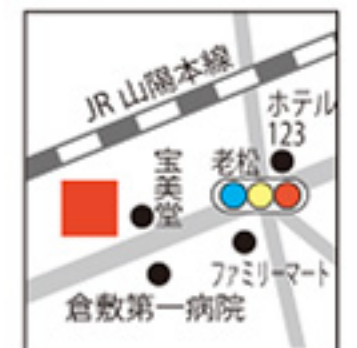
バレエ 5月末まで 入会金 30%オフ

小さい頃からクラシックバレエを習うことで、創造力・記憶力・体力・リズム感・お行儀が身につきます。宝塚歌劇団や劇団四季を目指すお子様にも、バレエの基礎が必要です。何歳からでも始められます。アットホームな教室で、豊かな人間性を養いましょう。ママの運動不足解消には、ストレッチクラス・大人バレエクラス。アスリート基礎バレエクラスもあります。お問い合わせはお気軽に♪



Ai Joli Ballet (あいジョリバレエ)

倉敷市老松町 5-1-32
☎ 086-425-3255 🕒 受付 10:30~21:00



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!

1,000円以上お買い上げの方
100円OFF!!
有効期限:2019年5月31日まで



菜月
1,000円
(税別)

優月
1,300円
(税別)

松花堂弁当
720円(税別)

日々のお弁当から集いの席にふさわしい
オーダブルまで、カラダに優しく美味しい
お惣菜を心を込めて手作りしています。

●事務員募集
時給 810円

8:00~18:00までの
1日4~5時間、週3日からOK
下記までお電話ください
TEL.086-425-7060

沖新町店 倉敷市沖新町90-11
TEL.086-425-7060



茶屋町店 倉敷市帯高2-1
TEL.086-436-7744



田ノ上店 倉敷市沖282-1
TEL.086-436-7567





ママ&パパ 子育て応援キャンペーン

子育て応援中の各ショップからお得なクーポンやプレゼントが届きました。

スマホで簡単表示！
子育て応援クーポン

COUPON

下のクーポンを切り取ってお店にご持参ください。

<p>COUPON 焼肉 しおつ</p> <p>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</p> <p>ドンスラッコ 2019/5/31まで有効</p>	<p>COUPON 手打ちうどん実の和</p> <p>ジェリーズポップコーン 50円引き</p> <p>ドンスラッコ 2019/5/31まで有効</p>
---	---



※クーポンは必ず注文時にご提示ください。

Food

大型連休は、みんな大好きな焼肉パーティー♪



倉敷市中島 1531
☎ 086-466-0352
休 水曜 P 30台

焼肉 しおつ 営 平日 11:00~14:00, 17:00~22:30 (OS 22:00)
土日祝 11:00~22:30 (OS 22:00)

広い座敷席に加え、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、小さい子ども連れでも安心して楽しめる焼肉店。大人気のランチは、税別550円~と超お得！10人以上でもOKな個室もあるので、家族や親族そろっての楽しい焼肉会はいかが？

Food

トロ〜りたこ焼きとフレーバーポップコーン



倉敷市西中新田 632-1
きくやビル 1F
☎ 086-427-3337
営 11:00~18:00
休 日曜(たこ焼きのみ営業)
P 30台(ビル共有)

手打ちうどん 実の和 (下津井たこや)

自慢のたこ焼きは、山芋入りのトロツとした生地に、大きめの下津井産真だこを投入。4種類の味を6個入りと8個入りから選べます。また、おやつにぴったりなジェリーズポップコーンは、キャラメル&チーズ・旨塩・北海道バターしょうゆのフレーバーで楽しめ、大人気の一品。

Market

春野菜、苗物入荷中！
地方発送OK



倉敷市堀南 794-1
☎ 086-436-8787
営 8:30~17:00
休 水曜 P 30台

岡山産直 ぼっけえ市場

朝採れの新鮮な野菜や果物、魚介類が、毎日特価で並ぶ生鮮市場。店頭には、栄養豊富で滋味あふれる旬の食材がそろいます。瀬戸内海でとれた新鮮な魚介類は、希望に応じてその場で調理。探しているものがあるときや、調理法を知りたいときなど、ぜひ気軽に相談してみてください。

Green

世界にひとつだけのハーバリウムを



倉敷市亀島 2-7-22
☎ 086-447-1187
営 8:30~19:00
日曜 8:30~12:30
休 1月1日~3日 P あり (予約の方のみ受付)

宮原生花店

生花とオイルを材料に作る、今大人気のハーバリウム。お手入れ不要で、長い間美しさを楽しめます。インテリア雑貨やお供え花として、また大切な人へのギフトとしてもおすすめ。店内には、色とりどりの商品がそろっているので、あなただけのハーバリウムを見つけてください。

Recruit

donbla.

