

山形のママがつくる子育て情報誌 マーメイド

# mamaid

Special.01

まごわやさしい

食のチカラ



Special.02

やまがたWinterイルミネーション2022

12

2022 DEC

FREE  
PAPER

子育て支援日本一挑戦中!

今月号のプレゼントはコレ!

子育てママの声が聴ける

SUMUNARA TENDO

SNSアンケートキャンペーン

天童市では子育てでツイートプロモーションを推進中。子育てに関するアンケートに回答して、天童市のおいしいものを当てよう!!

アンケート  
フォーム  
はこちら!



- ① まずは、右上のQRコードからアンケートに回答ください。
- ② 以下アカウントの該当する投稿のいずれかにいいねもしくは、リツイートなどのアクションを行ってください。

Twitter

でんどう地域おこし協力隊のツイートをリツイート

Instagram

でんどう地域おこし協力隊もしくはmamah公式のポストをいいね

11月15日(木)  
12月1日(水)

①と②の両方を行っていただき、応募は完了です。

SUMUNARA TENDO

天童市ウエルカムインフォ



出羽桜  
とろけるやまがた  
(リキュール)720ml 2本

3名様

※上記4種類から2本、種類はおまかせとなります。

子どもと一緒におでかけしませんか? 親子の遊びとふれあいの場

天童市の「子育て支援センター」

その1



親子の「あそび」と「ふれあい」の場を提供する子育て支援センター。

保育士や子育て支援員に気軽に育児相談をすることもできます。楽しいイベントも盛り沢山でお待ちしています。

利用対象 おおむね3歳未満の子どもと家族

利用料 無料(一部、有料のイベントあり)

開所日 月曜日～金曜日(祝日は閉所)

※予約不要でご利用いただけますが、施設やイベントによっては予約が必要です。詳細は各施設にお問い合わせください。

子育て未来館「げんキッズ」

一時預かり、ファミリーサポートセンター、子育て相談など様々な支援を行っています。

- 利用時間: 9:00～19:00 ●休館日: 毎月第3水曜日、元旦
- 住所: 芳賀タウン北2-7-18
- TEL: 023-666-4830



げんキッズは、土曜日も利用できます。

「かしのき」

経験豊富な保育士が、身近な子育てでサポート。育児書では得られない共感が、ここに!

- 利用時間: 9:00～12:00、13:00～15:00
- 住所: 芳賀タウン北3-10-12
- TEL: 023-666-4830



「つながり」

キッズ目線で楽しめる仕掛けがいっぱい。ショッピングセンターでの買い物ついでにどうぞ。

- 利用時間: 9:00～11:30、13:00～16:00
- 住所: 芳賀タウン北5-12-8
- TEL: 023-664-2271



「かながるーむ」

子育てのヒントを見つけたら、ホッとひと息リフレッシュしたい時にぜひご利用ください。

- 利用時間: 9:00～12:00、14:00～16:00
- 住所: 芳賀タウン南4-12-23(小百合第二保育園内)
- TEL: 023-654-5528



「ながおか」

絵本や玩具がたくさ! アットホームで落ち着いた室内や広い屋外テラスで遊びましょう。

- 利用時間: 9:00～12:00、14:00～16:00
- 住所: 東長岡4-6-5(ながおか保育園内)
- TEL: 023-664-0687



天童市にはたくさんの子育て支援センターがあるよ。2月号でも紹介予定。待ちきれない方はこちらからチェックしてね!



天童市は

待機児童ゼロ

第3子以降保育料無料

高校生以下医療費無料

転入世帯・子育て世帯への充実した支援

・住宅の新築・購入への補助

転入世帯で子育て世帯 ……上限 75万円  
転入世帯 ……上限 35万円  
子育て世帯 ……上限 45万円

※補助助金は各世帯に1回限りです

●担当 都市計画課(内線422)

・空き家リノベーションへの補助

転入世帯に  
右記を上乗  
に2/3補助 引越 80万円 80万円  
10万円 10万円

※市内住居世帯には別途補助助成あり ※補助助成の際は別途要件あり

●担当 都市計画課(内線424)

・家賃引越し費用の補助

結婚を機に天童市で新生活を始めると世帯世帯に対し、家賃や引越し費用のうち最大60万円を補助。

●市内在住世帯に7月以降の補助あり ●担当 市産公課(内線324-327)

・エル天(10)

天童市では、小学校・中学校に入学したお子さん一人ひとりに10万円を支援します。

●担当 子育て支援課(内線723)

問い合わせ 天童市役所 TEL/ 023-654-1111

oyatsu-biyori

# おやつ日和

家事に育児に毎日忙しいけれど、ちょっと空いた時間に手作りおやつ作っちゃおう。子どもと一緒に作る楽しさ。一緒に味わうおいしさ。「ママになってよかった」って感じる親子の貴重な時間です。「おいしい♪」の笑顔が何よりもママの宝物だよ。

トースターを使って焼くだけ！  
サンドイッチを作ったときにぜひ挑戦してみてくださいね♪



MENU  
パンの耳  
くるくるラスク

材料  
(3人分)

- 〈材料〉
- ★食パン……………3枚
  - ★バター……………10g
  - ★グラニュー糖……………少々
  - ★割り箸
  - ★爪楊枝

事前準備  
バターをレンジで20秒チンして溶かしバターを作っておく。

作り方

- 食パンの耳を薄く切り落とす。
- 端からクルクル巻いて一度割り箸を差してから抜いて爪楊枝をさす。
- 溶かしバターを塗ってグラニュー糖をまぶしトースターで焼き色になるまで焼く。

爪楊枝を抜いて割り箸をさし、リボンを付けたら完成！



Information

Le Casa 天童店 ☎023-655-4510  
天童市芳賀タウン南三丁目3-27  
【営】10:00～19:00  
【休】年中無休 ラカ-サ 雑貨 喫茶

ギフトのご相談もお気軽どうぞ！  
ご予算・ご希望に応じて、スタッフが素敵なギフトを選ぶお手伝いをさせていただきますのでお気軽にご相談ください。ラッピングやメッセージカードの依頼も承っております。大切な人へ、心のこもった素敵な贈り物を、ギフト選びはぜひ、Le Casaで。

おやつ作り  
お菓子作り  
お菓子作り

# まごわやさしい 食のチカラ

食べることは生きることのキホン。  
子どもが小さい頃は特に気になる食のこと。

食育ってなあに？子どもたちの健やかな成長を食のチカラで  
サポートしているlittle JAMに行ってお勉強してもらったよ



## 食育ってこんなこと



**味わう**

みんなで  
楽しく  
食べよう!



**学ぶ**

食について  
知ろう!



**気づく**

こんなことも  
あったのか!



**触れる**

野菜を  
育てみよう!



**作る**

親子で  
料理をするのも  
いいね!



教えてくれた人  
little JAM店長  
津野地 幸恵さん

食や体にいいことに興味を  
持ち、東京から山形にリター  
ン。山形のおいしい食材を  
使った食事を届けたいと  
思っています。

「まごわやさしい」に  
ついて学んでねよ

まごわやさしいは日本の伝統的な食材の頭文字を取ったもの。元々日本で採れる食材だから日本人の体にやさしいんです。まごわやさしいについて学ぼう!

世界一の長寿の国と言われている日本ですが、その理由は日本古来から続いている和食の文化です。

ご飯、煮干し、昆布の佃煮、根菜、繊維の多い芋、漬物、醤油や味噌の発酵した調味料を使い1回の食事でよく噛む食材を様々な取り入れてきました。和食の一汁三菜のスタイルは理想的なバランスでとることができ健康的な食事です。

「まごわやさしい」をすべて取り入れることは難しいと思う方におすすめなのが**おにぎりとお味噌汁**です。味噌おにぎりや、鮭おにぎり、さつまいものおにぎりなど組み合わせが自由にでき、海苔を巻くことで取り入れにくい海藻類も摂取できます。

お味噌汁に**きのこ**や**緑黄色野菜**を入れるなどすることで、手に入りやすい食材で取り入れることができます。身近な食材で必要な栄養素を摂取できることが「まごわやさしい」の魅力です。

## まごわやさしいの魅力

手軽にいろいろなものが手に入る現代では、食の欧米化が進み、食生活も乱れがちという方も多くなってきています。「まごわやさしい」を意識することで健康なカラダを維持できるといわれています。



一汁三菜

今回は「学ぶ」  
フォーカス!

ふむふむ...



# まごわやさしい(こ)

おいしく食べる  
おまじない  
みたいだね!



## ま 豆類

大豆、味噌、豆腐、  
あずき、黒豆など

良質なたんぱく質、脂質、炭水化物、食物繊維、ミネラル、ビタミンなどがバランスよく含まれているよ。日常的に取り入れやすい!



## じ じま

白胡麻、黒ゴマ、  
くるみ、ナッツ類

活性酸素の発生を抑制する働きがあるため、ガンや動脈硬化、老化を予防できると言われています。



## さ さかな

鮭、さば、いわし、あさり、  
しじみ

魚には必須脂肪酸であるEPAやDHAが含まれているので積極的に取り入れたいですね。



## や やさい

緑黄色野菜や  
根菜類など旬  
の野菜

野菜はビタミン類、葉酸などの栄養素が含まれています。食物繊維のキホーンなので食卓にたくさん取り入れたいですね。



## わ わかめ

わかめ、ひじき、  
のり、昆布

わかめなどの海藻類はミネラルが豊富。昆布はカルシウムや食物繊維が豊富だよ。



## い いも

さつまいも、里芋、  
山芋

最近ではまごわやさしいのほかに「こ」もあります。発酵食品は腸内環境を整えてくれますよ。



## し しいたけ

しいたけ、えのき、舞茸、しめじ、なめこ、  
エリンギ

子ども食べやすい芋類、ビタミンCや食物繊維も多く含まれています。



## し しいたけ

しいたけ、えのき、舞茸、しめじ、なめこ、  
エリンギ

生きて食物繊維が豊富なきのこ。低カロリーでヘルシーだからママにも嬉しいね。



little JAMの

## 食育への思い

私たちを取り巻く食生活は、劇的に変化しています。手作りのごはんから、インスタントや出来合いの食材をレンジで温め、家族バラバラで食べるという時代になってしまいました。

次から次へ簡単に、手間のかからないすぐに出る便利な商品が世の中に流通し健康食品や、ダイエット法、サプリメントなど様々な健康法がありますが、いっとうに病気の数は減らず、喘息、アトピーの子どもが増え続けています。薬はどんどん増え続けていますが、症状を抑えることばかりで、元となる食事を見過ごそうとする人は少ないように思います。

さらにここ数年は、簡単に病院に行くということも躊躇されている中、今私たちも自分で自分のカラダを守る必要があると、子どもたちにそれを伝え未来に

繋いでいくことが大切なのではないかと思えます。

子どもは食事を選ぶ事は出来ません。

幼い頃に食べたものが一生の味覚をつくり、食べたものが明日の私になります。

四季豊かな日本で、二十四節気流れゆく季節の中で私たちのカラダにどのような変化があるのを知り、カラダに必要な栄養素を旬の大地からいただく。身土不二＝地産地消に通じると思っています。

「食育」を通じて、歴史を知り、土地の魅力を学び、食物のいのちに感謝し、人に感謝する。そして、またその先の誰かに伝える。

little JAMの食が子ども達へのエネルギーとなり、心とカラダを育む場となればと思います。

# little JAM × mamaidコラボ



食材や調味料にこだわっている littleJAM。  
 今回mamaidのために特別レシピを開発してもらいました！  
 特別にお弁当の一部のレシピを教えてくださいましたよ！



つくってみよう！

おいしいお弁当を  
 おっつけて待っています！

## まごわやさしい親子弁当



**menu**

- 醤油入りおから揚げ
- 根菜の煮物
- 大葉つくね塩焼きのごがけ
- さつまいもごぼうのきんぴら
- 豆乳クリームチーズ入りかぼちゃサラダ
- おむすび2個

入手できる野菜によって内容に変更がある場合もあります。



### 大葉入りつくね

タレはお好みで甘酢だれや中華あんかけタレで召し上げられ！

材料/約10個分

- 鶏ひき肉…300g
- 玉ねぎ…1/2個
- 大葉…6枚
- 卵…1個
- 片栗粉…大さじ2
- 塩…少々
- こしょう…少々

作り方

- ①玉ねぎはみじん切り、大葉は千切りにする。
- ②ボウルにひき肉を入れ、①と卵、片栗粉、塩、こしょうをきれ混ぜる。
- ③お好みの形にして、中火で焼き上げる。

お弁当の  
販売先はこちら



- 住所  
山形市片谷地580-1  
(山形市南部児童遊園施設copal内)
- 定休日/火曜
- まごわやさしい親子弁当  
11月16日～年内/一日20食限定1,000円



### 自家製ふりかけ

お出汁を取った後の材料で作るエコなふりかけ。甘めのやさしい味付なので、お好みで調味料は加減してね。



【出汁材料 (1Lの分量)】

- 水…1L分
- 昆布…5×10cm
- 鰹節…25g

【ふりかけ材料】

- 出がらし昆布1分
- 出がらし鰹節1L分
- 水…50cc
- 甜菜糖…大さじ1/2
- みりん…大さじ1/2
- 醤油…大さじ1
- 白いりごま…大さじ1

【作り方】

- ①出汁をとった昆布は長さ3cmくらいの千切りにする。鰹節は大ききれは別む。
- ②昆布、水、調味料を鍋に入れ火にかける。昆布が柔らかくなり、水分が少なくなったら鰹節を入れ、バラバラになるまで炒める。
- ③白いりごまを加えて混ぜる。



### さつまいものおむすび

みんな大好きあまくてほくほくのさつまいもをおむすびにしました！

材料

- さつまいも…1本
- 塩…適量
- 黒煎りごま…適量
- 砂糖&レモン汁…お好みで
- ご飯



【作り方】

- ①さつまいもをさいのめに切り、蒸すか茹でる。
- ②①の水を切りお好みで砂糖、レモン汁を加える。
- ③温かいご飯に黒ゴマと、さつまいもを加えて混ぜる。



### 塩麴きのこ

ご飯にかけたり、大根おろしと混ぜたり、うどん、パスタに加えてもおいしいです。

材料

- しめじ…1パック
- えのき…1パック
- 干し椎茸…ひとつつかみ
- 舞茸…1パック
- 塩麴…大さじ2

【作り方】

- ①きのこは食べやすい大きさに切る。
- ②干し椎茸は水に戻してから切っておく。
- ③フライパンに①と椎茸を置ね入れ、椎茸の戻し汁を加えて蓋をして中火で10分加熱する。
- ④しんなりしたら火を止めて塩麴を加える。



# まごわやさしいおやつ

子どもと一緒にティータイムにぴったりなおやつレシピ。  
「まごわやさしい」は、おやつに取り入れれば  
子どもバクバク♪



## ジンジャーキャロットケーキ

ニンジン入りでしっとりめめらか♪生姜が苦手な子どももOK

材料(マフィン型6つ分)

- |   |             |   |               |
|---|-------------|---|---------------|
| A | ・豆乳…80g     | C | ・小麦粉…200g     |
|   | ・油…105g     |   | ・全粒粉…20g      |
| B | ・てんさい糖…150g | D | ・ベーキングパウダー…6g |
|   | ・塩…1g       |   | ・シナモン…1g      |
|   | ・小麦粉        |   | ・ラムレーズン…100g  |
|   | ・にんじん…200g  |   | ・くるみ…25g      |
|   | ・しょうが…10g   |   |               |

作り方

- ①Aの材料をボールに入れて混ぜておく。
- ②Bの材料をフードプロセッサーで攪拌して①に加える。
- ※フードプロセッサーがなければすり下ろす。
- ③Cの粉類をふるいにかけて②に加える。
- ④Dの材料を加えて軽く混ぜる。
- ⑤マフィンカップに入れて170℃に余熱したオーブンに入れて25分焼き上げる。
- ※パウンドケーキの型の場合焼き時間は30分。



mama voice

和食は洋食よりちょっと手間がかかるし、子どもも積極的にはあまり食べてくれないイメージが…。でも子どもには良いものを食べたいという思いもあり、てんさい糖や米油、ケチャップなども化学調味料が入っていないものを選びが楽になりました。アレルギー持ちの子どもなので「せめて調味料だけは良いものを」と、こだわっています。



和食は季節感が感じられるし、旬のものが美味しく食べられるのでいいですね。カロリーが低いのでダイエット中の私にもってこいですw 子ども達にはちょっと地味メニューかな?と思ったら、意外と薬物やお浸しなど好んで食べてくれますよ。



我が家はお米なのですが「玄米」にこだわっています。食物繊維が摂れるし、よく噛んで食べる癖にもなりますよ。なにより美容にもいいもんね♡



## editors note

「まごわやさしい」は、一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか? 取材を通じて日本古来の食材をもう一度見直してみたい機会になりました♪

乾物も多いのでストックし置けるのもうれしいですよ。日常に取り入れることを意識してみたいと思いました。



## 豆乳クリームチーズ

サラダに使ったり、クラッカーにつけて食べたりと  
いろいろなアレンジが楽しめるよ♪

材料

- ・豆乳ヨーグルト…400g
- ・ココナッツオイル(無香)…60g

作り方

- ①豆乳ヨーグルトをキッチンペーパーに包み、おもしろし1~2晩かけて水切りする。
- ※ヨーグルトから出た液はスープなどに混ぜるとおいしくなります。
- ②①と完全に溶けたココナッツオイルを加えてブレンダーにかける。



## 忙しいママへのアドバイス

食育や、無添加、まごわやさしいを取り入れた食事に興味はあっても働く女性が多い現代では仕事をしながらバランスのよい食事を毎日用意するという事は中々難しい事だと思います。

今までのお食事を全て変える必要はなく、いつも使っている味噌や塩、醤油などの調味料を変えるだけでも、同じ料理でも各段に味が変わったりより効率的に栄養を摂取できます。足りないものをほんの少しプラスするとうるやうに気軽に出来ることから実践してみてください。

子どもがなかなか食べってくれない時は、食事に集中できる環境を作ることも大切。テーブルに何も置かない、TVを消す、足がブラブラしないようにキッズチェアを用意するなど、食べることに集中できるように工夫してみてください。

住まいの相談の専門家  
おうちの相談家

ファイナンシャルプランナーと一緒に考える!

