

山形のママがつくる子育て情報誌 マーメイド

# mamoid

Special.01



子どもといっしょに作って味わう

年末年始の

ごちそう  
レシピ

Special.02

子育てmamaのお家づくりガイド  
間取りから考える編

Christmas  
Special

FREE PAPER

全国からのふるさと納税を活用!

# 寒河江は子育てに本気です!

子育てで世代が増!

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

## 結婚・新生活を支援します!

結婚 + 転入 → 引越費用 家賃等 **最大 60万円補助**  
【条件】結婚時点で39歳以下。夫婦の合計所得が400万円未満。ほか  
[寒河江 結婚新生活](#) [検索](#)

## 住まいを建てる・買う

親子世帯には更に補助額アップ!

寒河江市内に住宅を建築・購入・リフォームする方を応援!

	新築・建売購入	中古住宅購入 (購入費の1/2)	実業等リフォーム (工事費の1/2)
子育て世代 支援タイプ(市外)	100万円	50万円(上限)	50万円(上限)
定住者 支援タイプ(市外)	50万円	50万円(上限)	50万円(上限)
子育て世代 支援タイプ(市内)	50万円	50万円(上限)	市民向け 補助制度あり

県外からの移住者向け補助金(最高200万円)もあります!  
 「フラット35金利引き下げ制度も利用可能!」  
[寒河江 子育て住宅](#) [検索](#)

◎予算がなくなり次第終了となります。また、記載の他にも条件等がありますので、詳細は下記お問合せ先にご連絡ください。

## 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!

子育て世帯 月額 最大  
 支援タイプ 1年目 2万円 2年目 1万5千円 3年目 1万円  
 若者夫婦支援タイプ 月額 最大  
 3年目 1万円 [寒河江 家賃補助](#) [検索](#)  
【条件】西村山地域外から転入する世帯。夫婦いずれかの親が西村山地域内に居住。ほか

## 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**  
【条件】夫または妻が西村山地域内に居住。ほか  
[寒河江 奨学金返還支援](#) [検索](#)  
西村山地域外からの転入夫婦、現在学生の方対象の奨学金返還支援もあります。

## 運転免許取得を支援します!

県外から1・Uターンした世帯の  
 運転免許取得費用に **最大 15万円補助**  
【条件】世帯全員がこれまで寒河江市内に居住したことがないこと。ほか  
ペーパードライバー講習、雪道講習受講への支援もあります。  
[寒河江 免許取得支援](#) [検索](#)

寒河江市役所  
お問合せ

【新生児誕生時、高校入学時給付金】子育て推進課(0237-85-0617)  
 【住宅建築支援】建設管理課(0237-85-1627)  
 【その他移住全般】企画創成課(0237-85-1413)



お申込み  
お問合せ  
続々!!

オンラインでの  
移住相談も  
実施中!





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。

ビスケットとチョコレートを使った簡単おやつ!  
クリスマスに作ってみてね!



MENU

トナカイくまのビスケットで  
Merry Christmas ☆

〈材料〉

- ※ ゴマビスケット ..... 1袋
- ※ マーブルチョコレート ..... 1箱
- ※ 板チョコ ..... 1枚
- ※ ヨーグルトタブレット ..... 1箱

● 板チョコをマグカップに削り入れ、お湯を入れたボウルに入れて溶かす。



● ビスケットを半分に折り、2つ並べてチョコレートにディップする。



● クッキングシートにのせてマーブルチョコとヨーグルトタブレットをのせる。

● ヨーグルトタブレットに爪楊枝を使ってチョコレートで目を描く。

フェスティバル

冷蔵庫に入れてチョコレートが固まれば完成!

Information

Le Casa 天童店 ☎ 023-665-4510  
天童市芳賀タウン権三丁目3-27  
【営】10:00～19:00  
【休】年中無休 ラカ-サ 雑貨

ギフトのご相談もお気軽にどうぞ!

ご希望に応じて、スタッフが素敵なギフトを選んで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。大切な人への心こもった素敵な贈り物も、ギフト選びはぜひ、Le Casaで。

おやつ教室



に作って味わう

# レシピ

## ころんと華やか手まり寿司

recipe 01



ひと口サイズのかわいらしいお寿司。赤と緑を組み合わせれば、一気にクリスマス仕様になっちゃいます。お正月やひなまつりなど、ハレの日ごはんにもオススメです。ラップを使ってコロコロしよう。

recipe 01

【材料】

- ずし飯…1合  
(A) まぐろ…適量  
いか…適量  
(B) 卵…1ヶ  
片栗粉…適量  
様でんぶ…適量  
みつ煮…1本  
サラダ油…適量  
(C) カニカマ…1本  
きゅうり…1枚  
マヨネーズ少々

まぜ



飯粒でお米を炊き、温かいうちに舟形を合わせてまぜる。

ポイント

しゃもじをおかせないで、斜めに切るようにごはんを混ぜよう。つやつやになってきたら完成だよ。

【作り方】

- A まぐろ、いかを、それぞれ薄さ5mm程度、6~7cmの楕円状にカットする(3本ずつ)。  
①を棒状にならうように、交互に並べる。  
②ラップの上に③を並べ、その上にし④をのせて形を整える。
- B 卵に片栗粉を少々入れてすりほぐす。  
①フライパンに薄く油をひき②を入れて、薄焼き卵を作る。  
③しずめに棒でんぶを入れて混ぜ合わせる。  
④みつ煮を熱湯でサッとゆで、冷水で冷やしておく。  
⑤③の中央に④を置いて包み形を整え、⑥で口を結ぶ。