WEB 情報発信サポートスタッフ募集



倉敷市中島 2370-14
老龍園ビル 4F
☎ 086-465-6296
(担当：太田)

株式会社リショウ

株式会社リショウでは、現在スタッフを募集しています。主な業務内容は、子育て応援サイト「donbla.」への記事投稿や写真加工、バナー作成など。詳しくはQRコードより、ホームページにアクセスしてご確認ください。1日4時間から働けるので、子育て中のママも大活躍できますよ！

Food

自宅で焼いてもプロの味。本格派生ぎょうざ



倉敷市藤戸町天城 37-3
☎ 0800-200-7730
営 9:30~18:30 (売切れ次第閉店)
休 なし P あり

倉敷ぎょうざ

パリパリの羽根付きぎょうざを自宅でもカンタンに焼けると大人気。豚肉、キャベツ、ニンニクなど、7種類もの具材の濃厚な旨味を詰め込んだ生ぎょうざは、焼きたてアツアツを頬張って。ひと口噛むごとにジューシーな味わいが広がり、特製タレとの相性も抜群！

Q 現在は倉敷地区の「みなし仮設住宅」で生活しており、地域子育て支援センター真備かなりやを利用しにくいのですが？

A 「地域子育て支援拠点」は倉敷市内にたくさんあります。現在お住まいの場所に近くて便利な拠点をお気軽にご利用ください。

地域子育て支援拠点の一覧

倉敷	倉敷市子育て支援センター TEL.086-434-9865 くらしき健康福祉プラザ2階	児島	倉短ひろば「くららっこ」 TEL.086-441-1088 市立短期大学1号館2階
	あまき子育て支援センター TEL.086-428-7830 天城保育園内	児島	出張ひろば「くららっこ」(毎週火曜日) TEL.090-9465-3233 琴浦東幼稚園内
	子育て支援センター新田 TEL.086-424-6767 新田保育園内	児島	地域子育て支援センターよしうら TEL.090-2293-3246 よしうら保育園内
	遍照地域子育て支援センター TEL.086-465-1746 遍照保育園内	玉島	ひろば・わたぼうし TEL.080-2900-4517 玉島乙島1105-13
	地域子育て支援センター杉の子 TEL.086-462-6203 杉の子保育園内	玉島	玉島児童館つどの広場 TEL.086-526-3400 玉島児童館3階
	みんなの広場・ぼっかぼか TEL.086-427-5550 山内服装専門学校2階	玉島	さくよう森の広場「どんぐりっこ」 TEL.086-436-0201 くらしき作陽大学附属認定こども園内
	ちゃやっこひろば・チカク TEL.070-5050-7730 茶屋町269-1植野ビル2階	水島	小ざくら地域子育て支援センター TEL.086-476-2016 水島北幸町2-5ひろばにじいろ内
	子育てひろば「ほっとハウス」 TEL.086-489-0862 上富井628-12	水島	子育てスペース「ビヨビヨひろば」 TEL.086-450-3585 福田町古新田802-16
	出張ひろば・ぼっかぼか(毎週金曜日) TEL.086-427-5550 倉敷幼稚園内	水島	交流スペース「ピョンピョンひろば」 TEL.086-441-2282 連島憩の案内
	地域子育て支援センター三宝すくくらんど TEL.086-473-5063 三宝認定こども園内	船穂	船穂地域子育て支援センター TEL.086-552-5355 船穂保育園内
竜王地域子育て支援センター TEL.086-472-0456 竜王保育園内			

支援拠点の詳細は
こちらから



お問い合わせ

- ★臨時真備児童館
倉敷市真備町箭田1161-1 TEL.086-697-0831
 - ★地域子育て支援センター真備かなりや
倉敷市真備町辻田268-1 TEL.086-698-7566
- 「子育てするなら倉敷でと言われるまち」の実現を目指して！



倉敷ママの悩みをシェアして

笑顔で子育て Q&A

平成30年7月豪雨災害は、倉敷市に大きな被害をもたらしました。特に、真備地区に甚大な被害が発生し、現在も多くの方が仮設住宅等で生活されています。真備地区での子育て支援施設の現状はどうなっているのか、今回は真備児童館、地域子育て支援センター真備かなりやに聞きました。



地域子育て支援センター真備かなりや
所長 片岡 美紀さん



真備児童館
館長 谷野 秀樹さん

Q 以前は、真備児童館で子どもをよく遊ばせていたのですが？

A 真備児童館は豪雨災害により被災し、現在使用できなくなっております。ご不便をおかけしていますが、2020年春には、元の場所で復旧予定です。子育て家庭向けに居場所、交流の場を提供するため、復旧するまでは、真備支所北隣の真備保健福祉会館3階大会議室の一部で仮復旧しています。さまざまな被災者支援団体と連携しながら、楽しい行事・企画を用意しておりますので、どうぞお気軽にご利用ください。

Q 以前は、地域子育て支援センター真備かなりやで、子育て中の悩みを相談していたのですが？

A 施設が浸水し、しばらく使用できなかったため、二万分館で仮復旧していました。このたび復旧工事がすべて完了し、2019年2月からは、災害前と同じ場所に完全復旧していますので、以前と同じようにご利用ください。

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」をお届けます。
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

帰宅後 10分 / 7で食べられる
**とりあえずの
1品レシピ**
just 10 minutes cooking

「今日は帰りが遅くなっちゃった!」「買い物にも行けてない!」そんなときには、いつもの材料でカンタン調理。毎日頑張っているママ&パパだからこそ、たまにはこんなメニューもありってことで♪
※調理時間が10分を超えるレシピもあります。