キッズスペース完備  
ぜひご家族みなさまで  
ご来店下さい

# ライフプランニング 無料相談会

こんなお悩みありませんか?

- これからの人生、お金がどれくらい必要になるか不安。
- 今の収入にあったライフプランが知りたい。
- 子どもの成長に合わせてどれくらいお金がかかるの? など...

この機会に相談してみませんか?

日時

12/3(土)・4(日)・

11(日)・17(土)・18(日)

午前 10:00~12:00

午後 14:00~16:00

各日  
2組限定!

完全  
予約制!

参加費  
無料



ご予約特典

オリジナル  
エコバック  
&生活便利品  
プレゼント!



私たちファイナンシャルプランナーが  
お迎えします!

お悩みに合わせたライフプランを  
一緒に考えてみましょう!  
心からお待ちしております!



お申し込み  
フォームはこちら▶



住まいの相談家 山形店  
おうちの相談家 ほっこり



おうちの相談窓口 山形店  
**HOUSING**  
CONSULTING OFFICE

☎ 0120-34-4118

〒990-0886 山形市晴橋3-6-3  
営/10:00-18:00 定休日/火曜・水曜



4

アットホームな 天童の 子育て応援施設!!

たのしいイベント

ほっとする交流  
と遊びの場

## 子育て支援センター「つばさ」&「あたご」

2つのセンターで  
楽しいイベントを開催!!

イベント参加費  
は無料です!

(利用案内) 子育て中の方、どなたでも利用できます。

- 開放日/年間を通して月～金曜日 ● 開放時間/【午前】9:00～12:00 【午後】14:00～16:00
- 雨天も随時開放!! お砂遊びや英語遊びが楽しめます。
- 利用は無料です。イベントに参加される方は、材料費をご負担いただく場合があります。

天童市外  
の方もOK!

子育て支援センター つばさ

12/2④・1/11④・3/2④ リトミック ヒコバンビーニさん 定員10組

12/7④・2/8④ アロマクラフト講座 白田絃子さん 定員8組

12/21④・3/29④ ベビーマッサージ 石澤美樹さん 定員4組

1/13④ **NEW** 初めてのベビーあん摩 白田絃子さん 定員4組

1/25④・3/9④ アルバムカフェ yopiさん 定員10組

1/19④・2/22④・3/15④ ベビーヨガ&ママヨガ 間宮支理員 定員4組

12/15④ クリスマス会 2/16④ おひなさま製作 定員5組

子育て支援センター あたご

12/1④・2/2④ リトミック ヒコバンビーニさん 定員10組

12/21④・1/18④ ベビーイングリッシュ 定員5組

2/15④・3/15④ IBイングリッシュオリバー先生 定員5組

1/17④ ボーセラーズ講座(6か月までの赤ちゃん) 定員3組

12/20④・1/31④ ベビーヨガ 間宮支理員 定員5組

2/7④・3/28④ 定員5組

1/13④・2/24④・3/10④ ママヨガ 間宮支理員 定員5組

3/7④ アロマクラフト講座 木下恵代さん 定員5組

12/6④ クリスマスガーランド作り 3月中 薄荷クラフト 定員5組



☎ 023-652-0283

天童市東久野本2丁目8-77  
(つばさのもり保育園内)  
@kids-tsubasa@d.wion.ne.jp



楽しいイベントの情報は  
各センターのインスタ  
グラムをチェック!!



☎ 023-687-0831

天童市天童中3丁目1-32  
(つばさのもり児童館子ども園内)  
@tsubasa-atago@taa.ti.keeper.ne.jp





# あさ ママの一日

国際結婚をしてアメリカへ移住。5年後、「日本で英語の楽しさを伝えたい」という夢を叶えるため帰国。2022年、念願の自宅英語教室を開講したママをご紹介します。



川西可出身。地元金融機関に勤めていた頃、アメリカ人の夫と出会い、結婚。長男出産後、アメリカに移住するも5年で帰国。長女出産後、大学職員として働きながら開業準備を行う。2022年、自宅英語教室「Kempf English School」開講！  
 【本人】36歳 【夫】42歳  
 【長男】ディオくん 11歳 【長女】フィオナちゃん 5歳

## Time Schedule

- 起床 5:30
- 朝食準備 6:00
- 朝食、片付け、登園準備、出勤準備 7:00
- 長女を幼稚園に送り、大学に出勤 8:10
- 昼食 12:15
- 大学退勤後、長女のお迎え 17:00
- 帰宅、夕食準備 17:40
- 自宅英語教室レッスン開始 18:15
- レッスン終了後、夕食 19:00
- 片付け、長女入浴、洗濯 20:00
- 長女就寝 20:45
- 長男就寝後、レッスンの片付け・準備 21:00
- 入浴 23:00
- 就寝 23:30



「家事はどちらかというとき」と長女さんと、「笑顔協力」がケンパ家流です。



週3日、大学勤務、事務職員として、留学のサポート業務などを担当しています。



この日は子ども向けの対面レッスン。長女も生徒として参加中。



遊び、発音練習の英語歌まで収録もしています。

## 自宅で念願の英語教室をOPEN!



小6の頃、ハワイに住む知人宅にホームステイしたことを機に英語への興味を深めた長女さん。学生時代に勤講師のアルバイトを経験し、その後カナダ留學で幼児教育について学ぶと、「英語教室を開きたい」と思うようになりました。結婚し、アメリカに移住してからも夢を諦めきれず、家族を説得、帰国後、大学職員として働きながら準備をし、2022年9月、ついに夢を叶えたのです。

現在、大学勤務と自宅英語教室を兼業。教室の事業の一環で、週1回保育園へ出向き、英語おそび講師もしています。「火曜日は午前中に英語おそび講師、午後から英語レッスン」「水曜日は大学勤務後、夕方から英語レッスン」……など、曜日によって働き方が変化。多忙ながらも「毎日同じじゃつまらない。私の性に合った働き方です」と話す長女さんの笑顔は輝いています。「最近では、教材づくりにも凝っています。英語を使うことを楽しんでもらえる教室にしていきたいです」

## 夢の実現を支えてくれる家族たち



日頃、長女さんを一番近くで支えているのが家族です。小学校で英語を教えているアメリカ人の旦那さまとは、すべての家事・育児を協力して分担しています。また、夢実現のための帰国を相談した際、長女さんの気持ちに尊重し、背中を押してくれたのも旦那さまでした。「やってみよう」の精神。ダメならそのときききょうようという気持ちでチャレンジします」

子どもたちもまた、心強い存在です。2人とも自分の意見を主張できるタイプで、それが長女さんの悩みを解決してくれることも。例えば、長女さんが英語のレッスン内容に迷っていると、子ども自らの確かなアイデアをくれるんだとか。そんな子どもたちのよいところを伸ばすべく、心がけていることは？「あなたはどう思う?」と子どもも意見を聞くこと。目の前における選択肢以外の答えが返ってきたときでも大歓迎! 自分の考えを自由に発言できる雰囲気づくりを心がけています」

## ママ技

### アメリカ人のバモイチョン♡メキシコ料理チヤッス

アメリカでは定番家庭料理の一つといえる「チヤッス」。市販のシーズニングを使えば、簡単にカンタンに作れちゃうんです!



- 【材料】お好みの量で  
 牛挽肉  
 たまねぎ  
 タコソース・ズニグ(市販品)  
 オリーブ  
 チーズ  
 トルティージャチップス  
 サルサソース

#### 【作り方】

- ①フライパンで牛挽肉・たまねぎを炒める。
- ②タコソース・ズニグを加えて混ぜ、さらに炒める。
- ③耐熱皿にトルティージャチップスを入れ、その上に②とチーズ、刻んだオリーブを乗せる。
- ④電子レンジで3分ほど加熱する。
- ⑤お好みでサルサソースをつけて召上がり!

### 【後記】

アメリカと日本で子育てを経験した長女さん。「楽しいたくさんあるけれど、それ以上にいところがある」とのこと。アメリカの保育園の「自由な雰囲気」は、自宅英語教室にも取り入れられています。「私もここで英語を学びたい」と思うようになっている空席でした♪

【Kempf English School】  
 公式LINEアカウント ID: @970qahmk

Topic of the month!

VOL. 26

もっともっと  
mottol

ママバス  
MaMa Buzz

# 世界にひとつだけの フラワーアレンジで 暮らしに彩りを



店主  
菅野さん

ひとつひとつ心を込めて制作しております。ご予算に応じたアレンジも承りますのでお気軽にお声掛けください。

ほかにはないユニークな商品や面白い取り組みなど、ママたちの間で「ママバス」である、あなたの街の情報をmamald編集部が徹底取材!!

**大** 人も子ども心が躍るウィンターシーズン。今年は、生花よりも自由なアレンジが楽しめるドライフラワーを使ったアレンジで、お部屋を華やかに彩ってみませんか? 漆喰の壁とアンティーク家具に囲まれた小さなアトリエ baby's breath には、まるで絵本の世界から飛び出してきたようなスワッグやリースが揃っています。

さまざまな形とサイズでアレンジしてあるので、リビングや玄関、壁などお気に入りの場所をワンランクアップ、グルーガンを使って手軽に楽しめるリースの手づくりキットも販売。お気に入りのアイテムを組み合わせたものもおすすめ。ほのかに香るアロマワックスや真鍮小物、おしゃれなガラス容器などもそろえているので、自分だけの宝物を探しに行ってみよう。

いつもとは違う雪置きのグリーが、飾りかたがさりげなく、伝統的な着からでも使用しながら、ナチュラルカラーでまとめているので、いつものインテリアにもシックリ馴染みます。(4,800円)

親子で参加できるワークショップも開催しているので、マスタグラムを要チェック!

11月はガーランドをつくったよ!



ローズやラベンダーなどの香りを楽しむアロマワックスバー(2〜3ヵ月楽しむことがきる)ので、香りや季節を感じるのもいいや。

ケーキ...1,320円  
ツリー...1,100円  
スプーン...400円

真っ白い雪の花家のようなが、飾り、メルヘンチックなかわいらしさなので、ほっこりとした気分でお正月が迎えられそう。(3,800円)



SHOP DATA  
baby's breath

住所/天童市乱川12-1-7-2 電話/090-7528-2982  
営業時間/土・日曜 10:00-17:00 月曜 11:00-16:00 定休日/火・金曜  
駐車場/店舗裏側4台

取材/バリエーション情報 | info@mamald.net, mamald.ina 以上に詳しい1句の情報はお寄せください。あなたの街のイチョウ、編集部が取材させていただきますよ!!



# 親子連れ de ランチ



## プチカフェ Chill

「プチカフェ チル」

### プチカステラが人気のカフェで フードメニューがスタート

国産卵を使ってふわりと焼き上げたプチカステラが人気の「プチカフェChill」で、終日味わえるフードメニューがスタートしました。メニューは、ペッパーライスやハンバーガーなどの日気分から選べる4種類、単品はもちろん、ドリンク&デザートと一緒に楽しめる欲張りなセットもあるので、家族みんなでシェアするにもぴったり。自慢のカステラがデザートについてのカッププレートも今月からスタート。併設するコインランドリーのカード提示で全品50円引きになるサービスもあるので、お洗濯の待ち時間にもおススメです。



## ラグパティ 赤湯店

「ラグパティ アカユネ」

### 本格スパイスがクセになる バリエーション豊富なインドカレー専門店

体に優しいスパイスで調合されたカレーが味わえる「ラグパティ赤湯店」。本格的な風味を求めて、何度も足を運ぶことになる専門店です。お店自慢の5種類のカレーからお好みの味を選ぶことができるランチセット。トマトの酸味が効いた「クーチンカレー」と一緒に、2つの味を楽しんでみては。自家製ナンとザフランライスがセットになっているので、それぞれの風味の違いも感じてみよう。辛さは、甘口から激辛まで選べる4段階。赤湯店のほか、米沢店、姉妹店のシヤ(米沢市)でも同じメニューが楽しめます。

TODAY'S LUNCH MENU  
ペッパーランチ (880円)  
+スイーツセット (500円)



ガーリックとバターの香りが食欲を刺激するボリューム満点のひと皿。2種のソースから選べるデザートセットと本格ドリンクで、お楽しみいっぱい仕上げられ。

▶ 落ちついた雰囲気の内には、テーブル席のほか、ローテーブルに併せたソファ席もあるので、ベビーカーでも一層に食事が楽しめます。



▶ キッズプレート(450円)  
※ハンバーガーorオムライスが選べます

小学生以下お子さま限定のプレート。まんまるオムライスには、ほんのり甘いチキンプライスがどっさりIN。キュートなカステラ&ドリンクもついて、キッズも大満足!



TODAY'S LUNCH MENU  
スペシャルランチ (1,000円)  
チョコナン (500円)

ビックサイズのナンがセットになったランチ。専用のスパイスに漬けたこんだ風味豊かなナンドライチンもついて、お楽しみいっぱいになること間違いなし! スイーツに人気のチョコナンもぜひなる美味しさ。



▶ スパイシーな香りが食欲をそそる店内。インドの神様が描かれたポスターやカラフルなラグなどもあり、異国情緒たっぷり。



▶ キッズランチ(590円)

※ライスorナン/  
ドリンクorデザートが選べます  
優しい甘さに仕上げたカレーは、小さなお子様にも安心。さわやかなラッシーと一緒に、スパイスカレーデビューをしよう! 小学生まで注文。

### ラグパティ赤湯店

【住】南陽市赤湯2910-5  
【TEL】0238-49-7474 【営】11:00~15:00、17:00~23:00  
【休】第2・4木曜夜(ランチは毎日営業)



### プチカフェChill

【住】天童市北目3-10-1  
【TEL】090-2843-3101 【営】10:00~16:30  
【休】火、金曜



Present 贈り物 お食事券1,000円 5名様

Present 贈り物 キッズランチ 5名様



みんなの地球のためにチャレンジ!  
カーボンニュートラルやまがた県民運動



# 未来のために賢く選ぶ ZEH

ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス

今年の夏は、「節電」や「省エネ」が呼び掛けられ、光熱費も上昇中。改めてエネルギーについて考える1年となりました。最近ニュースで耳にする「カーボンニュートラル」というキーワードについて、実はよく分らないという方も多いのでは?そこで今回は、東横市にあるカナリエタウンにお邪魔し、家庭でできるエコな取組みについてのヒントを教えてくださいました。

お話を伺ったのは!



▲取材協力/カナリエタウン第一期住宅展示場

地元工務店  
6年による実績  
性能を考慮した  
総合住宅  
展示場

2023年冬 東横市に  
第二期オープン予定!

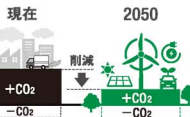


カナリエタウン事務局  
総合 宏美さん

## まずは気になるキーワードからスタート!

### 1 2050年/カーボンニュートラルってなに?

2050年までに、CO<sub>2</sub>(二酸化炭素)等の温室効果ガス排出量を実質ゼロにすること。



大気中に排出されるCO<sub>2</sub>等の温室効果ガス(の一森林等が吸収するCO<sub>2</sub>等の温室効果ガスの量) = 0 (ニュートラル)

Q どうしてゼロにする必要があるの?



A.

化石燃料の消費によってCO<sub>2</sub>などの温室効果ガスが増え、地球温暖化が進んでいるから。平均気温が上昇すると、熱中症患者の増加、渇水、大雨等による自然災害の増加、農林水産物の品質低下や収量低下など、様々な影響が心配される。

Q 私たちができることってなんだろう?



かえる

意識を変える  
道具を換える  
電気を変える  
行動を変える

電気のつけっぱなしをやめる/  
車を購入する際は次世代自動車  
(EV・PHVなど)を選ぶ

つくる

エネルギーを創る  
地域活力を作る

太陽光発電設備などを設置する/  
再生エネルギーの電気に取り替える

かわる

自分ごととして  
積極的に  
参加する

環境活動・環境学習に  
積極的に参加する

省エネ=我慢ではなく、家づくりを「省エネの視点」から選択すれば、快適に暮らしながら自然とCO<sub>2</sub>の削減につながりますよ!



### 2 ZEHってどんなお家?

創エネ設備などの導入で1年間で消費するエネルギーの量を実質的にゼロ以下にする住宅のこと。

$$\text{消費} - (\text{省エネ} + \text{創エネ}) = 0$$

エネルギー 収支

カーボンニュートラルの視点からも、家づくりを考えてみませんか!

#### ZEHに必要なシステム

家の高断熱化、省エネ設備の導入、太陽光発電などの再生可能エネルギーによる創エネ ※その他さまざまな条件があります。



## 太陽光パネル

自宅で使用する電気を太陽光で発電し、蓄電池に貯めて使用すれば、電気代高騰の影響を受けないメリットがある。



## 高断熱高气密

家の断熱性・気密性を高めてお家そのものを“魔法瓶”のような造りにする。エネルギーの消費を減らしつつ1年中快適な生活を実現。

「リフォームも」  
樹脂、木製サッシや複層ガラス窓への交換もおすすめ!

## 蓄電池

7kWh程度の容量なら、1日分の電気使用量をまかなうほど。



太陽光パネルと一緒に導入すれば日中発電した電気や、電気料金の安い夜間電力による電気を貯めることができるので、環境にもお財布にも◎。



## 省エネ&健康を実現「やまがた健康住宅」について



最も寒い時期の就寝前に暖房を切っても翌朝の室温が10°Cを下回らない断熱性能と気密性能を有する住宅。県が独自の基準を設け、審査・認証を行う。近畿大学の研究では、高断熱・高气密住宅は、室内の結露によるカビの発生を防ぎ、ぜんそくやアトピー性皮膚炎等の症状が改善するという結果も出ている。

山形県では国より高い基準にしているんだね。あてはまる高い気密・断熱の住宅を建てたら、冷暖房でのエネルギー消費も減らせてみんなうれしね。



地域区分	やまがた健康住宅 レベル1(★★★) <sup>※1</sup>			国の省エネ基準 (建築物省エネ法省エネ基準)		
	3地域 (県庁市など)	4地域 (山形市など)	5地域 (巨摩田市)	3地域	4地域	5地域
断熱性能 <sup>※2</sup>	0.20以下	0.23以下	0.23以下	0.56以下	0.75以下	0.87以下
気密性能 <sup>※3</sup>	1.0以下			基準なし		

※1 基準レベルは3段階あり。レベル1は最も高い基準

山形県、国土交通省の資料を基に作成

※2 外皮平均熱貫流率(UA値)w/mk

※3 相当隙間面積(C値)cm<sup>2</sup>/m<sup>2</sup>

※ 断熱性能と気密性能の数値はいずれも値が小さいほど性能が高い

### 「やまがた健康住宅」・再エネ設備パッケージ補助

「やまがた健康住宅」の基準に合わせて新築し、さらに、太陽光発電設備と蓄電池設備などを新設すると補助金の対象。(最大約200万円)



▲詳しくはこちら

### 「やまがた健康住宅」のYouTube動画を公開中



▲詳しくはこちら



## 省エネ住宅基礎講座&見学会 @ 山形会場

省エネ住宅基礎講座 | 12月3日(土)14:00~16:00

「省エネ住宅ってどんなもの?」そんな疑問を村山地域での施工例も紹介しながら説明します。

詳しい情報は、下の山形県ホームページをご覧ください。

省エネ住宅見学会 | 12月18日(日)午後から

現在施工中の住宅や完成した住宅を見学し、省エネ住宅の性能の高さを感じましょう。

主催:山形県 事務局:NPO法人環境ネットやまがた



山形県

カーボンニュートラルやまがた県民運動推進会議  
(事務局:山形県環境エネルギー部環境企画課カーボンニュートラル県民運動推進室)

TEL:023-630-2335

1対1でずっと寄り添い続ける  
「あなた専属」助産師

# Babytomokids

ベビトモキッズ

はじめまして。助産師の赤坂智美です。ママの妊娠〜出産、産後ケア、新生児ケアを専門としています。1人ひとり違うマタニティライフと一緒に歩んでいきますよ。

はじめて母子手帳を手にした時、私もみなさんと同じような気持ちでした。しかし、息子と娘を切迫早産による長期入院で出産し、NICUも経験。妊娠・出産の理想と現実のギャップに、正直とても落ち込みました。その時、助産師としてではなく、1人のママとして思ったのです。「誰かにこの気持ちをわかって欲しい」と。そこで、切迫早産ママの産前産後に寄り添うフリー助産師として、4つの活動をスタート。誕生までの喜び、悩みを分かち合いながら、ママとご家族へ明るい未来へ向かうサポートをお約束します。

## 「あなた専属」助産師が届ける4つのサポート

Support

1

いつでも何度でも不安に寄り添います  
**個別相談**

「切迫早産」と診断された日から、赤ちゃんのこと、家族のこと、そして自分自身のこと…次々と不安や悩みが湧いてくるもの。時間が限られた妊婦さんだけではありません。すべての不安を解決することはできません。相談内容はどんなことでもOK。切迫早産を経験したママとして、そして助産師としての専門的な視点から、妊娠出産に関するモヤモヤに、いつでも、どこでもじっくりとアドバイスいたします。



オンライン相談  
90分〜6,000円

希望があれば産後サポートあり。  
※時間・料金は必相談

Support

2

ママと赤ちゃんの暮らしをサポート  
**訪問ケア**

産後、休む間もなくスタートする赤ちゃんとの生活。その成長の喜びや悩みを誰かと分かちあえたら…もっと気持ちが軽くなるはず。ですが、いまはコロナ禍によって、なかなかそうした機会も減っているのが現実です。ママ同士のつながりがない「気軽に相談できる人がいない」というママのために、ご自宅へ訪問し、ママの心身のバランスを整えるサポートをします。赤ちゃんの沐浴指導、授乳指導、体重測定なども行いますので、一緒に赤ちゃんの成長を見守っていきますよ。

1回〜5,000円

山形市近郊の方に限ります。(交通費は別途)  
※金額はメニューによって変動あり



Support

3

ママになった自分にもっと自信が持てる  
**バースレビュー**

出産は、女性にとって人生の一大イベント。しかし、切迫早産やハイリスク妊娠、出産を経験した方の中には、複雑な思いを抱えたままの方もいらっしゃるようです。「バースレビュー」とは、「出産体験の振り返り」や「産後想起」とよばれ、出産体験を好きなタイミングで自由に話すこと。当時の気持ちを言葉にすることで、目の前にいるお자さんとの日々がもっと愛おしく感じられるかもしれません。出産から何年経った方でもOKです。

90分〜5,000円

※180分(90分×2回、60分×3回)の場合→9,000円



Support

4

「私だけじゃない」が見つかる無料オンラインサロン  
**切迫早産カタリバ**

「こんな体験をしているのは私だけかも…」と辛い思いを抱えていませんか？もう一人で悩まなくて大丈夫。切迫早産で入院中や自宅安静中のママが気軽に繋がる場所があります。参加したママからは、「切迫早産をポジティブにとらえることができた」「家族の絆が強まった」という声も。自分の経験が、違う誰かへのエールになれる、優しい場所です。



参加料 水曜日の場合は、12月5日(月)  
10:00~11:00  
※毎月、第1月曜日に開催しております。



### 山形のりるベビーサークル

山形県でりるベビーを出産された方、NICU/GCU入院中のお子さんを待つご家族が参加できる早産児サークル「ぽんこ」にお子さんの成長と共に喜び合い、これから早産児を育てる方への希望となる場所です。

活動の集まりは  
こちらをチェック



11月は写真展を開催。サークルのみんなで成長を喜び合います！

各種メニューの詳細・お申し込み

Baby Tomo Kids

それぞれのメニューを体験されたママたちの声も、ぜひご覧ください。



お問い合わせ時、  
ママメイドを見ました！で、  
全メニュー  
500円OFF

アドバイスいただいたのは…

切迫早産・早産ママの産前産後ケア  
Baby tomo kids

助産師  
赤坂智美さん



2006年助産師免許取得。現在、山形市を中心にフリーランス助産師として、産前産後ケア活動を展開中。

Family Health

# けんこうnavi

どんなに忙しくても自分のカラダについて、そして家族の健康に関心を持つておくのは大切です。このページは医療や健康に関することをその道の専門家におかりやすく教えてもらうコーナー。女性として、母として知っておきたい基礎知識をおさえておきましょう。

「ひとりじゃないよ」  
切迫早産&  
早産ごっこについて



マーメーべんだ

TOPIC

## 1 11月は「世界早産児デー」

全出生数の約10%割合で生まれる低出生体重児の赤ちゃん。「小さく産んでごめんね」「こんなはずじゃなかった」妊娠期に突然訪れる出来事に、戸惑いや不安を抱えているママたちがいます。11月17日は「世界早産デー」。そこで切迫早産や早産について、この機会にぜひ身近に感じてください。

早産とは、妊娠22週0日から36週6日までに出産に至ること。日本の場合、全妊娠の約5~6%で、世界的にもでも低い確率となっています。早産の中には、予期せぬ陣痛や破水による自然早産と、妊娠高血圧症候群などママの合併症が判明した場合や赤ちゃんの元気がなくなっている場合など、出産した方が良いと診断された時による人工早産があります。早産と診断されると驚きが隠せませんが、赤ちゃんもママも元気になるための前向きな理由で選択される場合もあるのです。

TOPIC

## 2 切迫早産とは？

切迫早産とは、妊娠22週0日から36週6日までに出産になる可能性が高い状態です。出血や定期的なお腹の張り、子宮頸管長の短縮などのサインが現れます。原因としては、前回の早産歴、細菌性膣症、多胎妊娠、若年・高齢妊娠、喫煙歴、瘦せ傾向などが考えられます。また、長時間の立ち仕事、重い荷物の持ち上げなどハードワークをする方は特にリスクが高いため、可能ならば主治医や職場へ相談し、「母子健康管理指導事項連絡カード」を利用すると良いでしょう。

予防・治療は重症度によって異なりますが、無理のないように自宅安静にすることが一番大切です(ただし、寝たきりになる必要はありません)。処方薬や治療に関しては主治医の先生の方針によって異なりますので、不安なこと、わからないことがあれば納得ができるまで方針の確認・相談をしましょう。

妊娠期の過ごし方

- ・身体に負担のかかる労働は避ける
- ・無理のない範囲で日常生活を送る
- ・体を冷やらない
- ・感染症に気をつける

TOPIC

## 3 お腹の赤ちゃんの成長

診断後、一番不安になるのは胎児の成長ですが、週数の目安を理解しておくことで安心です。最初の目安になるのが妊娠22週目で、医療を施すことができる「生存可能時期」となります。そして、次の節目が28週目。体重が1,000gほどになり、95%の子が生存できると言われています。この週になると、肺を広げる役割がある「肺サーファクタント」という物質が増加するので、出生後上手に呼吸ができるようになります。32週目以降になると未熟性や感染による合併症のリスクが下がり、34週目になると肺機能が完成。生まれても自力での呼吸ができる子が多くなります。もし早く生まれてきた場合、お腹の外の世界でその壁を乗り越えるための医療サポートがあります。日本の周産期医療は世界でもトップレベルとされ、NICU(新生児集中治療室)では、専門の先生、看護師たちが、24時間体制で治療やお世話をあたっています。

TOPIC

## 4 ママ自身のこころも大切に

日本では、実際のところのくらいの人が内服や点滴などで切迫早産の治療をしているのか、明確に調査されたことはありません。また、早産になる原因に関しては不明な点も多いのですが、ママ達の多くは自身を責めたいうえ、急に仕事を辞めることになったり、上の子のお世話をしながらの安静や入院など、心身共に辛い思いを抱えたまま妊娠・出産を迎えています。実際に早産となれば赤ちゃんへの搾乳も必要になり、退院までの心のケアも大切となります。そして、切迫早産から早産にならなかった場合でも、心にトラウマを抱えて次の妊娠に前向きになれない方もいます。

切迫早産・早産は、周囲の理解とサポートによって大きく変わります。不安をなくす必要はありません。ママが1人で乗り切れることでもありません。どうか頑張りすぎず、視野を広げて頼れるところを頼りながら、切迫早産を前向きに過ごしていきましょう。



注目の情報をお届け!!!

NewShop 産後ケアHome ohana

## 子育てをトータルサポート 南陽初産後ケアサービススタート

### ママの心と身体を整える 頼れる産後ケアサービス

自身もつらい産後を経験した「産後ケアHome ohana」代表の吉田さん。「周りに人に教えてもらった経験で、次のママたちへつなげたい」と産後ケアリスト1級の資格を取得。保育士としてのキャリアと、口コミセラピストの技術を生かした活動をスタートさせました。リンパを流して身体スッキリ! 心理学のメソッドを盛り込んだ講座で子育てに関するモヤモヤもさっぱりしてませんか? 保育士歴14年、2児のママ目線で発信するインスタグラムには、子育てがラクになるヒントも満載です。詳しくは下記QRを要チェック。



### 産後ケアHome ohanaメニュー

#### ●産後口コミ

…赤ちゃんと一緒にコース/40分3,600円

(ご家庭まで訪問いたします※別途交通費をいただきます)

…ママゆったりコース80分/7,200円(サロンにて施術)

●個別講座…子育てに不安ある「他の子比べて落ち込むことがある」「ママゆったりコース」子育てに不安ある「他の子比べて落ち込むことがある」こんなお悩みありませんか? 保育の専門家が、わが子の個性を伸ばすヒントをお伝えします。60分の体験講座も開講中。詳細はお問合せください。



産後ケアHome ohana

各種メニューに関しては、インスタグラムのDMよりお気軽にお問合せください

School マイ英語スクール

## 実りの秋! MYで英語をはじめませんか?

### 幼児クラス体験レッスン絶賛受付中!

「小学生になったら英語をはじめようかな」とお考えの保護者の皆様は朗報です! マイ英語スクールでは小学生まではずとも、幼児クラスの開講もご用意です! 幼児クラスでは、資格を持った講師と一緒に体を動かしたり歌を歌いながら楽しく(英語に触れ、英語のリズムや英語を使う感覚を自然な形で身につけることが可能です! お子様の「楽しい」を最大限に引き出すレッスンを一度無料で体験してみませんか? 日本人スタッフのサポートもご用意です。まずはお気軽にお問い合わせください。



### 今回は「かくれんぼ」するときに使えるフレーズです

Let's play hide and seek. かくれんぼしよう。  
Are you ready? もういいかい?  
Not yet! まだだよ。  
Ready or not, here I come! 探しにいくよ!  
Where are you? どこかな?



マイ英語スクール(有) 0120-43-6944

山形地区:東根本校、北山形校、南山形校、天置校、酒田校、鶴岡校、新庄校  
関西地区:山下駅前校、日生中央サピエ校、山本校

Recruitment 山形ロイヤル病院

## 山形ロイヤル病院 看護アシスタント募集中

### 地域に信頼される慢性期病院を目指しています

山形ロイヤル病院は、継続治療が必要な方への長期入院や、在宅復帰を目指す方へのサポートをする慢性期病院です。現在、当院では病棟で働く看護師や介護職の方のサポートをしていたため、「看護アシスタント」を募集しています。看護師や介護の資格がない方、病院での勤務経験がない方も安心して業務ができるようにスタッフが丁寧に仕事を教えます。病院でのお仕事に興味がある方、ぜひお問い合わせください。

山形ロイヤル病院  
**スタッフ募集!**

見学OK!

**看護アシスタント**

お気軽にお問い合わせください!  
TEL 0237-43-8080

### 募集職種 看護アシスタント

給与 時給 854円

給与 時給 854円

業務内容 病棟における看護・介護業務の補助(環境整備、ゴミ集め、シーツ交換、その他病棟内の補助業務)

勤務時間 要相談(例 9:00~12:00で週3日など)

必要な資格や経験は一切ありません。詳細に関しては、下記連絡先までご連絡ください。



IMS(イムス)グループ 医療法人社団 朝山会 山形ロイヤル病院  
住山形県東根市大宮2-3-6 TEL.0237-43-8080(総務課 人事担当及川・小形)  
http://www.ims.gr.jp/yamagata-royal/

School よつぱIoTカレッジ

## Webライターになるための求職者支援訓練開講

### オンライン受講可能! テキストだけで受講料無料です。

今注目の職業であるWebライター。インターネット上のユーザー向けに提供されるコンテンツの文章を書く、通称Webライティングです。そのWebライティングの基礎を学ぶ求職者向けの支援訓練を短期間で開催いたします! オンライン受講と通所受講がお選びいただけます。また、訓練会場まで通いという方も大丈夫です。全コースは無料で貸与が可能です。また、全国のハートレニングでも初級である。今話題のメタ検索も使用します。入門科ですでの、Webライティングのことをまったく知らなくて不安という方も安心してご参加いただけます!