天ぷら粉でカリ☆モチチヂミ

①天ぷら粉 150g、水 100cc、たまご 1個、粉末だし 小さじ 1 をボウルに入れよく混ぜる。②ニラ、ネギなど好みの具材を切って①に入れ、さらに混ぜる。③多めのごま油を熱したフライパンに②を薄く広げ、両面をカリッと焼く。タレはお好みで。



ハムと残り野菜のドリア

①ほぐしたたまご 1個に、生クリーム 30cc、塩・コショウ少々を加える。②ボウルに一口大に切ったハム、トマトや玉ねぎなどの残り野菜、ごはんを入れる。③②に①の半量と塩コショウ少々を加えて混ぜる。④③を耐熱皿に入れ、①の残りチーズをのせてトースターで焼く。



残りごはんのお焼き

①残ったごはん、ちりめんじゃこ、刻みネギ、ごま、のり、鮭のほぐし身など、好きな具材を混ぜ合わせる。②フライパンに油を熱し、両手でギュッと握った①のをせ、フライ返しで平たくする。③両面を焼いて完成。味が足りなければしょう油をつける。



ニンジンシリシリ

①ニンジン 2本をピーラーでスライス。千切りにしても OK! ②フライパンにごま油を熱してニンジン炒め、しんなりしたらツナ缶 1缶を油ごと投入。火が通ったらめんつゆ少量を加え、よく炒め合わせたら完成。火を止める前に、溶きたまごを加えても◎



じゃがいものガレット

①じゃがいも 2個を千切りにする(水にさらさないこと!)。②フライパンに油を熱し①をすき間なく並べる。③②に塩・コショウを振り、じっくり焼きながらフライ返しでギュッと押さえる。④溶けるチーズを表面にのせ、カリカリになるまで焼く。



きゅうりのカンタンサラダ

①スプーンを使ってきゅうりを一口大に切り、味がしみ込みやすくなるように、スプーンの背で軽くつぶす。②ビニール袋に①と適量の塩昆布を入れ、よく振る。③しばらく置いてなじんだら、食べる直前に少量のごま油を加えて完成。



HM&フルーツ缶のケーキ

①たまご 1個、砂糖 50g、サラダ油 50cc、フルーツ缶のシロップ 100cc をボウルに入れて混ぜる。②①にホットケーキミックス 150g、缶詰のフルーツ半量を加えてさらに混ぜる。③型に入れ、上に残りのフルーツを並べて 180℃に余熱したオーブンで 30分間焼く。



おやつに最適♪ポテトカップ

①じゃがいもを皮ごと電子レンジで約5分間加熱。②柔らかくなったら半分に切り、スプーンで中身をくり抜く。③ボウルに②を入れ、塩・コショウ・バター少々を加えて混ぜる。④②で残った皮に③を詰め、上にベーコンやチーズをのせてトースターで焼く。

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・日常のお買い物が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!

電話料・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!

nishina-rakuraku.com

ニシナらくらく便 検索

●商品のお届け時間
この中からご都合の良い時間帯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

TEL FAX **086-421-7247**

0120-247-012

FOOD BASKET NISHINA RAKURAKU

会議・イベントなどの別注弁当承ります

四季折々の料理にあった食材を、一品一品手作りで美味しいと多くの人に言っているのだから、楽しく料理を作っています。

おかずの店 鶴形
086-423-5299
倉敷市鶴形1-7-6
営/11:00~19:30
休/日曜日

手作りおかず 阿知の里
086-435-8710
倉敷市東町9-10
営/11:00~19:30
休/日曜日 駐車場あり

植物が教えてくれることを 子どもたちにも伝えたい。

長年にわたる園芸愛好家として、植物への造詣が深い田辺綾子さん。その知識・経験を生かし、植物を育むことを通した子どもたちへの食育活動も展開しています。全国でもまだめずらしい「エディブル・スクールヤード」の取り組みを倉敷でスタートさせた田辺さんに、お話をうかがいました。

「食育菜園」を活用して

食と自然のつながりを学ぶ

2018年度は、倉敷市内の公立小学校で初めて「エディブル・スクールヤード」の取り組みを行いました。11月と2月の2回、子どもたちと一緒に、校庭にガーデンを作って麦を植えたり、農業や工芸の体験をしたり。念願だった学校の校庭での活動を、想定より早く実現でき、うれしく思っています。

「エディブル・スクールヤード」という言葉には、なじみがないかもしれませんがね。「食育菜園」とも表現されますが、これは校庭に菜園をつくり、学びの場とする取り組みです。「育てること、食べること」をベースに、自然界といのちのつながりを、子どもたち自身の体と心で感じ、頭で考える教育実践。野菜の育て方の指導のみを目的とするものではありません。日本では、2014年に一般社団法人エディブル・スクールヤード・ジャパンが設立され、この教育プログラムを広げる活動を行っています。