Webライティング入門科

12月14日開講

◎開講期間 令和4年12月14日(水)~令和4年12月19日(火)

◎開講場所 本学IoTカレッジ 山形県東根市大宮2-3-6

◎開講対象者 本学IoTカレッジの卒業生、および就職支援センターから推薦された方

申込方法 申込者の住所または居住を管轄するハローワーク窓口でご相談ください。

申込期限 令和4年11月28日(月)正午 ハローワーク窓口  
※申込後には面接、キーボード・マウス操作の確認テストの選考がございます。選考結果は郵送で各自に通知します。

受講料 無料  
※テキスト代として7,832円(税込)

詳細はこちらからご確認ください



HPはこちら



問合せ先:訓練実施機関/施設 S.E.Onetop合同会社/よつぱIoTカレッジ  
住山形県村山市権岡町2-1-1 LinkMURAYAMA A302  
営:9:00~17:00 TEL.0237-53-0877 休:土日祝



ニューショップ、新商品キャンペーン、募集告知など、  
新鮮で多彩な情報を紹介するよー

beauty | beauty salon Still.

山形初！筋膜ケア◎ウルトランスフォーマー

お顔・バスト・ボディにお悩みのママ世代へ

「はがす」「道める」「ほくす」の3強アプローチ可能なマシン！フェイスルメニューは、マシン＆話題のエニシージュロパックで輝くようなツヤ肌へ！フェイスラインのたるみ改善／血行＆リンパの流れを改善／ハリ・透明感UP！ドコテはマシン＋ホットストーンのW施術でデトックス！さらに、肩こりスッキリ解消！ボディは筋力の深部に働きかけ、部分痩せ効果も期待、リバンドしにくくなります！まずは気軽にのお問合せを1詳しくはインスタへ▶



メニュー

- 美肌フェイスル(パック付)+ドコテケア  
…60分 8,800円
- 【12月のみ特別価格】6,600円
- 愛されふんわりバスト・メリハリボディ  
(マシン部分痩せ一部位含)…100分 16,500円  
◎新規様 1,350円

Instagram  
はこちら▶



LINE  
はこちら▶



beauty salon Still. 長井市本町自宅サロン  
営:月・水・金 土 9:30~17:00 お問い合わせ・ご予約は公式LINEから

School | ジェイムズ英会話

秋キャンペーンは11月まで

無料体験予約はお早め！

今年も大好評だった秋のキャンペーン。特に未就学児のお子さんや、小学校4年生以降のたくさんのお子さんが春を見据えて英会話をスタートされました！ジェイムズ英会話のレッスンはネイティブ講師がお一人一人の学習進度、クラスの進捗を見てレッスンをを行います。無料体験はレッスン雰囲気や体験してもらうだけでなく、講師がしっかりレベルチェックも行いますので、レベルにあったクラスに無理なく(参加できるから、年度の途中で)でも安心ください。11月は体験予約が大人気になりますので、ご予約はお早め！詳しくはHPをご覧ください▶



☆お近くのスクールの初心者におすすめクラス☆

- 【山形校】年中～年長向け 火曜日 16:00~16:40
- 【天童校】小学1~3年生向け 水曜日 16:10~17:00
- 【長沢校】小学1~3年生向け 水曜日 16:00~16:50
- その他、英検オンラインクラスや英語が初めての小学校高学年向けクラスなど、レベル・目的に合わせたクラスが充実！詳しくはHPをご覧ください▶

HPはこちら▶



全国外国語教育振興協会加盟 ジェイムズ英会話 山形校山形市七日町1-2-42 2階、天童校天童市本町1-15-22 1階、長沢校長沢市東町3-4-13 1階 TEL:0120-30-4911 営:土曜10:30~18:30、火・金曜10:30~21:00 休:日・月・祝

www.james.co.jp/jkworld/ | ジェイムズ キッズ | 検索

beauty | noble nail

ありのままの爪をハンドモデルのような“美爪”にしませんか？

子育て中のママも爪をきれいに手入れできます。

人の目に触れる爪。【深爪してしまう／爪が割れる／爪の形が悪い】などさまざまなコンプレックスがありますね。お悩みに沿ったジェルネイルをしている方もいますが、よ爪が弱くなってしまったりも。肌と同じで爪も人それぞれでお悩みは異なります。でも、毎日使う指先だからこそ爪をきれいにしたいという想いは共通。こちらのサロンではわずか3ヶ月でジェルやアクリル無しで地爪を美しく育成します。爪の形が悪いという方でもケアによりキレイな爪の形を手に入られます。子育て中のママも仕事の都合でネイルができない方にも納得です！



育成ネイル 体験モニター先着3名募集中

- ネイルケア専門サロンの“最強ネイルケア”  
10回コース(1回あたり1時間)…67,500円  
※専用ホームケア付き
- いままら、平日にご来店いただける方限定でモニター募集  
モニター料金…45,000円
- 初回おためし…4,500円(1回1時間)

専用Instagram  
で更新中▶



noble nail 住山形市七日町5-13-18 noble hair lounge内  
TEL.023-673-9895 営:10:00~17:00※要予約 休:火曜、他数日

NewShop | そよちゃんち

毎日食べたくなる パンとおやつのお店

新しい味に出える 街のちいさなパン屋さん

オーナーのおばあちゃんの名前が由来となった「そよちゃん」。木の扉を開けて中に入ると、ごびりなサイズのパンが20種類ほど並びます。一度にたくさん食べ過ぎて欲しいからとあえて小さめに作っているの、あれもこれも欲しくなっちゃいますよ。おススメは顔黒い書生「塩パン」。厳選した塩と北海道产小麦粉を使用しているので、カリッと食感が特徴です。あんバターやチョコなど「甘めしっぽさ」の組合せも楽しめるので、お好みを見つけてみてね。季節ごとの新作を発表されるので、インスタグラムを要チェック。



そよちゃんちおすすめメニュー

- 塩パン(ノーマル)……………130円
- 塩パン(あん/チョコ)……………各160円
- ブリオッシュクリームパン……………190円
- メロンパン……………190円
- ミニ二食パン……………250円

Instagram  
はこちら▶



そよちゃんち 住山形市七日町2丁目7-24 営:7:30~16:00 ※無くなり次第終了  
休:日曜(臨時休業あり) 駐近隣に契約駐車場



# ママとパパのための 最新マネーレッスン

無料レッスン

教えてもらったのは...

子育てはお金が掛かるもの。ただでさえお財布事情は悩ましいのに、最近のお金に関するニュースを受けて、家計や将来のお金について不安になっている人は多いかもしれません。そこで、この秋実施される『社会保険適用拡大』の内容や、今の時代に合わせた教育費の用意の仕方についてお金のプロに話を聞いてみました。

## PROFILE

高森さん。ファイナンシャルプランナー、証券外務員、独立系FP事務所T57マネジメント社に所属するFP。女性、ファミリー向けの雑誌記事執筆やマネーセミナー講師として活躍中。



## どう変わる？どんな影響が？ “社会保険適用拡大”が始まります



2022年10月から社会保険に加入できる対象者が広がります。

具体的にどんな人が社会保険に加入できるようになるのか、変更点を確認してみましょう。

	これまで	2022年10月から
勤務先の従業員数	501人以上	101人以上 (2024年10月からは51人以上)
見込み雇用期間	1年以上	2カ月以上
年取	106万円以上	106万円以上
週の労働時間	20時間以上	20時間以上

ママの勤務は  
どうやらず  
確認しよう！



配偶者の扶養内で働いていた場合、「106万の壁」や「130万の壁」を意識していた人も多はず。この10月から、これまでの年取106万の壁の適用範囲が広がりました。より多くの人が扶養の要件から外れ、**自分の勤め先の社会保険へ加入**することになります。2024年にはさらに適用範囲が拡大する予定です。年取130万円を超えたとの勤務先に勤めていても、配偶者の扶養要件から外れるため**勤め先の社会保険に加入するか、自分で国民健康保険と国民年金に加入する必要があります。**

勤め先によって社会保険の  
負担の負担が変わる範囲



## 社会保険に加入すると...

### メリット

- 正社員でなくても**出産手当金**や**傷病手当金**が受け取れる。
- 厚生年金に加入することによって、将来受け取れる**年金額がアップ**する。

### 出産手当金とは？

健康保険の被保険者が出産のために食を休んでいる期間（一産休）健康保険から支給される手当金

### 傷病手当金とは？

病気やケガによって一定期間働けなくなった際、健康保険から支給される手当金

### デメリット

- 手取り額がこれまでより減る可能性がある。**社会保険料は給与から天引き**されるため、**手取りの収入が減る可能性**があります。



## 18歳の進路、いくら掛かる？どう貯める？

### 18歳以上の進路にかかる学費(平均)

国公立大学  
(4年間) 242万5200円

文系私立大学  
(4年間) 397万7697円

専門学校  
(2年間) 220万1000円

分野にもよるけど、  
専門学校と大学で  
必要になる金額に  
大きな差は無い!

### 下宿の場合

月10万円(家賃込み)  
の仕送りが必要

### 自宅生の場合

月3~5万円程度  
の交通費

プラス

データ出典/リクルートスタディサプリ運営サイト #高校生なう 2021.6.3記事

子どもの希望進路を叶えてあげるためにも**18歳までに500万円程度**は貯めておく必要があります

500万円は児童手当+αを  
運用して貯めよう

児童手当の総支給額=第一子・第二子の場合約200万  
※生誕月や保護者の所得等によって金額は異なります

## なぜ運用が必要？

貯蓄だけでは**社会の変化**に対応しきれないから!

これからの時代は、社会が今まで以上に大きく変わる可能性が、物価高がこれからも進んだり(=インフ)、円安が続いたりした時、**お金の実質的な価値は今より下がる**ことになります。社会が変化しても必要なタイミングで必要なお金を用意できるように、**資産運用**でお金にも働いてもらいましょう!

## 長期運用でより投資の効果が高まる!

18歳はまだ遠い未来だからこそ今のうちから**資産運用**で**教育資金**を用意するのがおすすめ。ただし家庭の状況によっておすすめの資産運用方法は変わってきます。自分の家庭にどんなスタイルの投資が合っているのかは、**お金のプロであるFPに相談**してみよう。

## FPさんへ相談してみよう! Q&A

**Q1** お金のことを相談すると、保険などの勧誘をされそうで不安...

**A** FPが保険や投資信託などについて説明する時、メリットだけでなくリスクやデメリットもお客様に説明しなければならぬと法律で決まっています。強引な勧誘や、良い面だけ強調するのももちろんNG! FPは家計のプロなので、各家庭に合った資産運用を提案してくれますが、最終的に決めるのはママ/パパ本人。納得してから資産運用を始めよう。

**Q2** FPへの相談はお金が掛かるの？

**A** FP事務所などが参加費無料のマネーセミナーを定期的に開催しています。マネーセミナーはいきなりFPと1対1で相談するのはちょっとハードルが高いと感じる人にもおすすめです。

**Q3** 教育費についてFPさんに相談するメリットは？

**A** 現代は社会情勢やマネー事情が目まぐるしく変わっていく時代。例えば親御さんから「教育費は学費保険で貯めた方が良い」と聞いたことがあるかも。でも、今のママ/パパにとって学費保険がベストの選択とは限らないんです。FPなら今の時代に合ったマネープランを提案してくれます。

資産運用や投資と聞くと、まとまったお金が必要とか、ハイリスクというイメージがありますが決してそうとは限りません。これからの時代は一般の人も投資と上手に付き合っていく必要があります。なんと、今どきの高校生は資産運用について学校で学んでいるんですよ。

いっしょに  
学んで  
いってみよう

初心者向けマネー講座

Money School 101



教育資金や老後資金を貯める&amp;増やす!

参加  
無料NISA・iDeCo のメリット  
& デメリット

(少額投資非課税制度)

(個人型確定拠出年金)

マネースクール 101 セミナー&amp;個別相談会 開催

● 定員：各回先着 40 名 ● 要予約 ● ケーキとお飲み物付き



そろそろお金のことをちゃんと考えたいと思っている方! 「教育資金はどうやって貯めたらいい?」など、お金に関する悩みを解決しませんか? 投資のかたちは多様化しています。今回はNISAとiDeCoをメインに、各制度の説明から、活用方法、投資信託の選び方、最新情報まで、これだけは知っておきたい知識を学ぶことができます。ご家族や友人等のグループ参加もできます。

こんなことが勉強できます!

講座内容

- 初心者のためのNISA、iDeCoの基礎知識
- NISAやiDeCoは何がどれくらい得?
- NISA、新NISAのロールオーバーとは?
- 世界経済や資産運用の基礎知識
- 自分に合った制度と選び方 ほか



日程 11/27(日) 11/28(月)  
14:00 ~ 16:00 10:30 ~ 12:30

会場 ホテルキャッスル山形

(山形市十日町 4-2-7) ※提携駐車場有

個別相談会 (無料) も開催 ※時間は約1時間 要予約 教育資金や住宅ローン 保険など、マネーのお悩み全般にお答えします!

じっくり相談したい人向けに個別相談会 (無料) を開催します。セミナー当日の【日程】11/28(月) ~ 12/5(月) 10:00 ~ 20:00  
お申し込みもOK! 個別相談会のみ参加もできます。ぜひご利用ください。【会場】マネースクール 101 事務局 (山形市芳野 5-5 駐車場有)

お申し込みはこちら 【FAX】セミナーが個別相談会 (または両方) の希望日時 / 〒 / 住所 / 氏名 / 年齢 / TEL / 同伴者名を明記のうえ送信  
(FAX または メールで受付)

FAX 0120-573-188 【メール】 右記申し込みコードよりお申込みください。



【お問い合わせ】マネースクール 101 事務局  
☎03-3664-4688 マネースクール101.jp

※個人情報はセミナー、相談会の開催及びご案内のために使用いたします。

旧:みちのぞくデンタル  
クリニックサテライト診療所

スピカデンタルクリニック

山形市上町に移転開院!

診療  
科目

歯科

小児  
歯科矯正  
歯科小児矯正  
歯科歯科  
口腔外科も完備!  
キッズルームいっしょに働きませんか?  
歯科衛生士募集!お待ち  
しています!

医療法人 葛寿会

スピカデンタルクリニック

ご予約  
お問い合わせ山形市上町 3丁目 11-7  
TEL.023-674-9981 https://sojukul-dc.com

診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○	/
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	~17:00	/



参加費無料

間取り?外観?

その前に知るべき  
大事なこと!!

誰も教えてくれない  
家づくりのポイント  
がわかる

ハウスメーカーは  
なぜ高いの?  
ハウスメーカーと  
工務店の違いは?

資金ぐりに不安が  
あるけど、私も  
住宅ローンを  
組めますか?

円安で資材不足と  
言われている今、  
どう家を建てたら  
いいのでしょうか?

まだまたの人も! / これからの方も!

# 「いい家建てたね!」 って言われる勉強会

家づくりを始めるにあたり、知らないこと多くありませんか?  
知りたいけれど、誰に聞けばいいかわからない。  
聞けばよくわからない。  
そんなあなたの疑問を、この勉強会でずっさり!!

他では  
教えてくれない  
裏の裏も  
しっちゃいます

こんな方は参加をお勧めいたします!

- 家づくりって何から始めたらいいのかわからない。
- 住宅ローンを上手に組みたいです。
- 家を建てるタイミングを知りたい。
- 家づくりに集中したいけど、小さな子供がいて大変!
- しつこい営業は苦手!!

勉強会の  
ご予約はこちらから▶



2022年 11月23日(水)・25日(金)・26日(土)

・各回につき、3組様限定(家予約、先着順となります)・各回15分前より受付開始  
・勉強会後の個別相談可能です。・午前の部 10:30~12:00 ・午後の部 14:00~15:30

会場 **タカラスタンダード 山形ショールーム** (山形市松岡4丁目3番18号)

参加費無料 ※お子様をお連れの際はキッズスペースで別途スタッフがついてまいりますので、安心して勉強会ができます。  
しつこい営業は行いません。ご安心ください。

勉強会の事務局は  
こちらから



## 完成見学会

濃いブルーのラップサイディングで海の似合うカリフォルニアスタイルのお家完成見学会

2022年 12月 3日(土)・4日(日) | 開催時間 9:00~18:00  
会場 山形市双月町

いいとこどりをしてプランニング&コーディネート!!  
メルシーホームのスタッフが自宅を建てました。

### こだわりポイント

- 30坪には見えない?! 将来の間居や家事楽動線などの希望をしっかりと取り入れたムダの無い間取り、参考になります。
- 夫婦それぞれのこだわりをしっかりと取り入れた空間づくり。必要か否かをしっかりと見極めて、居心地のいいおうち時間の空間を作り上げました。

## ファイナンシャルプランナー

★無料相談会同時開催!★

3日・4日とも15:00~17:00

「住宅ローンと一緒に考えたい!!  
一生に掛かるお金のこと、教育資金  
や老後の生活のため知っておきたい  
NISA? iDeCo? の選び方のコツ!」

じっくり相談ご希望の方は15:00~の  
枠にご予約ください。なおご都合が合  
わない方は、希望の時間で予約してい  
ただき、連絡事項欄に「FP相談希望」  
とご記入ください。

完成見学会+FP無料相談会  
ご予約フォーム



新型コロナウイルス感染対策を徹底しています。安心してご参加ください。

- 原の菌を殺菌します ●マスクの着用をお願いします(スタッフも着用します)
- 入館に手消毒薬配布ツールを設置します
- アルコール消毒液を配布します ●定期的に室内を換気いたします

お問い合わせはこちら ▶▶▶ 023-688-7739

メルシーホーム | contact@mercihome.jp

幸せの家づくり研究所

暮らしのヒント 家業のサポート

メルシーホーム



音と光の魔法にかけられて



# やまがた 音と光の ファンタジア 2022



さと納税を活用!