豊かな土壌を整えたら 植物が育つ力を信じ見守る

園芸好きの父の影響で、子どものころから植物は常に身近な存在でした。大人になってからは、自宅の庭でガーデニングに勤しむ日々。日本で初めてオープンガーデンを根付かせた「イエローブック岡山」にも参加し、庭づくりを通して多くの方々と交流を楽しんでいました。でも、さまざまな植物を育てるなかで、どんなに手をかけてもうまく育たないことも。その原因を知りたくて、あれこれ専門書を読むうちにたどり着いたのが、「土の大切さ」でした。よい土のもとで育つ植物は、根がどんどん太くなり強くたくましくなります。そうなるに肥料や薬剤は必要なくなるんですよ。豊かな土壌を整えたら、あとは手をかけ過ぎずに、植物自身が育とうとする力を大切にすればいい。これは、子育てにもつながる考え方もありませんね。

土の大切さを実感していたころ出会ったのが、肥料・農薬・除草剤を使用しない「自然栽培」。岡山で、自然栽培による米づくりが始まろうとしていました。園芸家としてもそうですが、ひとりの母親として「これは絶対

対によいものだ。こういうものを食べていたら、子どもたちの心身が健やかに育つに違いない」という直感が働き、自然栽培の普及活動に参加。それを機に、自宅の庭と畑も自然栽培に切り替え、自然の摂理に寄り添った庭づくりを続けています。

子どもたちに手渡したい

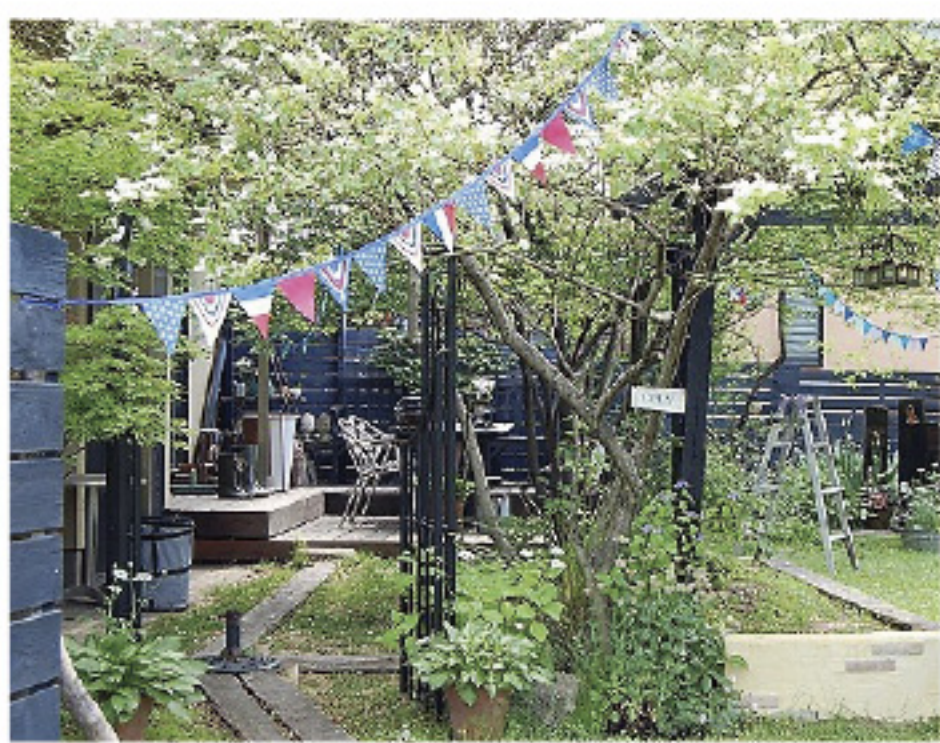
「自然と農と食のある暮らし」

趣味としてガーデニングを楽しむ一方、仕事として、子どもを対象とした習いごと教室に従事した中で、子どもたちを取り巻く環境の変化と、それによる影響を実感するようになりました。「子どもたちに、自分は何を残せるのか」。次第にそう考えるようになったんです。私自身、子育て中も食を重視してきた経験から、子どもたちには「食を食べること」を大切にしたい。どんなものを食べるのかを自分で選び取るセンスを身につけてほしい。そのために私ができるのは、「自然と農と食のあるライフスタイル」を子どもたちに示すことです。



Profile
田辺 綾子さん
たなべ りょうこ

一般社団法人エディブル・スクールヤード・ジャパンプロジェクトディレクター／NPO法人岡山県木村式自然栽培実行委員会事務局
20代の頃よりガーデニングを始め、庭づくりは「土」が大切という事実にたどり着くまで、さまざまな栽培法を試行錯誤。2009年、「自然栽培」に出会い普及活動に参加する。2018年より、一般社団法人エディブル・スクールヤード・ジャパンの活動に参加。



これまで植物から教えられたこと、食と向き合ってきたことを生かして、子どもたちがわくわくする「もの」や「こと」を手渡していけたら。「エディブル・スクールヤード」の理念に私が共感したのは、そんな思いがあったからなのです。一昨年から、「エディブル・スクールヤード・ジャパン」の勉強会に参加したり、東京のモデル校で活動を体験したりして見識を深める一方、実践の場として、自宅の庭で「&ガーデン庭の教室」を開催。身近にある植物からのメッセージを五感で受け止めるセンスを磨くべく、参加してくれた子どもたちとさまざまなことに取り組んできました。その実践に共感してくださった方からご縁がたがり、冒頭で述べた公立小学校でのエディブル活動が実現したのです。



エディブル活動によって 学びの「点」を「線」につなげる

エディブルプログラムの大きな特徴は、国語・算数・理科・社会・芸術など、学校の教科指導と結びつけていること。活動のなかに多様な要素を取り入れ、教科の勉強に向かう種まきをしています。単なる農業体験や自然体験とエディブルが大きく違うのは、教育的視点が深く検討されているところです。カリキュラムをしっかり作成したうえで、活動内容だけでなく、活動しながらどこでどんな声掛けをするか、または黙って見守るかなど、慎重に検討しています。ナビゲーターには、専門的知識のほかに、伝える技術も必要なので責任重大。私もまだまだ研鑽の日々ですね。私は、エディブルの活動のことを、学校での教科学習や経験を通して知ったことの「点」と「線」を線でつなぐようなものだと感じています。線がどんどんつながっていくことで、世の中のことが見え、「自分たちが今勉強することの意味」を感じとれるのではないでしょう。そのうえで「自分はどんなものを食べたいか、それはなぜか」。その答えを子どもたち自身が見つけてくれると期待しています。そのためにも、エディブルの活動を広げ、すべての学校で校内のどこかに必ず菜園がある状態をつくっていききたい。それが私の目標です。



エディブル活動の様子



エディブル活動の様子を SNS で公開中

2017年の秋から2018年の初夏にかけて、自宅の庭を参加者に開放して取り組んだ「&Garden庭の教室」や、公立小学校でのエディブル活動の様子をブログやfacebookで公開中。麦の種まきや収穫、みそづくりなど、子どもたちとの活動の詳細をぜひご覧ください。(現在、「&Garden庭の教室」は次の展開に向けて準備中です)



最初の活動時にまいた六条大麦の芽が出てきたので麦踏み



前年の11月にまいた大麦が収穫の時期を迎え、刈り取り作業



六条大麦を刈り取ったあとはさかけ作業。麦茶づくりも体験



「&Garden庭の教室」のキッチンガーデンで自然栽培した大豆で味噌づくり



ペットボトルの麦茶と麦を焙煎していた麦茶を飲み比べ



設計図を見ながらフィンランドの工芸細工ヒンメリづくりに挑戦



テーブルクロスを敷いて、食べた飲みだりする時間も活動の一部



活動終了後は、その日の取り組みを必ず振り返ってアウトプット

ブログ
<https://and-garden.jimdo.com/>



facebook
www.facebook.com/edible.andgarden/



家族で行けるイベント情報

各アミューズメント施設では、季節に応じた楽しいイベントが盛りだくさん。ぜひ、家族みなでお出かけしませんか。入園券プレゼントもあります！



ブラジリアンパーク 鷺羽山ハイランド

ご家族そろって鷺羽山ハイランドへカモン！ キッズからヤングまで楽しめるボルダリングや、瀬戸内海を眺められるレストランに、ふれあい動物園や今最も話題なスカイサイクルと342段のカラフルな階段で楽しく♪インスタUPしちゃおう!!

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



岡山農業公園 ドイツの森クローネンベルク

◆西日本最大級のドッグランがオープン！

3月21日(祝)に、西日本最大級にあたる5000㎡のドッグランがオープン。全面芝生で、大型犬専用エリア・小型犬専用エリア・オフ会専用エリアに分かれているほか、ワンちゃん専用のアスレチックもあります。利用料金は無料。



渋川動物公園

◆GWは羊の毛刈り体験！
期間：4月27日(土)～5月6日(祝)13時～
GWは羊の毛刈り体験を楽しもう！大人はバリカンで、子どもははさみでチョキチョキ。刈った毛は、お持ち帰りできます。

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



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



池田動物園

春は、桜と同じ色をしたフラミンゴのピーちゃんたちが、桜のトンネルの下をお散歩！ふれあいタイムでは、満開の桜の木の下で一緒に記念写真を撮ることができます。
※池田動物園の桜満開時に開催
(詳細は決まり次第公式HPに掲載します)

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

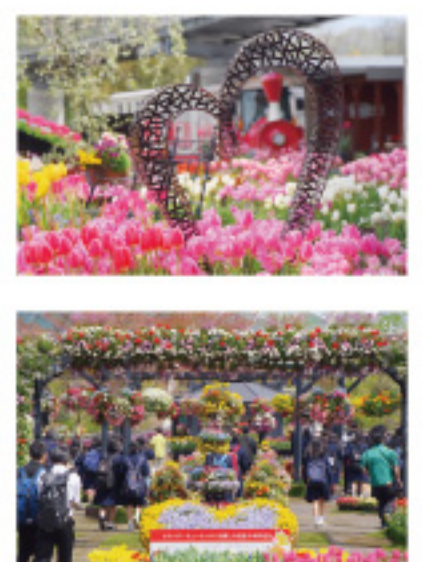


とっとり花回廊

◇春のイベント情報
◆20周年アニバーサリー企画展示が登場！

- 桜まつり
4月6日(土)・7日(日) (桜ウィークは4/6～14)
…28品種 210本の桜が楽しめます。
- チューリップまつり
4月13日(土)～5月6日(祝)
…230品種 22万球のチューリップの競演です。
- ばらまつり
5月18日(土)～6月2日(日)
…190品種 1,000株のバラが咲き誇ります。