子育て世代が  
は本気です!

お問合せ  
【その他居住金額に  
関する符合わせ】  
企画制作課  
(0237-85-1413)



子育て支援がさらに充実!

新生児誕生時、  
高校入学時  
10万円給付



小中学校  
給食  
無料化



3~5歳児の  
副食費  
無料化



- 同時入所の第2子保育料無料  
(同時入所以外の第2子は半額)
- 高校3年生まで医療費無料
- 高校3年生までインフルエンザ  
予防接種費を助成
- おたふく風邪予防接種費を助成
- 小中学校の全普通教室に  
エアコン完備
- 新生児聴覚検査費の助成
- 病後児保育施設2か所
- 病児保育施設1か所



花火の打ち上げもお楽しみに！

# やまがた音と光のファンタジア2022 イルミネーション点灯式

令和4年 **11/26** ① 17:15~

会場/最上川ふるさと総合公園(寒河江市)

特別ゲストとして、

冬の定番ソング「冬のファンタジー」でお馴染みの「カズン」  
山形県出身の歌手「朝倉さや」さんの2組が登場！  
スペシャルライブを行います！お聴き逃しなく！



カズン



朝倉さや



今年は  
高さ10mのハイタワーや  
フォトスポットも増えて  
グレードアップ！

令和4年 **11/26** ①  
**2/12** ②  
イルミネーション点灯時間  
17:00~22:00  
イルミネーションは無料でご覧いただけます。  
※点灯時間は会場により変更がある場合がございます。

**メイン会場**  
**最上川ふるさと総合公園**  
(山形自動車道・寒河江SAスマートIC(ETC専用)に隣接)  
音楽に合わせて幻想的で繊細なイルミネーションの演出が毎日行われます。

イルミネーション点灯式	イベントデー	イルミネーション点灯式	イルミネーション点灯式
令和4年 <b>11/26</b> ① 17:15~	令和4年 <b>12/24</b> ① スカイランタン他	令和5年 <b>1/15</b> ① 香露マルシェ 花火の打ち上げ	令和5年 <b>2/12</b> ② 香露マルシェ グルメリベンテ

**サブ会場**

寒河江	道の駅寒河江 チェリーランド
河北町	べに花温泉 ひなの湯
西川町	道の駅にしかわ
朝日町	道の駅あさひまち りんごの森
大江町	テルメ柏陵 健康温泉館

やまがた音と光のファンタジア実行委員会(寒河江市さくらんぼ観光課)TEL.0237-85-1692

詳しくはWEBをチェック！ **やまファン** 検索



## ~安心して結婚・出産・子育てできる環境~

結婚・新生活を支援します！  
結婚 → 引越費用助費等  
転入 **最大60万円補助**  
寒河江 結婚新生活 検索



Uターン家賃補助  
市内のアパート等を賃借する  
Uターン世帯を支援！  
寒河江 家賃補助 検索



多子世帯には更に補助アップ！  
住まいを建てる・買う  
寒河江市内に住宅を建築・購入・リフォームする方を応援！  
県外からの移住者向け補助金(最高200万円)もあります！  
寒河江 子育て住宅 検索

Uターン若者夫婦の奨学金返還を支援！  
県外から夫婦でUターン  
最大**124.8万円補助**  
寒河江 奨学金返還支援 検索

## 全国からのふる

# 寒河江 子育てに

寒河江市役所

【子育てに関する問い合わせ】  
子育て推進課(0237-85-0417)  
【住宅補助支援に関する問い合わせ】  
建設管理課(0237-85-1627)

ILLUMINATION 会場:まなびあテラス

- 12/3(出)・1/9(伊・祝) 17:00-21:30
- 点灯式:12/3(出)16:50

キム・ガウン氏による光のライブペインティングが行われます。  
 警光シートを使った光のペインティングが会場内で体験できます。



ひがしね WINTER FESTIVAL

今年の冬も、まなびあテラスがイルミネーションに包まれます。大切な人を誘って、どうぞおでかけください。

“ひがバス” 会場にて無料プレゼント!

冬の“ひがしね”を美味しく・楽しく・お得に体験!

市内のいろんなお店が550円からご利用できるお得なバスガイドです。



※写真はイメージです

FOOD&GOODS

クリスマスマーケット(東側エリア)

日時:12月3日(土)、10日(土)、17日(土)、24日(土)  
 場所:16:00-20:00

人気グルメやクリスマス雑貨などが大集合します。  
 各日の出店内容はホームページでご確認ください。

ART EVENT

キム・ガウンといっしょにペン画を描こう!

日本、イタリアを主な活動拠点とし、画家・絵本作家として活躍しているキム・ガウンといっしょに、ご来場者の皆さんと一緒に一筆ずつお手伝いいただき、ペン画を仕上げます。

日時:12月3日(土)、4日(日) 各日10:00~19:00  
 場所:まなびあテラス エントランスホール【申込不要】

SNS

各イベントやキャンペーンの詳細は各SNSやHPをご確認ください。

- 公式Instagram @higashine\_winterfestival
- 公式Facebook @higashine.winterfestival
- 公式Twitter @higashine\_winterfestival
- 公式LINE @まなびあテラス
- 公式ホームページ https://higashine-shikaisai.com/hw/

主催:ひがしねウインターフェスティバル実行委員会【問合せ先:実行委員会事務局(東根市経済部商工観光課内) ☎0237-42-1111(代)】

02 スパゲッティが運ぶ、おいしい幸せ 家族のだんらん時間に、テイクアウトも大好評!



会場のまなびあテラスからも程近く、ファミリーにも大人気のお店です。大人から子どもまで楽しめる、茹でたてのスパゲッティは豊富なメニューで、いろいろな味を家族でシェアするのもおすすめ。ピザも焼きたてでキッズもばくばく食べちゃいます。イルミネーションに合わせてテイクアウトでの利用も便利!

- ドリンク付! ハーフサイズのキッズメニューもご用意
- テイクアウトメニューも充実! おうち時間にも便利!
- トレンタオリジナルアプリ配信中! お得なアプリ限定クーポンも!

【特典】 11/23~期間限定! 「mamald見たよ」で、キッズスパゲッティ3個にお菓子の小袋付き

●トレンタ ヒガシネン  
 トレンタ東根店

住/東根市中央1-6-23  
 TEL/0237-43-1330  
 営/11:00-15:00、17:00-21:00 休/平日営業の場合あり 駐/有



01 おかげさまで13周年!! イルミネーションのあと、心月の温か料理で幸せに



きれいなイルミネーションを見た後は、会場すぐの心月でごゆっくりとお過ごしください。厳選された新鮮食材で、季節を演出した美味し料理は心まで癒してくれます。ご家族や少人数でも楽しんで頂けるように個室もご用意。またお正月の「豪華三段重のおせち料理(3,3000円)」もご予約承り中です。年末・年始は、ぜひ心月で...

- 宴会お料理コース(7品) ... 3,850円~(一例) 前席(八寸五点盛り)、旬のお造り(当日入荷の旬のお魚、焼き魚など)、揚げ物(旬野菜の天ぷらなど)ほか。※写真はイメージです
- 季節を食する「三段の宝箱」はおせちだけの限定メニュー2,500円

【特典】 「mamald見たよ」で、全員にデザート(ミニアイスクリーム)サービス!!

●ソウエン シングラス

癒癒 心月

住/東根市さくら坂駅前2-13-7 TEL/0237-53-0444  
 営/11:30-14:30(L.O14:00)、17:30-22:00(Food.LO21:00-Drink.LO21:30)  
 休/不定休 駐/有





04 心のすいっちを切り替えてふらっと立ち寄れるコーヒーショップ

東 横市に昨年オープンしたカフェ「すいっちこーひー」。世界各国から20種類以上の珈琲豆を仕入れ、お客様の好みに合わせ店内で焙煎し販売。コーヒー以外にも「べいりーみるぐやいちごみるぐ」などのメニューも。

【特典】 ■「mamaid見たよ」で、お会計時ドリンクのみ10%OFF (11/15～12/14まで)  
■すいっちプレゼント450円 ■スペシャルティーコーヒー500円

●スイーツコーヒー  
すいっちこーひー

住/東横市中央裏11-13-8 TEL/0237-53-6489  
営/11:30～18:00(L.O.17:30) 休/無休 駐/有



03 イタリアンカフェで“ちょっと贅沢ランチ”をスタッフ募集中(土・日・祝アルバイト可)です!!



山 形空港近くにも本格イタリアンカフェがOPEN!! パスタは800円からで、ゆっくらとお昼を楽しみたい方にはランチコース(バルコース1,500円/ツリコース1,800円)も。カフェタイムにはアフタヌーンティーツー(2,000円※2名様から要予約)がおすすすめ。夜も本格的なコース料理がそろっているで、ぜひご予約を。

●各種パスタ800円～  
■ランチコース/バルコース1,500円/ツリコース1,800円(※メイン料理を肉・魚・介類6種類から選べます)  
■ディナーコース3,000円・5,000円・7,000円 ※前日までに要予約

【特典】 ■「mamaid見たよ」で、デザートサービス ※ディナータイム限定(11/15～12/14まで)

●カフェ・ベルツリー  
café Bell Tree

住/東横市羽入1953-1  
TEL/0237-48-8788  
営/9:00～16:00、18:00～22:00(L.O.21:00) 休/不定休 駐/有



05 さくらんぼ東根駅前から南へ5分、極かしさと美味しさを揃えるお店

東 横市約40年前から開業しているお店で、看板メニューのナポリタン(550円)や自家製ブレンドのドリップコーヒー(380円)などが人気!! イルミネーション見学の時にはぜひお立ち寄り…。

【特典】 ■「mamaid見たよ」で、お会計時50円割引 (11/15～12/14まで)  
■ナポリタンセット(サラダ・コーヒー付)750円・他

●コーヒーハウス ドリップ  
コーヒーハウス ドリップ

住/東横市一本木1-2-10 TEL/0237-43-6091  
営/10:00～20:00 休/火曜 駐/有



07 今話題のトリートメントAujua (オー ज्या)が施術できるお店!!

マ のキレイもお子様のカワイイもヤマザワ神町店東側のdropにおまかせ。いろいろな髪悩みを解決してくれる最高級トリートメントAujua (オー ज्या)の認定店としても人気!!

【特典】 ■「mamaid見たよ」で、5,000円以上のメニューご利用のお客様は10%OFF (11/15～12/14まで)  
■Aujua通常4,400円～3,300円/カラーカット7,150円～/一般カット3,300円 他多数メニュー有り

●ヘアードロップ  
hair drop

住/東横市神町2-5-31 1F(ヤマザワ神町店向かい) TEL/0237-53-6664  
営/9:00～18:00 休/月曜・第3日曜(祝日は営業) 駐/有 ★ご予約は右のQRが!



06 この冬、ホッコリあったまなら東根市R287沿いの“つつつてん”へどうぞ



地 元の日本名水百選「どんこ水」を練り込み仕上げた「自家製うどん」や地元食材にこだわったメニューで人気のお店。各うどんが1玉から3玉まで同じ料金(例、ざるうどん600円)というのもうれしい。この季節オススメはあったか肉うどん(850円)。親鶏から出る旨味とゴボウの風味が美味しさを醸し出しています。

■つつつてんセット…1,200円  
■単焼き各種(軟コブ・砂肝・若鳥・手羽先・鶏肉・他)…150円～

【特典】 ■「mamaid見たよ」で、うどん各種オール50円割引 (11/15～12/14まで)

●ワンドンスキヤ ツツつてん  
うどんすき焼き つつつてん

住/東横市羽入2349-1 TEL/0237-48-6600  
営/11:00～14:00(土・日曜、祝日は11:00～14:30)、17:00～21:00  
休/火曜 駐/有



# 光のプロムナード Promenade

1991年に始まった年末年始恒例のイルミネーション。  
市市中心部の十日町角から文翔館前までの  
約1.5キロの通りを、約12万個の光で幻想的に彩ります。  
あたたかな光に包み込まれながらの  
散策をどうぞお楽しみください。

2022.11/18[金] → 1/10[火]  
点灯時間 16:00~23:00



場所：七日町大通り（十日町角～文翔館前まで） 主催：七日町商店街振興組合



K'style

限定1棟

9:00~17:00  
毎日開催

4LDK・土地・家具付き

**3,590万円**

村山市橋岡 学区 | 橋岡小・橋岡中

【土地面積】236.07㎡(71.41坪)  
【延床面積】117.99㎡(35.69坪)

■所在地:村山市橋岡中町1383-45 離交通:山交バス村山市役所前徒歩5分 離鉄道:金沢南福島6m 学区:村山市立橋岡小学校/村山市立橋岡中学校 建築:木造2階建 築年数:令和4年8月完成 ■引渡:要相談(業主)

## モデルハウス 販売会

& 見学会随時開催中  
〈事前予約制〉

木の家づくり。  
家族の絆を育む  
誕生。

事前予約の方に、  
QUOカード  
プレゼント  
QRをチェック!



建北社のお家は長期優良住宅!  
金利が低く(買える)メリットがある。それに村山市の住宅補助制度が対象で最大200万円も補助が受けられるみたい! 要確認には接合があります。



**KENHOKUSYA**  
株式会社 建北社

TEL.0237-55-4511

(建設業許可) 山形県知事許可(特-2) 第300006号

住所: 村山市橋岡新町1-16-3

Mail: kenhoku@kenhokusya.co.jp



「だじょうぶ みんながあなたのサポーター」県民運動

# 山形みんな子育て応援団



山形の子育てに役立つ情報満載!!「やまがた子育て応援サイト」



ママリポーター  
5歳の男の子、  
2歳の女の子のママ。

遊び場や「やまがた子育て応援バスポート」協賛店の情報を探するのに  
よく使っているのが「やまがた子育て応援サイト」。

コンテンツが充実して、ますます使い勝手が良くなったと聞き、取材してきましたよ!

様々な行政サービス支援情報をまどろみ掲載  
さらにアクセスしやすいような仕組みに

県や市町村などで行っている子育て関連の行政サービス支援情報  
を集め、探しやすく整理されています。妊娠期や出産期、お子さんの  
年齢などから調べられる「子育てのステージ」、こどもを預けたい  
とき、急な病気やけがの場合など「子育ての目的」から調べられる  
ようなコンテンツを用意。知りたい情報に簡単にアクセスすることが  
できます。また、子育てに関する各種相談窓口や各市町村の子育て  
支援サイトのリンク集も用意。まさに、**山形での子育てポータル  
サイト**になりうる使い勝手の良さが嬉しい!

やまがた子育て応援バスポートの  
協賛店を地図から探せるように!!

- ★新たに「やまがた子育て応援バスポート  
協賛店マップ」を掲載。
- ★地図上の「めぐるり」マーク  
が協賛店の目印。
- ★「協賛店検索システム」とも  
リンクしているので、店舗情  
報の詳細や、実施している  
サービス内容も確認可能。



早速、  
右のQRコード  
からアクセス  
してみよう。



今年の子育休法改正に完全対応!

パパの育児休業取得を促進するため、10月1日から  
新たな育児休業取得がスタートしました。やまが  
た子育て応援サイトでは、この新制度にも完全対応!  
「産後パパ育休」や「育休の分割取得」など、ポイント  
を絞って分かりやすく解説されています。さらに制度  
の詳細もQ&A形式で網羅しているため、お子さんが  
生まれる予定のパパはこのサイトで予習しておこう。

イクメン応援  
ページはこちら▼



## 県からの お知らせ 男性育児休業当事者の 家事・育児参画セミナー

男性が家事や育児を行  
うための知識とスキルを身  
につけることができる。育  
休を取るパパ必見のセミ  
ナーを開催します。ぜひご  
夫婦でご参加ください。

日時 令和4年12月17日(土)  
10:00~12:00

場所 山形市男女共同参画センター  
(山形市城西町二丁目2番22号)  
※その他オンライン会場、  
サテライト会場を設置予定

セミナーの詳細や  
申込方法は、  
やまがた子育て  
応援サイトを  
チェック!

まだまだある充実のお助けコンテンツ...

### メール相談



妊娠中や産後、乳幼児の子  
育てに関するちょっとしたお  
悩みについて、県看護協会  
のベテランスタッフがメールで  
相談に答えてくれます。過去の  
Q&Aもあるので、そこを見ら  
なくても参考になりますよ。

### 子どもと一緒に おでかけガイド



県内の遊び場の情報を100箇所  
以上掲載。今後どんどん追加し  
ていく予定とのこと、期待大です  
ね。一部スポットにはパパママ目  
録の詳細なレポート記事も掲載し  
ていますので、おでかけの参考に♪

### お知らせ 更新情報

お子様連れで楽し  
める県内イベン  
トや子育てに関  
するセミナーの  
情報をお知らせ  
します。

### 育児に優しいタクシー 子育てタクシー

簡単入力であなたの人生を  
シミュレートできる  
**やまがた  
ライフデザイン**

やまがた子育て応援サイトは  
右記QRコードからアクセス!