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



公園へ Let's go to the park 行こう

潮風がさわやかな 海のそばにある公園。

さわやかな好天が続くこれからの季節は、外遊びにはうってつけ。今回ご紹介するのは、「玉島みなと公園」。家族でお弁当を持って出かけた、大人も子どもも楽しめる公園です。

File No.05

玉島みなと公園



倉敷市玉島柏島 1532-20 Pあり
086-522-8115 (倉敷市玉島支所 建設課)



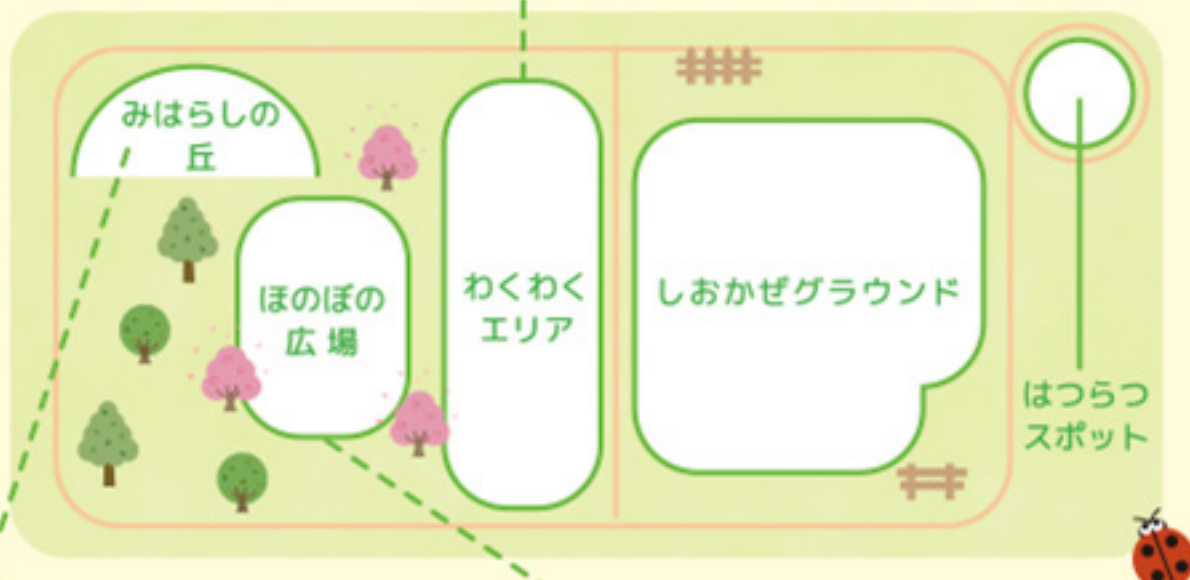
水玉ブリッジラインの玉島大橋から見下ろすと、かわいいイルカがついたすべり台などのある、楽しそうな公園が目につきます。ここが「玉島みなと公園」。遊具を設置した「わくわくエリア」や、ゆっくりと休憩できる「ほのぼの広場」、展望広場である「みはらしの丘」などがあり、休みの日にはたくさんの家族連れでにぎわっています。また、ウォーキングに最適な里程標つきの園路（1周約680m）や、健康遊具を多数設置した「はつらつスポット」など、大人の健康づくりの場としてもおすすめです。

わくわくエリア



多彩な遊具が人気。目玉の一つはボルダリングで、ホルドのついた壁面とスロープ部分のどちらも、スリルがありそう。またすべり台についている小さなうちには、テーブルといすがセットされていて、ごっこ遊びも楽しめます

公園マップ



みはらしの丘



海に向かって設置された展望広場。港の風景をのんびりと眺められます。潮風が心地よく、遊んで暑くなった子どもたちのクールダウンもできそう

ほのぼの広場



テーブルとベンチがあり、お弁当を広げられるエリア。遊具から近く、子どもが遊ぶ様子を見守れます。これからの季節は、まわりの桜も見ごろに



公園ランチやお茶会は春ならではの楽しみ



快適な天候が続くこの時期は、公園でのランチやお茶タイムにぴったり。玉島みなと公園の近くには、焼きたてパンの店や、スイーツも扱う有名なたまご専門店があるので、テイクアウトして公園で味わうのもいいですね。(ゴミは忘れず持ち帰りましょう)

ホンネで TALK

Let's talk together

家事に育児、仕事と、毎日忙しいママ&パパ。頑張っているからこそ、イライラやモヤモヤがたまりますよね。誰にも言えないそんなグチは、ここで全部はきき出ませんか？ スッキリ軽くなって、また明日から頑張りますよ♪



誕生日プレゼントがほしい

僕の方からは、毎年妻の誕生日にプレゼントを贈っているのですが、ここ5年ほど、僕の誕生日には妻からのプレゼントがありません。何でもいいからくれよ！ (36歳男性)



体育会系の義姉がコワイ

ダンナのお姉さんは、運動部出身。礼儀に厳しく、甘えた態度を嫌う人です。一方、私は文化系でのんびりタイプ。一人息子もおっとりした甘えっ子。義姉は息子を可愛がってくれますが、ちょっとでも態度が悪いと叱ります。間違ったことは言っていないけれど、私はモヤモヤ。まだ小さいんだからそこまで言わなくても…とってしまいます。(38歳女性)



これ、モノを指定した方がいいです。「誕生日にコレ買って」って。私もそうなんです。男の人へのプレゼント選んで難しい！ つい後まわしにしているうちに忘れちゃったり。



「自分の教育方針と大きく違う」と思ったら、義姉さんに話してみるのもアリかな。ただ、厳しく接してくれる人がいるのは、息子さんにとってはいいことだと思うな。



女の人へのプレゼント選びだって、難しいですよ！そこを一生懸命考えて贈るところにロマンがあるんだけどなあ。



うーん。今はワガママが通らなくて、息子さん本人もイヤかもしれないけど、大きくなったらありがたみがわかるんじゃないかなあ。特にスポーツをするようになったら、礼儀がしっかりしている子は一目置かれますよ。

投稿募集

みなさんの生の立つこと、グチりたいことを下のQRコードから、メールでお寄せください。



もっちゃんの わくわく 絵本の森

vol.11

しかけ絵本&セレクト絵本の専門店「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。

今回のテーマ

「お話ししながら 楽しめる1冊」

風の冷たさがやわらぎ、春の訪れを感じられるようになりました。今回は、新しい季節が始まるワクワク感を高める、色彩の美しい作品や、思わずおしゃべりしたくなるような1冊をご紹介します。

森のかくれんぼ

倉敷市鶴形1丁目3-3・1F

Tel.086-424-0696

平日 10:00~18:30

日曜・祝日 10:00~17:00

休 木曜 P なし



あそびにおいでよ そらまめくんのうち

大人気の「そらまめくん」の世界を完全立体化。各キャラクターの立体人形・ミニ絵本つきです。おうちやベッド、そしてかわいい葉っぱのブランコなどで、思い思いにごっこ遊びができ、スキンシップを楽しめます。お子さまといっしょに、しかけ絵本ならではの楽しさを味わってくださいね。



- 作：なかや みわ
- 出版社：小学館
- 価格：2,052円

フラワー・フェアリーズ 魔法のとびら



- 作・絵：シシリー・メアリー・パーカー
- 訳：みま しょうこ
- 出版社：大日本絵画
- 価格：3,240円

妖精の国への入り口を見つけ、いざ、妖精たちの世界へ…！19世紀の作家による、いまだ衰えない人気の本です。



ピーターのおでかけ

箔押しブルーの表紙が美しい本。しかけの種類が盛りだくさんです。うさぎ嫌いのマクレガーさんへお手紙を書き、直接会いに行っちゃうピーター。ピーターと一緒にドキドキしながらきれいな草花の咲く森を通ってみてね。



- 著者名：ビアトリクス・ポター
- 訳編者：かがわけいこ
- 出版社：大日本絵画
- 価格：3,024円



- 文：ケイティ・コットン
- 絵：ジェシカ・コートニー・ティックル
- 訳編者：いより ゆうこ
- 出版社：大日本絵画
- 価格：2,700円

ヴィヴァルディの四季

音楽が流れるしかけ絵本です。自分の部屋で眠っているイザベル。目が覚めたら春夏秋冬を1日で体験する旅に出かけます。イザベルと一緒に春の芽吹き、夏の暑さ、秋の収穫、冬の冷たい空気を感じましょう。それぞれのページにある音符マークを押すとヴィヴァルディの「四季」が流れます。ヴァイオリン協奏曲「四季」を絵本で再現。大人も子どもも年齢を問わず、みんなで楽しめます。



うさぎのおうち

絵本の黄金コンビ、マーガレット・ワイズ・ブラウンと、ガス・ウィリアムズの名作絵本。春の明るい陽射しのなか、うさぎはおうちをさがしに出かけます。やさしい春のお話です。



- 作：マーガレット・ワイズ・ブラウン
- 絵：ガス・ウィリアムズ
- 訳：松井 るり子
- 出版社：ほるぷ出版
- 価格：1,404円



はたらくまち

イギリスで大人気のしかけ絵本が、日本語になりました。工事現場やビルの中、地下鉄などの普段は絶対に見られない世界を冒険。町の秘密と人々の暮らしのぞけちゃいます。おうちの方のお仕事も登場するかも…。会話をしながら楽しめますよ。

- 絵と文：ジェームズ・ガリバー・ハンコック
- 訳：たかさと ひろ
- 出版社：河出書房新社
- 価格：2,592円

EDITOR'S EYE

「そらまめくん」シリーズは、子どもが小さいころ、よく読み聞かせをしていました。うちの子は、この絵本がきっかけで今でもお豆大好き少年。特にそらまめが食卓に登場する日は、必ずさやの中のふわふわをさわって、うっとりしています。私もこのシリーズのやさしい絵柄が大好きで、息子が絵本を手にしなくなった今でも、新しいものが出てると、つい買いたくなってしまいますね。先日、「そらまめくんとおまめのなかま」という初めての赤ちゃん絵本も発見。かわいいなあ…。ほしいなあ…。



子育てママへ

入園・入学そして進級・進学おめでとうございます。おうちの方が忙しくなられると同時に、子どもたちもみんな、新しい環境のなか、外でがんばっておうちに帰りますね。そんなとき、開くだけで心が豊かになるしかけ絵本は魔法の道具です。コミュニケーションのツールとして、手に取ってみてください。



スプリングセール開催

新生活応援企画!未使用車も盛り沢山のこの機会をお見逃し無く!