誌面では紹介しきれ  
ないほどのさまざまな  
コンテンツがあるので、ぜひ一度、じっくり  
のぞいてみてほしい  
サイトです。



## アンケートに答えて ギフトカードをもらっちゃおう!

今ご紹介した「やまがた子育て応援サイト」に関するご意見を募集中!  
回答いただいた方の中から抽選で1名様に**アンケートギフトカード  
3,000円分**、10名様に**500円分**プレゼント!たくさんのご応募お待ち  
しております!  
アンケートの回答はこちらから→  
(2022年12月10日まで)



## 山形みんな子育て応援団事務局

山形県しあわせ子育て応援部 しあわせ子育て政策課

〈お問合せ〉

住所/〒990-8570 山形市松波二丁目8-1  
TEL/023-630-3345  
E-mail/ykosodate@pref.yamagata.jp

WEBで  
チェック!

やまがた子育て応援サイト 🔍 一検索はコレ!



YAMAGATAKEN

NAVIGATOR

「子育てで必要な知識・  
ノウハウをすべて  
めくりこん  
で」



子育てするなら山形県

子育てしながら働きたい! そんなあなたを応援します!



山形市と酒田市にあるマザーズジョブサポートでは、働きたいけどプランクがあって不安に思っている方、仕事と家庭・子育ての両立ができるか悩んでいる方、子どもの預け先の情報が欲しい方など、一人ひとりのニーズに応じた総合相談窓口を設置しております。ひとりで悩まず、ぜひご相談にお越しください!

問/山形県  
女性・若者活躍推進課  
☎023-630-3269

☆マザーズ  
ジョブサポート  
山形▶



☆マザーズ  
ジョブサポート  
庄内▶



【問合せ】

☆マザーズジョブサポート山形  
住所/山形市双葉町1-2-3山形テルサ1F  
ハローワークやまがた内  
TEL/コンシェルジュ ☎023-645-5915  
マザーズコーナー ☎0234-644-7360

☆マザーズジョブサポート庄内  
住所/酒田市中町1-4-10  
酒田市役所中町庁舎2F  
ジョブプラザさかた内  
TEL/コンシェルジュ ☎0234-28-8061  
マザーズコーナー ☎0234-24-6611

子育ても、仕事も楽しむママになる! そんなあなたを応援します! 些細なお悩みでもお気軽にお立ち寄りください!

MURAYAMA

みんなで創る「山形らしさ」が輝くまち

山形市 やまがたし

むらやま・木育プログラム「コマを作ってあそぼう!」



木育インストラクターの指導で、お正月に遊ぶオリジナルのコマを作ります。対象年齢は年長さんからとなります。15名限定の予約制ですので、お申し込みください。



日時/12月27日(火)10:30~  
会場・問/べにっこひろば ☎023-674-0220  
住所/山形徳越22 料金/無料



NAVIGATOR

はながたべこちゃん  
はながたべこちゃん



寄り添い・支える子育て支援のまち

大石田町 おおいしだまち

「おひさまランド」にじっこひろば」で遊ぶ



大型遊具やミニカー等があり、自由に遊ぶことができる「おひさまランド」、専任の保育士があり、小さい子も楽しめる「にじっこひろば」県内在住の方ならどちらも事前予約なくご利用いただけます。



おひさまランド:北村山郷大石田町大字横山633  
☎0237-53-1505  
開館/月~土9:00~15:00(祝・祭日は休館)  
にじっこひろば:大石田町緑町28 虹のプラザ内  
☎0237-35-2094 開館/月~土9:00~16:30  
(11:30~13:30清掃時間帯 祝祭日は休館)

子育てするなら東根市

東根市 むがしねし

「どようびサロン」を開催しています



毎月テーマを変えて、同じ境遇の親子同士、情報交換や交流を目的に開催しています。今年度のテーマは、レク、転動族、県外出身、双子・三つ子、年子、単身赴任・ワンオペ、高齢出産です。



住/東根市中央一丁目5-1  
問/東根市子育て支援センター ☎0237-43-0731



NAVIGATOR

東根市むがしねしの園王  
tantin



いも煮会発祥の地

中山町 なかやままち

ベビープログラムに参加しませんか



ベビープログラムは初めての育児をしているママのための講座です。ファシリテーターの進行のもと、他のママ達とお話しながら全4回のコースで赤ちゃんとの関わりを学びます。



対象/生後2~5ヶ月のお子さんを初めて子育てするお母さん  
会場/中山町保健福祉センター・山辺町保健福祉センター(交互に開催)  
開催日曜/要問合せ  
問/中山町健康福祉課 健康づくりグループ ☎023-682-2836

NAVIGATOR

中山町PRキャラクター  
すもものしずちゃん



毎月ピックアップした市町村と山形県の最新情報をご紹介します。  
イベントやお役立ち情報など、山形の子育てライフがもっと楽しくなるNEWSが満載です。

## SHONAI

未来をつくる子どもたち しっかり  
はぐくむ 子育てのまち 鶴岡  
**鶴岡市** つかおかし

NAVIGATOR  
子ども保健支援センター  
くまぐんサンタ



笑顔つながる協働のまち  
**三川町** みかわまち

NAVIGATOR  
マスコットキャラクター  
みかわん



なかよし広場・クリスマスイベント

**な** かよし広場にクリスマスツリーを飾りました。12月20日からのクリスマス写真撮影会のほか、お楽しみイベントも予定しています。詳しくは市HP、母子モをご覧ください。ご利用お待ちしております。



場所/総合保健福祉センター「こころふる」2階 鶴岡市泉町5-30  
費/月-金9:00~12:00、13:00~16:00(コロナ感染症の発生状況により変更あり、要確認) 休/土・日・祝祭日・年末年始  
問/子ども保健支援センター ☎0235-25-2741



ブレママからの骨盤ケアとまるまる育児講座

**妊** 娠出産で大きく変化したママの身体に合わせた骨盤ケアをしてみませんか? 助産師さん直伝、赤ちゃんがゆったリリラックスできると話題の「まるまる抱っこ」もぜひ体験しにきてください。



問/三川町役場産産健康推進係 ☎0235-35-7033



## MOGAMI

四季美で町金山

**金山町** かねやままち

フォトフレームのプレゼント

**「金** 山町で生まれた赤ちゃんが、木の木のようにすくすくと健やかに成長するように」と願いを込め、金山杉を使用した、純麗な木目とつるつるの肌触りが特徴のフォトフレームをプレゼントしています。



住/最上郡金山町金山324-1  
問/健康福祉課子育て支援室 ☎0233-29-5622



NAVIGATOR  
最上北郡協働会  
金山産産健康センター  
美杉ちゃん



多世代と自然が織りなす“うるわしの里”

**鮭川村** さけがわむら

みんなひよこサロンに集まれ～

**助** 産師による、赤ちゃんと一緒にできる親子体操を隔月開催しています。抱っこ仕方やマッサージなど、目からウロコの話がいっぱいありますよ。妊婦さんも大歓迎。ぜひお気軽にお越しください。



場所/鮭川村保健センター 最上郡鮭川村大字佐渡835-4  
日時/11/16、1/18、3/15 10:00~11:30  
問/鮭川村健康福祉課健康推進係 ☎0233-55-2111

NAVIGATOR  
鮭川のこころを 笑顔  
サツキー



## OKITAMA

天然水100%の子育てライフながい

**長井市** ながいし

「クリスマスフォト」撮影会

**子** 育ててつながる家いろは(長井市子育て支援センター)にて、「クリスマスフォト」が開催されます。子どものかわいい姿を写真におさめませんか? スマートフォンやカメラをご持参ください。



日時/12月21日(水)、22日(木) 13:00~15:00  
会場・問/子育てでつながる家いろは ☎0238-87-0814  
住所/長井市十日町1-6-49-2 料金/無料  
定員/6組 ※新型コロナウイルス感染症予防のため



NAVIGATOR  
ながいファン倶楽部キャラクター  
あやめちゃん



夢と愛を未来につなぐまち

**川西町** かわにしまち

水曜限定10食 リピーター続出パン・スープランチ

**シ** エフ自慢の自家製焼立てパンはスープとの相性抜群です。地元野菜を用いたメニューで旬の便りを感じ、ホッとするひとときを。サラダ・ミニグラタンや手作リクッキーも付いた大満足メニューです。



※よってメニューの内容は写真とは異なる場合があります。

場所・問/川西町浴場センターまどか内レストラン 雑司  
東置徳川西町大字上小森5095-36 ☎0238-42-4126  
時間/11:30~14:30(L.O.14:00) 休/第4月曜  
料金/1,000円(税込)



NAVIGATOR  
川西町民  
グリアちゃん





PROFILE 奥田 敦行 (あおくた ともゆき) / 1969年福岡県生まれ、2000年福岡市に「アル・クッチャーノ」開業。東京店、プロデュース店など全国各地でレストランを展開している。

## 山形を食べよう♪

AL-CHE-CCIANO CONCERT

# 親子で Bonappetit

ボナペティ

Lesson 19

イタリアンシェフ奥田政行さんの、山形の豊かな食材に関するコラムと家庭でも簡単に作れるレシピのページ。  
楽しく作って美味しく山形を味わっちゃおう！

### 今月の食材



りんご

### Chef's Column

秋の味覚として山形を代表するフルーツ・りんご。品種も多種多様で、初秋から冬頃まで味の違いを楽しむことができます。生のままで食すだけでなく、イタリアンではソースとして使用し、濃厚なフォアグラとの相合せを味わうレシピもあります。今回紹介するのは、秋らしい炊き込

みご飯。加熱することで本来の甘みが増し、食物繊維の一種であるペクチンの量も6-9倍になるため整腸作用もUP。同じくお腹の調子を整えるごぼうも加えているので、体に優しいひと品になります。りんごの切り方にも工夫を加え、それぞれの食感も楽しんでみてください。

## MONTHLY RECIPE



### CHEF'S COMMENT /

使用するりんごは、酸味と甘みのバランスがよい「ふじ」がオススメ。りんごの糖分がお米にうつり、おこげもできるので着が止まらなくなりますよ。



### 今月のレシピ

#### りんごと鶏の炊き込みご飯

##### 材料 (2人分)

米	2合
りんご	中1個(厚生ふじがおすすめ)
鶏もも肉	1枚(200g)
ごぼう	1/4本(45g)
塩	6g
イタリアンパセリ	適量(みじん切り)

下準備…米を洗い、水に30分程度浸して置く



##### 作り方

- 鶏もも肉を口大に切り、全体にしょうがりと塩をふる。ごぼうはささがきにして、水にさらしてアクを抜く。
- りんごを半分に切り、皮、へたを取る。半分は大き目の角切りにし、残り半分は小さめの角切りにする。
- 炊飯器に米、水(2合分の水分量)、1.2の大きいりんごを入れてスイッチを押す。
- 3が炊き上がったら、2の小さいりんごを入れ全体をざっくり混ぜる。
- 茶わんに盛りつけ、最後にイタリアンパセリを振る。



塩付けは鶏のみ。鶏肉の臭みを取り除き旨味を自然に引き出すために準備してください。



大き目の角切りは炊き込み用。小さい角切りは、おこげに混ぜる。このレシピではおこげにせず。



## 奥田シェフへのレシピリクエスト大募集!!

子どもが苦手な野菜、調理法がよく分からない食材、美味しく食べられたいですね。奥田シェフにレシピを教えてください。食材とその理由をお送りください。奥田シェフがあなただけの悩みを解消するレシピを考案してくれませんか!! [info@mamaid.net](mailto:info@mamaid.net) まで、タイトル「奥田シェフリクエスト」でメールをお送りください。

DEC  
12

# Entertainment

キッズにもママにもオススメ! 今月のエンタメはじまり、はじまりい〜

## Book



ハ文字屋 本店

TEL 023-622-6736

【住所】山形市東町2-4-11

【営業時間】10:00-20:00

http://www.hachimonjiya.co.jp/

## ▶ ばなしくん



PHP研究所 1,540円

かつづけが苦手な男の子、ばなしくん。なんでもそのまま、しっばんし。口ぐせは、「かつづけなくてもまあいいか」。そんなある日、「こんなにちがうしているよ」とママおほけがやってくるよ。とママに言われます。そんなのへっちゃらだといふ今日もちがうしっばんししているよとママおほけがどころばしなかつづけ「パンどろろ」シリーズの人気絵本作家の吉岡さんが描く、ユーモアあふれるお片付け絵本。

## ▶ ミウラさんの友達



マガジンハウス 1,430円

大切な関係で、小さなセビカがバリンと割れてしまう。ケンカをしたわけでもないのに、涙道になってしまった友達のこの心にはひっかかるミウラさん。ある日、5つの言葉を通してだけのAIロボット「トモダチ」とルームシェアをすることに。誰かの「ミウラさん!」「うん!」「大丈夫!」「大丈夫!」の言葉と、買ったAIロボが設定できなくなるというフィルターを通して見る世界とは…?

## Home Theater



## ▶ シナがしゅ ジャー! とすくすくパン・どん・チャ!



0-2歳児向け番組「シナがしゅ」。赤ちゃんの世界が「ぶしゅつ」と広がり、ババママの肩の力が「ぶしゅ〜」と抜けるコンセプト。東京大学赤ちゃんラボが監修した「赤ちゃんが泣きやむ歌」など、低月齢の赤ちゃんから楽しめる取り入れたオリジナルアルバムもあるので、親子一緒に盛りだくさん。シナがしゅ探検隊の秘密基地で、歌って踊ってエンジョイしよう。

## ▶ いないないあっ! テトテトテトテ



タイトル曲の「テトテトテトテトテ」、手をたたくて歌い出くなる「たのしいパンのじかんです!」のほか、はちゃん、ワンワン、うーたんが歌っておくる最新楽曲が大集合。放送25周年のスペシャル企画「25年おめでとう!」では、好きな歌、思い出の歌アンケートで選ばった人気曲をどんと紹介。番組を卒業したお子さんでも楽しめるボリュームたっぷり1枚です。

## Cinema



### MOVIE ON

TEL 023-622-7235(東通)9:00-18:00

【住所】山形市橋北1-2-2

▶ アトラクション型体感シアター-MXD4登場

### フォーラム

▶ 山形 TEL 023-632-3220

【住所】山形市青葉町2-8-1

▶ 東横 TEL 0237-43-8080

【住所】東横市大字壺沢1797-1

### ソラリス

TEL 023-674-0035

【住所】山形市城南町11-1 廣城セントラルB2F

### イオンシネマ

#### ▶ 天童

TEL 023-665-1166(問合せ)

【住所】天童市芳賀タウン北4-1-1 イオンモール天童2F

イオンシネマ三川、イオンシネマ米沢も絶賛上映中!

※上映作品は、予告なく中止・変更となる場合がございます。予めご了承くださいませ。

## ▶ フォーラム山形 MOVIE ON イオンシネマ天童 フォーラム東横

11/23  
公開

### ▶ 母性



ある日、女子高生が自宅の庭で死亡する事件が発生。発見者はその少女の母。事件はなぜ起きてしまったのか? 悲劇に至るまでの過去を母と娘の視点から振り返るが、同じ時、同じ出来事を回想しているはずなのに、2人の話次第に食い違っていく。普通に見えた日常に、静かに割み込まれた罠。わが子を愛せない母と、愛されたいと思う娘がそれぞれに語るおそろい秘密。たどりつく真実に、母性とは何かを突き付けられる。

## ▶ ソラリス イオンシネマ天童 フォーラム東横

11/23  
公開

### ▶ ストレンジ・ワールド/もうひとつの世界



伝説的な探検家の息子でありながら、冒険嫌いの嵐夫と対する妻と息子とともに静かに暮らすサチャー・クレイ。そんなサチャーが家族とともに冒険の旅にまきこまれてたどり着いたのは、見たこともない幻想的世界「ストレンジ・ワールド」。そこには誰もものように聞く不思議な大地や、キラキラと光を放つ未来の生命体がある。冒険を、誰も経験したことがない冒険が、いまここから始まる。

## ▶ フォーラム山形 MOVIE ON イオンシネマ天童 フォーラム東横

12/2  
公開

### ▶ 月の満ち欠け



主人公の小山内は、愛する妻・梢と娘・環と平穏な日々を送っていたが、ある日不慮の事故で2人を同時に見失ってしまう。深い悲しみに沈む小山内のもとに、三角と名乗る男が訪ねてくる。事故のあった日、環環が面識のないはずの自分に会いに来ようとしたという。そして、彼女と同じ名前をもち、自分がかつて愛した女性について語られる。それは数十年の時を経て明らかされる、はかなく、許されぬ恋の物語だった。

## ▶ ソラリス イオンシネマ天童

12/9  
公開

### ▶ 映画いけつソリラララ! スターたんじょう



いけつらんの天才ソリララは、歌手をめざす女子・ヒガボの歌声に一目ぼれ。インシとノンシと一緒にアルバムで売り出し、大もうけしようとしたら。目標は、1か月後に行われるオーディションに合格してデビューすることしかしヒガボは、ある理由から大きな声で歌うことができないようになってしまった。作戦を思いついたヒガボは仲間を頼むのだが…果たして、自信をなくした女の子をスターにできるのか?

# 絵本作家 ミンチ minchiさん インタビュー

一歳半になる主人公の行動に、「わかる〜!」「ウチの子と同じ!」とママ達から共感を呼び話題となった絵本「いっさいはん」。イラストレーターとしても活躍する作者のminchiさんに、絵本作家になったきっかけや、愛らしいキャラクター誕生のヒミツ、そして自身の子育てについてお話を聞かせていただきました。

profile

画家。イラストレーター。アーティストのアルバニョゲツケル。フランス人映画監督ウラジミール・シュアール作品を共同制作するなど、国内外で幅広い作品を発表。絵本作家としては、第8回トロピカル絵本大賞に入賞した「いっさいはん」(岩崎書店)のほか、「にゅうしちゃん」(岩崎書店)、2022年5月に「むちやんとあそぼう」を発表。1児のママ、兵庫県住。



きっかけは、「育児ストレス」。

「はこがあったらとりあえずはいる」「一歩いらないでもがでてきたら、ぜったいにくをあげない」など、ページをめくるたびに「あああがある!」と共感させていただきました。絵本誕生のきっかけを教えてください。

最初は、個人の育児ブログに時々イラストを載せていたんです。わが子は全く寝ないタイプだったので当時は体力的にも辛くて、育児にも行き詰ってしまいました。気分転換のつもりで突発的に開設したブログだったので、すぐに飽きて閉鎖(笑)。数年後、何気なくふとブログのことを思い出して、仕事用のSNSにイラストを載せたんです。ものすごい反響をいただいて今に至っています。

あなほ つめる はこには はいる いっさいはん



予測不可能な行動のオンパレード。かわいらしい“あるある”にほっこり。「いっさいはん」(岩崎書店)

今は中学生の娘さんがもう1歳半の頃に読めるなら、どんなことをしてあげたいですか？

娘だとあげたいこととでなく、やってあげようかと思ったら後悔していいことになってしまいます。もっとうでもい出来事を楽しんだり、娘のかわいらしいエピソードをメモや日記にかいて残しておけばよいかと今更ながらに思っています。

おもしろい点を教えてください

絵本出版の前は、画家として活躍されていたとお聞きしました。小さい頃から画家を目指していたのですか？

絵を描いたり、工作が好きな子どもでした。大学では油絵を専攻したのですが、これで生活するのは難しいだろうと思い、絵の道には進みませんでした。趣味としてペンタブレットを使って描いたイラストを掲示板に掲載したところあがいたことに反響をいただくようになったので、それが今につながっています。



下描きは全て手描き。その後、絵の具や色えんぴつで丁寧に色づけていきます。

イラストと絵本を作る時に、それぞれ心掛けていることがあれば教えてください。

イラストは、自分の内面が抱えているまよふとダークな部分を表現しています。絵本は、誰が見てもかおく、おもしろいと思ってもええるよう、ユーモアを大事にしています。

「にゅうしちゃん」にも、愛らしくて、クワッと笑えるキャラクターが登場しますね。

そう言ってもえられいと思います。虫歯が

ママの絵本で、恐ろしいキャラクターが登場しがり、それが怖く読めないというお子さんのお話を知ることがあります。(絵本です)「え」などで、親しきを持ってもらえそうな、かわいらしいキャラクターを心がけて制作しています。にゅうしちゃんも自分であるゆいぐるみを作りました。にゅうしちゃんも自分であるゆいぐるみを作りました。にゅうしちゃんも自分であるゆいぐるみを作りました。

できないことは、やらない

仕事と子育てでのバランスはどうされていますか？

子どもが小さかった頃は、うまくバランスを取

ることができませんでしたが、仕事が好きな仕事で忙しくなる洗濯物は部屋にまっすいておくだけ。あまり料理も好きではないので、夫が準備してくれることも、だから、もしみさんにアドバイスをするなら、「できないことは、やらない」かな。かつこいひだにバイスじゃなくてもめんめん(笑)。娘も中学生になり、制作のための時間はたくさん作れるようになりまして、子育ての悩みは現在進行形いつまで続いても悩めるは尽きないものです。最後に、ママにも読者にメッセージをお願いします！

「いっさいはん」は大人向けの絵本と思われることが多いのですが、ぜひお子さんと一緒に読んで楽しんでほしいと思います。1歳半は、全くじとしていないし、大人からみると「?」という自由すぎる行動のオンパレードとして5月に出版された「むちやんとあそぼう」に登場する謎児が、負けないくらい自由気ままです。大人は振り回されるのですが、その時期も過ぎてしまえばあつという間、絵本をきっかけに、かわいさがぎゅつと詰め込めた今を少しでも楽しんでほしいと思います。

Present

最新作「むちやんとあそぼう」を含むサイン本を2名様にプレゼント



「いっさいはん」(岩崎書店)



「むちやんとあそぼう」(岩崎書店)

詳しくは、P37へ



「にゅうしちゃん」岩崎書店



## ♪ おもちゃ選びのポイント ♪



### どんぐりころころ

(本体各1,870円〜2,200円・どんぐりの組2,750円)

職人が作る愛らしい表情のどんぐりたち。中にはビーズが作り付けてあり、転送をころころと優しい音響が響かせて振っています。(見せてあげるなら0歳〜)



### プラスチック (8,800円)

5色10個のシンプルなおパーツに、付属の紐やサイコロがついたプラスチック。ペグ差し、ひも通し、積み木、ゲームなどの応用がきき、遊び方は無限大。インテリアにもなじむので、飾っているだけでもサマになります。(6か月くらいから〜)



### はじめてのゲーム・果樹園

(4,620円)

2歳児はフルーツを使って遊ぶのが大好き。遊びながら楽しく学ぶことができます。食育にもぴったり。サイコロを振って、出た色のフルーツをカゴに入れるだけでシンプルなルールながら、色々楽しめます(2歳くらいから〜)



### きらめく財宝

(2,750円)

キラキラと輝く宝石をドラゴンが集めるボードゲーム。職人に積み込まれたリングを1つずつ外していきながら、ドラゴンの穴に落とさないように。(5歳くらいから〜)

### ふんわりと軽い「手触り」

おもちゃは一人でも遊ぶこともできますが、小さい頃は大人とのやりとりを通じて楽しさを経験するもの。赤ちゃんが口に入れても安全な塗料を使用し、角を丸く仕上げている自然素材のものなら、大人も子どもも安心して触れることができます。0歳は五感を使って外の世界に触れる時期。「心地がいい」という安心感には、もっと遊んでみたいという意欲につながります。

### ストーリーが生まれる シンプルさ

0歳の頃にはじめて手にしたおもちゃ。じっと見つめただけだったのに、いつのまにか小さな手をつかんでぽいっと投げちゃった。そんなおもちゃにまつお父さんのストーリーは、忘れることができない子育ての思い出になりますよね。一見シンプルなおもちゃこそ、様々な遊びが広がります。「できた」が増え、未来を、一緒に喜び、親子で発見してみませんか？

### 自分たちで工夫する おもしろさ

おもちゃを通じてコミュニケーションを経験する子どもたち。ゲームでは、ルールはもちろん、「勝つのはどんなこととしたらいい?」と答えたりどきどきまでスキルを養います。おもしろいわくわくする!は、学びの原動力。いつのまにか「考えることが楽しい!」が身につきます。



店内には、実際に遊ぶことができるスペースもあるので、お子さんが一番興味を持つおもちゃが見つかります。

## 2022 サンタクロース大作戦

「もっと遊びたい」を育むおもちゃを選ぼう

子どもの成長に欠かせないおもちゃ。みなさんはどんな風を選んでますか?今回は、おもちゃコーディネーターの渡邊 史さんのお店にお邪魔し、プロ目線で選ぶおもちゃを教えてもらいました。もうすぐクリスマス。今年は、子どもたちの「もっと」を引き出すおもちゃをプレゼントしてみませんか?

### 今回オススメののは…

#### 木製玩具

メンテナンスしながら、長年使えることができる。お手入れも簡単で、硬く耐久性で壊れにくい。美しい木目をクリアし製造された商品が多いので安心。贈り物にもぴったり。

#### ボードゲーム

おうち時間が増え、こ数年ブームとなっているボードゲーム。2歳頃から遊べるモノから、じっくりと考えながら楽しむモノまで多種多様な商品が増え、遊びの中で、想像力、相手の考えを推察する力、問題力などを楽しめるのも魅力のひとつ。

## ♪ おもちゃ選びのQ&A ♪

Q1 おうち時間が増えて、遊びがマンネリ気味。新しいおもちゃを買ってあげたいのですがいいのでしょうか?

A 飽きてきたと感じた時、一旦箱にしまっしてしばらく触れないようにしてみましょう。数か月後、箱から出すと新鮮な気持ちで手に取ってくれるかも。子どもは日々成長しているで年齢が上がると遊び方も変わってきます。時期が経つと同じおもちゃでも飽きず遊べますよ。

Q2 おもちゃの片づけが苦手な子どもたち。お片付けがうまくいく方法はありませんか?

A 散らかっているついイライラして、「1つ遊びが終わったら片付けて!」と言い続けるのは、こころと呼吸して様子を見守ってあげませんか? 例えばミニカーと積み木など、おもちゃ同士が組み合わさることで遊びが広がる可能性もあります。みんなの遊びが終われば、子どもも片づけスイッチが入ります。一緒に箱にしまう習慣をつけ、おもちゃは「箱に入りきるだけ」とあらかじめ量を決めると部屋もスッキリとします。



### 人をつなぐおもちゃ屋 ふわり

住/東村山郡中山町長崎108「fai wai place」の中や<sup>®</sup>内  
TEL/090-6887-5907  
営/10:00~16:00 休/水、木曜日  
駐車場はお店まで確認ください。ご案内いたします。



12.4 イベント開催

親子でできる壁掛けツリーワークショップ

[年中〜親子9組]

詳しくは、インスタグラムをご覧ください

今月のMVP



汐織(しほの)ちゃん/6歳、  
朱花梨(あかり)ちゃん/4歳(村山市)



公園だーいすき♡

心結(こむち)ちゃん/3カ月(河北町)



はじめてのコスモス畑にニコニコ♡

恵水(けみず)ちゃん/4カ月、紫夕(むらさき)ちゃん/2歳(山形市)



寝返りってどうだよ!と教えてあげておねえちゃん。  
寝返りマスターできた♡

まとい(まとい)ちゃん/1歳(粟賀江市)



コスモス、みてみて!

瑞己(みずき)くん/2カ月(粟賀江市)



社長! ミルクは足りております  
でしょうか!

彩夏(あやか)ちゃん/5歳(東根市)



運動会頑張ったよ!

ひより(ひより)ちゃん/2歳(南陽市)



うまい! これこれ!

征那(せいな)くん/5歳(最上町)



お庭で捕まえた大きなカタツムリ。  
触って! 見て! 観察に夢中!

日彩(ひいろ)くん/5歳(新庄市)



「ひひ、助けてー!」ターザンロープで  
揺られ過ぎて怖がってました。

来虹(きり)ちゃん/8カ月(山形市)



お洗濯のお手伝い…これ楽しい♡

初衣(はつひ)ちゃん/5カ月(山形市)



大好きなキンリンさん! はやく動物園  
にいってみたいね~♡

夕暖(ゆづか)ちゃん/1歳(新庄市)



「可愛い顔は~?♡」と言うと、  
ほっぺじやなく、頭に手を添える  
おちゃめちゃんです♡



たくさんの方ワイ写真を編集室に  
送ってね~! みんなの投稿待ってます。

vol. 74

Oya-baka  
写真館

ころめ(ころめ)ちゃん/2歳(天童市)



人生2度目の前髪カット!!

夕暖(ゆづか)ちゃん/1歳(新庄市)



「可愛い顔は~?♡」と言うと、  
ほっぺじやなく、頭に手を添える  
おちゃめちゃんです♡

応募方法

メールで

info@mamaid.net

タイトルに「OYA-BAKA写真館」に  
投稿しますと入れてください。

投稿に必要な事項

投稿画像を添付の上、コメント(50字程度)、お子さんのお名前(仮名も  
可)、年齢、性別、保護者のお名前、住所、電話番号をお送りください。

●複製は保護者、または保護者に了解を得た上で撮影されたものと判断いたします。●記入(入力)にのりのある場合は、無効となる場合があります。●携帯で撮影した画像サイズには限りがあります(なるべくブレ  
ないものをお願いします)。●写真によっては掲載できないものもありますのでご了承ください。●お子さんの年齢は、応募時(撮影時)の年齢でご記載ください。●スペースの都合上、ご応募いただいた写真が  
全て掲載できない場合があります。●原素材として次号の盛り付けはできません。●応募より多くのお子さんを紹介させて頂くこと、連絡のご対応はできない場合があります。あらかじめご了承ください。

応募受付期間  
2023年10月1日(土)~10月31日(日)



# アラフォーママ4きぼんの 〜映えないダイアリー〜

55. 10分



Profile  
文/ 4きぼん

ぴっぴかひの1年生になったガンダム  
マニアの息子(7歳)と、ぬりえに夢中  
な娘(5歳)の子育て真っ最中。

**夕** 方。それぞれを学童保育と幼稚園に迎えに行くので、息子は小学校での出来事を、娘は幼稚園での出来事を同時に話し始めます。そして、日々思うのです。“全く違う話題にそれなりに返答する技”のレベルがアップしていることを。もちろん社会では何ひとつ役立ちません。むしろ、マイナスな印象を与えるだけの能力ですが、晩ごはん作りミッションを同時にこなすには、複数人の話を同時に聞いたと言われている「聖徳太子モード”になるしかないわけで…。同時に、それぞれの話にじっくり耳を傾ける時間も減っています。送迎中、ドライバーをかけたいる間、寝かしつけの前など、ざっと見積って10分強。毎日向き合っただとしても1ヶ月で240分、映画2本分程度の時間です。もっと話したいけど、今はこれが精いっぱいかな。

しかし最近、わずかな会話にも子どもの本音が詰まっていることに気がつきました。先日もお風呂上りの娘の髪をタオルで拭いていると、先にかがった息子のことが話題に。直前までケンカをしていたので「お兄ちゃんってこいよな」と声をかけると、「ケンカしても大好き」とゴツリ。どんなところが好きなのか聞いてみると、「顔。イケメンだから」。予想外の答えに、

たまたま吹き出しました。翌日「妹が「お兄ちゃんがイケメン」と言ってたよ」息子にそっと耳打ちすると、「は？ ぼくはイケメンじゃないよ」とそっけない態度。「実はママも思ってるよ」とたたみかけると、「君たちがそう思うなら、きつそうなのかもね」まさか過ぎる発言が飛び出しました。そんなキャラだっけ!? この質問をきっかけに「ママはどうしてパパと結婚したの?」と聞いてくるので、「ちなみにイケメンは誰と結婚するの?」と逆質問。すると、結婚に興味はないけど妹となら考えてもいいとのこと。なんじゃそりゃ。ちょっぴり大人びたドキッとする本音が聞けるわずかな時間。1分でも長く楽しみたいな。



妹が描いたお兄様のポートレートに描き加えられたママの顔



## 新米母さんyoccoの “真夜中のダイニングテーブル”

文/YOCCO 1歳の息子と7歳の長男、4歳(犬2匹)担任中の夫とは、1人1人お母さん役の日々です。



### Epi.01 渾身の“どうぞ”

**は**じめまして。今号からこちらのコラムを担当するyoccoです。  
アラフォーで夫と出会い結婚。夫婦+犬2匹の気ままなワンダフルなライフを送っていた中、昨年我が家にも待望の新メンバー(息子)が加入しました。母になった私が、家の中で一番落ち着くのはダイニング。以前は家中でくつろぎましたが、ワンオペ育児真っ只中の今、リビングでTVを見る余裕はなく、お風呂で産後を癒す暇もなければ、寝室でも夜泣き対応に追われ、1日の最後ようやくくたくた眠る大切な場所です。寝かしつけに成功した時に得られるほんの少しの自分時間に、家族の1日が無事終わることを確認して、まずはふーっとひと呼吸。保育園ノートを読んで息子の1日を想像してふふっと笑ったり、仕事の予定を頭に入れた直したり、週末

うち居酒屋を開いて夫と語り明かすのも、平日の夜に夫と息子がリモートでおしゃべりするの、すべてここ。我が家はダイニングを中心にまわっています。

息子の成長もしかし。近頃は食卓で一丁前に“どうぞ、を披露。しかし、”どうぞ。と差し出されたものを私がもらおうと掴んでも全く離す気がないので、やむなくもらったふりをする接待“どうぞ。が最近の楽しみ。そんな夜の成長目を見始める今日この頃、ついに愛犬にも“どうぞ。を披露するまでになりました。渾身の“どうぞ。の結果は、ご想像の通りで、差し出した瞬間に食べられ、しばし茫然のち号泣。私との接待“どうぞ。では知らなかった現実の厳しさを体験し、本当の“どうぞ。の意味を知ったのでした。その夜のダイニングで、お気に入りの“おかあさんはね、という絵本にあった、”もったいぶたうだいよも どうぞといえるやさしいこにならざるように、というフレーズを思い出しました。思いがけず“どうぞ。の意味を知った彼のこれだから、がやさしさに満ちていますようにと願わずにはいられません。

これから、自分と家族の1日をつなぐこの場所で、我が家らしいシーンを撮っていけたらと思います。



渾身の“どうぞ”に瞬間に高え、おかわり要求。  
息子と犬への愛おしさが夜中中♡

おおえで始める家族の物語

残り  
4  
区画

# 大江町おおぞら団地

## 好評分譲中!



坪単価  
(1坪=3.3㎡)  
4.6万円～  
4.8万円

大江町  
おおぞら団地  
のいいこと!