フリード G ジャストセレクション



[色]プレミアムホワイトパール
[保証]距離無制限13ヵ月

お値打ち価格!

修復無 整備付 保証付 リ済別 中庄店

年 2010年 走 11.2万km
換 なし

特選車価格
49.8 (税込) 万円

インパネCVT/ETC/バックモニター/HDDナビ/ABS/3列シート/ウォークスルー/キーレス/ディスチャージヘッドランプ 他

N-BOX カスタムGレパッケージ



[色]プレミアムゴールドパール
[保証]距離無制限1年

人気No.1!

修復無 整備付 保証付 リ済別 笹沖店

年 2013年 走 7.0万km
換 2020年3月まで

特選車価格
89.8 (税込) 万円

インパネCVT/横滑り防止装置/盗難防止装置/ABS/アルミホイール/ベンチシート/スマートキー/ディスチャージヘッドランプ/CD 他

N-ONE スタンダード・L ホワイトクラッシュスタイル



[色]ビーチブロッサムパール
[保証]距離無制限 1年

希少な特別仕様車!

修復無 整備付 保証付 リ済別 玉島店

年 2019年 走 2km
換 2021年1月まで

特選車価格
135.3 (税込) 万円

インパネAT/衝突被害軽減ブレーキ/盗難防止装置/横滑り防止装置/ETC/バックモニター/スマートキー/ベンチシート/シートヒーター/ディスチャージヘッドランプ 他

CR-V 1.5 EX マスターピース



[色]ルーセブラックメタリック
[保証]距離無制限 1年

話題のSUV!

修復無 整備付 保証付 リ済別 中庄店

年 2018年 走 0.1万km
換 2021年8月まで

特選車価格
329.8 (税込) 万円

CVTフロア/アイドリングストップ/衝突被害軽減ブレーキ/クルーズコントロール/盗難防止装置/横滑り防止装置/ETC/バックモニター/スマートキー/シートヒーター 他

ヴェゼル ハイブリッド RS ホンダセンシング



[色]クリスタルブラックパール
[保証]距離無制限 1年

ホンダセンシング

修復無 整備付 保証付 リ済別 笹沖店

年 2018年 走 0.9万km
換 2021年9月まで

特選車価格
245.8 (税込) 万円

フロア7AT/アイドリングストップ/衝突被害軽減ブレーキ/クルーズコントロール/盗難防止装置/横滑り防止装置/ETC/バックモニター/スマートキー/シートヒーター 他

シャトル ハイブリッド X ホンダセンシング



[色]ミッドナイトブルービームM
[保証]距離無制限 1年

ハイブリッド仕様!

修復無 整備付 保証付 リ済別 玉島店

年 2018年 走 17km
換 2021年12月まで

特選車価格
214.9 (税込) 万円

フロア7AT/アイドリングストップ/衝突被害軽減ブレーキ/クルーズコントロール/盗難防止装置/横滑り防止装置/ETC/バックモニター/スマートキー/シートヒーター 他

※記載のある装備や画像などが現車と相違がある場合、現車を優先させていただきます。

高品質・無料保証・万全のアフターサービス
買うときも、買ったあとも、「安心・信頼・満足」が違います!

高品質の認定中古車のみを取り扱い



ホンダオートテラスでは、専門スタッフによる、基本点検整備基準に準じた点検・整備を実施。その厳しい基準をクリアした、認定中古車のみを販売しています。

すべての中古車に無料保証が付きます



ホンダオートテラスでご購入いただいたすべての中古車に、最大1年間走行距離無制限の保証「ホッと保証」(ホッと保証ライトは3ヶ月間走行距離無制限)を無料でお付けします。

Honda車のプロによるアフターサービスで安心



・車検/点検 ・交換部品 ・定期点検バック
・延長保証 ・カーケア
※詳しくはお問い合わせください。

Hondaの充実したクルマ購入・生活サポートをご提供



・インターナビ・リンク ・クレジット/据置クレジット
・Honda自動車保険あんしんプラン
・Honda Cカード

Honda Cars 倉敷東

その他の中古車・登録済み未使用車の最新情報はこちら!



■Honda Cars 倉敷東 中庄店

〒倉敷市平田927-1
☎086-422-1300
🕒10:00~19:00
🗓毎週火曜日



スタッフブログ
やってます!

■Honda Cars 倉敷東 笹沖店

〒倉敷市吉岡572
☎086-434-3800
🕒10:00~19:00
🗓毎週火曜日



スタッフブログ
やってます!

■Honda Cars 倉敷東 玉島店

〒倉敷市玉島爪崎917-1
☎086-523-5700
🕒10:00~19:00
🗓毎週水曜日



スタッフブログ
やってます!