最大450万円相当の購入特典あり!

特典1

子どもさん交付金

義務教育就学前の子どもが対象。町内で使える商品券を最高100万円交付。

特典2

早得交付金

契約から2年以内の入居で50万円

特典3

町内建築業者  
住宅建築補助金

町内建築業者の施工で100万円

特典4

西山杉活用住宅  
建築補助金

町内製材の西山杉使用で最大150万円

特典5

ソーラーパネル  
設置補助金

住宅建築と同時に設置で最大30万円

特典6

無料温泉バスポート

3年間無料で健康温泉館、霧川温泉に入浴できるバスポート交付

[分譲価格]494.2万円～582.4万円  
[分譲面積]338.5㎡～413.1㎡

JR左沢駅  
車で5分

にじいろ保育園  
車で3分

大江中学校  
徒歩5分

本郷東小学校  
徒歩10分

アクセス  
MAP



大江町  
おおぞら団地  
のいいこと!

その2

大江町は、子育て・移住定住の支援がいっぱい!

妊婦出産

誕生祝いとして10万円分支給  
(現金6万円・商品券4万円分)

保育料

0～2歳児の第3子、同時入所の第2子の  
保育料無料(同時入所以外の第2子は半額)

給食費

3歳児からの幼稚園、保育園の給食費無料  
小学生・中学生は給食費実質無料  
(令和4年11月15日現在)

高校生応援

高校生1人につき年5万円を3年間支給

医療費

高校生まで医療費無料

住居

薪、ペレットストーブ設置補助及び、  
薪割機リース代補助

住宅ローン

住宅ローンにより住宅を新築・取得した場合、  
最大90万円を補助

※45歳以下(住居取得年度末日)が対象

充実した教育

・冷暖房完備の教室  
・中学生2学年全員の英語体験施設への派遣  
・英語検定試験への支援

◆事業主体/大江町・山形県西村山郡大江町大字左沢888-1 ◆開発総面積/約1.0ha ◆分譲区画/19区画 ◆総売価/約1億1000万円 ◆販売免許/可 ◆令和元年6月24日許可整理番号1241-11 ◆所在地/大江町大字本郷字村田 ◆交通/JR左沢駅(約1.7km) 国道10号/大正通り ◆バス/左沢駅 ◆都市計画道路/第二中環状線(国道沿線) ◆第二中環状線(国道沿線)20%・環状線20% ◆農産物の産出/専用品・専用品 ◆水産/本郷東小学校(徒歩10分) 大江中学校(徒歩5分) ◆都市計画道路/幹線道路(国道)北山形市界隈(W=7.5m/アスファルト舗装)、町道下環状線(W=6.0m/アスファルト舗装)、おおぞら団地(W=6.0m/アスファルト舗装) ◆水産/大江町上環状線(幅員40mで整備) ◆保健/保健所(徒歩10分) ◆公共交通/大江町公共水道(水質(各区分)水方水処理装置) ◆電気/プロパンガス(個別設置(自己負担)) ◆電気/東北電力(3回線(自己負担)) 電柱・支線設置区画あり ◆地主/大江町 ◆広告制作/年月/令和4年11月15日

大江町 建設水道課

TEL.0237-62-2116 FAX.0237-62-4736  
〒990-1101 山形県西村山郡大江町大字左沢882の1

[E-mail] kenseitsu@town.oe.yamagata.jp (事業主体)  
[URL] http://www.town.oe.yamagata.jp/ 大江町





**1 「おやつ日和」撮影小物**  
【1名様】



【提供/ La Casa 天童店】

季節に応じたかわい  
い雑貨、出産祝  
いなどプレゼントに  
ぴったりのグッズも  
そろった La casa  
(ラ・カーサ)。「お  
やつ日和」で使  
用した撮影小物を  
プレゼント。どれも  
当たるかは編集室に  
おまかせ下さい。

**2 お食事券1,000円**  
【5名様】



【提供/ブチカフェChill】

ブチカステラが自  
慢のカフェで、フ  
ードメニューがス  
タート。テイクア  
ウトにも対応し  
ているので、ラ  
ンドリーについて  
に、洗車ついで  
にふらっと立ち寄  
てみよう。ブチカ  
ステラは、おみや  
げにもぴったり!

**3 キッズランチ**  
【5名様】



本格的なスパイスで作るインドカレー専門店。僅し  
けい甘さが広がるキッズ用のカレーと、旨みたっぷりの  
タンダーキチンをセットで味わおう。  
【提供/ラゴパティ赤湯店・米沢店、シバヤ】  
(どちらの店舗でもご利用いただけます)

**4 絵本『ばなしくん』**  
書籍『ミクラさんの友達』【各1名様】



ちからしんじのものがたり。まごころ部編におおがやつて  
まちゃった! 梨田イコさんが語るユメコ片付け絵本。ちっ  
ぽり不思議なトモダチとホームシェアを始めた主人公。まだ  
ちて貯らう?と立ち止まる1冊。どちらか希望を教えてください。  
【提供/ハ文字屋】

**5 デザートチケット**  
【5名様】



※写真はイメージです  
【提供/café art】

山形城南町にオー  
プンしたバルーン  
カフェ。華やかな雰囲気  
の店内では、こ  
だわりのプランチャや身  
体に優しいデザート  
が楽しめます。その  
日のおすずめのOと  
皿で、心も弾む時間を  
過ごしてみよう。デ  
ザートの内容はお任  
せください。

**6 MOVIEEN 平日招待券【6名様】**  
フォーラム・ソリス 平日招待券【5名様】  
イオンシネマ 無料鑑賞券【5名様】



今話題の映画をCHECK! 笑うもよし、泣くもよし、  
日頃のストレス解消に…。どちらのチケットが当たる  
かはお楽しみに。  
【提供/MOVIEEN-フォーラム・ソリス-イオンシネマ天童】

**7 サイン入り絵本『いっさいはん』**  
『つむちゃんとおそぼう』【各1名様】



インタビュページに登場してくれたminchiさんの貴重な  
サイン本。かわいさがぎゅっと詰まったページをみれば、  
わが子のかわいさにも100倍に感じじやうかも。ど  
ちらか当たるかは、編集室にお任せください。  
【提供/minchi】

**8 「どんぐりころころ」**  
「どんぐりきのこ」【各1名様】



【提供/人をつなぐおもちゃ屋ふわり】

おもちゃコーデ  
ィネーターが選んだ  
優しい木のおも  
ちゃ。ころころし  
たフォルムは、眺  
めているだけで癒  
されます。どんぐ  
りきのこなど、ど  
れが当たるかは  
当日のお楽しみ  
し。

**9 1,000円分お買いものチケット**  
【5名様】



アンティーク小物とドライフラワーアレンジ、アロマ  
ワックスなどが並ぶ小さなアトリエ。店主がひとつ  
ひとつ手作りした作品は、どれも絵本の中を再現した  
要らさず。日常を彩るアイテムを探してみませんか?  
【提供/baby's breath】

**10 温泉 vol.8**  
【10名様】



【提供/アサヒマーケティング】

1冊1冊の温泉バ  
イブル。山形の温泉  
好き必携本の第8弾。  
旅行・ホテル・公共  
の館・温泉浴場な  
ど、人気施設の特  
典が1年間使えて、  
通常料金が半額・  
割引などの特典付  
き。ペア宿泊券、食  
事券が当たるかも!

プレゼント応募方法

スマホやPCから簡単にプレゼントが応募できるようになりました!  
専用のQRコードを読み込んで、簡単な質問にお答えください。

※当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

プレゼント応募期

2022年12月15日(木)必着

プレゼント応募は

コチラから▶



アンケート会員募集!!

県内外ママを対象に随面づくりをサ  
ポートしてくれるアンケート会員を募集。  
簡単なアンケートにお答えいただくとマ  
マード最新号をお送りします。

アンケート会員

申込みは

コチラから▶



マーマイドHP遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

マーマイドHP  
遊びにきてね♪

mamaid最新号  
の情報をはじめ、  
見逃したバック  
ナンバーもCHECK  
できます。

コチラから/



https://mag.yway.jp/mamaid/

# mamaid 表紙 MAKING

今回は、山形市城南町にオープンした「café art」にて表紙撮影をしてみました。カラフルなパルーンとドライフラワーに囲まれた乙女心をすぐる店内。撮影後、お店自慢のスーツ（こちらもCute♡）をいただける「これおしいね」「こちも食べてみる?」とハッピーな時間を過ごしていました。みなさん、おつかれさまでした♪

Before



撮影前にママとパルーンおぼんさん。ピンクのハートがお気に入りみたい。



01. 帽子でこの日を飾りしみにしていたそう。どんな風に見えるかなドキドキ。



02. おしゃれが大好きなおすもちゃん。メイクボックスが世になる様子。



03. ママのメイク中。「友は私の髪ね。お髪短くなりたいな〜」とリエエスト。



04. プレートを前に「仔り、この日一冊のスマイルを見せてくれました。

## mamaidからの お知らせ

新型コロナウイルスの影響により、各掲載店舗の営業状況が変更になる場合があります。ご了承くださいませ。

## mamaid表紙の メイキング映像を Youtubeで楽しもう!

スタッフとのコミュニケーションの様子や別ライクPhotoなども!



## ACCESS. QRコードからYoutubeのmamaidコーナーにアクセス!

【Cover model】吉田 未歩さん、愛鈴ちゃん(4歳)  
【撮影協力】café art 山形市城南町2-10-23 TEL/023-645-7717  
【Hair make】鈴木 晴香 (Hair Salon HAKU/SOU)  
【Photographer】菊池 元希

## 2022.DEC 編集後記

### 【 Editorial Staff 】

Yoko Inoue  
Miki Ishizawa  
Yasuka Yamada  
Chiaki Matsuda  
Asuka Honma  
Michiko Moriya  
Maya Miura  
Rika Mashima  
Yukari Kaneko

### 設置場所

山形銀行各支店・きらやか銀行各支店・霞城セントラル・イオン各店・スーパーおーぼん各店・ヨークベニマル各店他

設置協力店・施設大募集!!  
50,000部発行

### お問い合わせ

株式会社アサヒマーケティング  
マーマイド編集部  
山形市立谷川12-486-14  
TEL.023-686-9575  
info@mamaid.net

まごやさしい特集、いかがでしたでしょうか？ 食べることは生きることのキホン、何のために食べるのか、「食」風味を改めて親子で見直してみるのもいいですね。さて次号はいよいよChristmas号（12月15日発行）ですよ。どうぞお楽しみに♪

毎回試行錯誤しながら制作に取り組んでいる「おやつ日和」。レシピはもちろん、背景の雑貨たちにもご注目なんです。今回はかわいい動物たちにおやつを見守ってもらう感じにしてみました。実はこのコーナー結構人気で、「マネてやってください」のお声も多かったです（みんなありがとう〜）パズ耳ラスクも、もちろん美味しく＆簡単に作れるので、親子でチャレンジしてみよう♪



赤ちゃん向けのふわふわブロックですが、寝るだけでもかわいくって眺められる。最終的には寝か上げて喜んでしまう、撮影現場です。

【 Guu 】

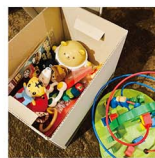
公園に遊びに行くついで、落ち葉にどんぐり、まつぼっくりなど様々な「宝探し」が楽しめる季節が到来しました。道具がなくても遊べるって、なんて最高なんですよ！この時期にたくさん拾い集めておいて、クリスマス用のツリーやリースを親子で制作するのもgood♪ 今年で、「秋」が好きな季節ナンバー1に急浮上しつつある我が家です。皆さんは、どの季節が好きですか？



「もっと大きいのがいいな〜と、次人のほうが寝る時に夢中になっちゃうことも♪ スメの公園があればぜひ載せてください！」

【 リカリコ 】

子どものおもちゃ、なかなか捨てられませんが、子どもたちが0歳の時に使っていたおもちゃをこっそり処分しようと思ったら、「まだ遊ぶのに〜」と奪われてしまったり結局元の場所へ、「年齢が上がると、また新しいおもちゃの楽しみ方が見つかる」と特集取材でアドバイスもいただいたし、もう少しだけ見守ってみようかな。これもまた親の忍耐力が試される瞬間。



思いがいって過ぎて捨てられないおもちゃたちは、最後のボックスにこっそりと入れ、これだけは一生遊ばせよう。

【 みきぼん 】

夏前に家族が増えた我が家。5年前の赤やんにてんやわんやしているうちに気が付けば季節が2つも過ぎています。5歳の息子は早くも頭を悩ませています。母としては年末年始前にはやらねばならない山積みですが、夏と秋が劇く間に過ぎた分、今年の冬は楽しいことをたくさんしたいと思います。手始めにツリーを出そうかな？



家前でロープウェイに乗って魔王へ、紅葉の盛りで観光客がいっぱい山々の美しさと久しぶりの静けさにほっと心地よくなりました。

【 びよんこ 】



ビッグウイングフェス x mamaid x ZERO23 プレゼンツ

今年もやまがたパンマルシェが開催。

県内のパン屋さんはもちろん、県外の人気パン屋さんも集結!!  
パン好きにはたまらない山形のパンの祭典、ぜひお楽しみください。

11/26 SAT ▶ 11/27 SUN 時間 / 10:00~15:00  
場所 / 山形ビッグウイング

### 2間日出店



maison de blé



いいわけサンド



パーカリー中村屋



DAN's Bakery



お米のめぐみ 穂たる



アリスカフェ(期間限定復刻)



ANDE(京都)



mamaid x からいち  
コラボ店(数量限定)

### 26日のみ出店



& mark cafe



ESCARGOT BAKERY

KOUB

KOUB

おいしい  
パン屋さんが  
勢ぞろい!



### 27日のみ出店



シベール



よつばBakery(宮城)



Boulangerie Lafi  
(北海道)



UPI BAKER  
定禅寺本店(宮城)

※11/15現在の情報です。※出店店舗は変更となる場合がございますので、予めご了承ください。





# カラフル子育て かみのやま

上海市は子育てに寄り添った様々なサポートを用意し、親、子ども、家族の暮らしを応援しています。  
上海市と一緒に子育てしませんか？

妊娠期から子育て期におけるおすすめの実業をご紹介します！

県内初！

**全妊産婦家事育児  
支援クーポン事業**

妊娠前 妊娠期 出産 産後 育児

家事、育児の負担を軽減！家事代行サービスの利用料がクーポン使用で2時間無料に！



妊娠前 妊娠期 出産 産後 育児

**母子手帳アプリ【母子モ】導入  
・オンライン相談**

妊娠から出産、子育てまでのフルサポート  
「かみのやま子育て応援アプリ【母子モ】」子育てに役立つ機能、上海市独自の情報も配信しています！



妊娠前 妊娠期 出産 産後 育児

**赤ちゃん応援メッセージ・ギフト事業**

4つの商品からお好みのものを選択し、プレゼントを受けることができます。

- ・木のうつわとスプーンセット
- ・離乳食調理セット
- ・水曜の積み木
- ・絵本セット



妊娠期 産後 育児

**ファミリー教室  
ベビーふれあい教室**

お父さん、ご家族も参加できる体験型・子育て教室です。

出産

**新生児聴覚  
検査費用  
助成**

聴覚検査の費用を一部助成しています。

妊娠前 出産 産後

**産前・産後  
電話支援**

妊娠中や産後の不安な時期に母子保健コーディネーター（助産師）が電話でお話を聞いています。

産後 育児

**赤ちゃん広場  
(月一回)**

赤ちゃんの体重測定や授乳・育児に関して、助産師・保健師・管理栄養士にお悩みに合わせて相談をすることができます。

みんなで子育てサポートします！



上海市子育て代行包括支援センター-公民館コラボ  
ふたばちゃん

妊娠前

**不育症・不妊治療費助成**

治療費用を一部助成しています。

出産 産後 育児

**インフルエンザ予防接種費用助成(中学3年生まで)・  
高校生まで医療費無料**

## かみのやまで暮らす

01

上海市で新生活を始めると新築世帯を応援！

**対象 20・30代  
家賃や引越し費用を  
最大60万円補助!!**

02

住宅を建設または取得する子育て世帯

**最大100万円補助!  
さらに上下水道料金の  
半額相当分を補助!**

最高  
24か月

03

上海市の子育て世帯を応援!

**めんごりお**

親子向けイベントも随時開催! 利用料は無料!

**問い合わせ** 上海市役所 TEL/ 023-672-1111 各事業についての詳細は市HPも合わせてご確認ください。

■子育てに関する支援: 子ども子育て観 ■新築世帯に関する支援: 福祉課地域福祉係 ■住宅の取得に関する支援: 建設課エリアマネジメント推進室