④を細くまべるとより巻きに仕上がります。

にま



- C ラップの上にカニカマをのせる(裏の方を下にする)。上から巻くラップをかけて巻くついでに巻く。  
①の上に、しずめをのせて丸くにする。  
②の上に輪切りのきゅうり、マヨネーズをのせて完成。

ころころ、たのしいね

ポイント

小さな手で盛りやすいように、ごはんは少なめにするのがコツ。力を入れすぎないように声をかけてあげよう。



さあ、みんなで Let's cooking!



今年も旬の食材を使ったレシピを毎月紹介してくれた奥田政行シェフ。2022年ラストは、お子さんとチャレンジできる、ごちそうレシピが考案されました。一緒に作れば、おうちパーティーももっと楽しくなるの!

## 手間いらずの鶏ももロースト

recipe 02



まぜ



recipe 02

【材料】

- 鶏もも肉…1枚  
じゃがいも…1個  
オリーブオイル…70cc  
にんにく…1片  
ローズマリー…1本  
イタリアンパセリ…適量  
塩…こしょう…適量

【下準備】にんにくを皮つきのまま半分カット。鶏もも肉の軟骨があれば取り除いておく。

【作り方】

- ①じゃがいもは皮つきのまきし切りにカット。ボウルに入れて、塩コショウを加えてしっかりと揉みこむ。  
②フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて火をつける。①を入れて鍋穴で全体に火が入るまでじっくり加熱する(時々全体をかきまぜよう)。  
③鶏もも肉全体に塩コショウをふる。別のフライパンに②のオイルを足し、ローズマリーを炒めて香りを出す。皮目を下にし、蓋をして弱火で10分くらいじっくりと焼く。  
④②のオイルを切り、全体にイタリアンパセリをからませる。  
⑤③を食べやすい大きさにカットし、④と一緒に皿に盛りつけ、最後にオリーブオイルをまわしかける。

クリスマスメニューに欠かせないチキン。今年は、超簡単レシピにトライしてみよう? 鶏むね肉でも調理できるから、いつものお肉もワンランクアップするよ。





## 年末年始の

子どもといっしょ

## エビのトマトクリームパスタ

recipe.03



recipe.03  
【材料/4人前】  
エビ(むき身)…40g  
生クリーム…100cc  
トマトソース…50cc  
白ワイン…20cc  
(水でも代用可)  
にんにく…5g  
オリーブオイル…30cc  
塩…適量  
パスタ(1.6mm)…80g  
イタリアンパセリ…少々

【下準備】エビの背ワタを取る。  
にんにくをみじん切りにする。

【作り方】

- 1 パスタを表示通りにゆでる。
- 2 フライパンにオリーブオイル入れて、塩を振ったエビを入れ加熱する。全体に火が通ったら取り出す。
- 3 フライパンににんにくを入れて火をつける。白ワインを入れてアルコールを飛ばしたら、生クリームを入れて少し煮詰め、②を戻し入れる。
- 4 ゆであがった①を③に入れて、トマトソースを加え、軽く煮る。⑤を皿に盛り、イタリアンパセリをかけて完成。



トマトのフレッシュさを味わうために、最後にトマトソースを加えよう。

つまようじを使えば簡単に取れる「エビの背ワタ」。トライしてやすいので、下ごしらえから一緒にやってみよう。



わたくしをかたんにてきたよ

## ごちそう



## とうもろこしスープ

recipe.04



甘酒の優しい甘さを味わうスープ。つぶのある甘い甘酒の甘酒を使う場合はミキサーと一緒に入れると口当たりが良くなります。

recipe.04  
【材料/4人前】  
(A)  
コーン缶(身)…240g  
コーン缶(汁)…120cc  
牛乳…100cc  
甘酒…50cc  
塩…ひとつまみ  
オリーブオイル…適量

【作り方】

- 1 Aをミキサーでまわし、鍋に移す。
- 2 ①に甘酒と塩を入れて、軽く沸かす。
- 3 カップに盛って、オリーブオイルをひと回しかける。

【下準備】蒸し器のふたにふきんをかけて、しっかりと止める。お湯を沸かしておく。  
チョコレートを砕いてボウルに分けておく。



ワンポイント

ママにとっては正直選べない「餅わり」。子どもにとっては、達成感が感じやすいお手伝いなので、簡単なことからトライさせてみよう

口出ししないようにおまをりましょ



上手にわたしたよ、次は一人でやってみようね



北がのこっているし、全体に「ずが」入る(穴が空く)、発泡をよくするために、ひと手間をかけて泡を取っておこう。

【作り方】

- 1 餅巻と全卵、グラニュー糖をボウルに入れて混ぜ合わせる。
- 2 餅に牛乳と生クリームを入れ少し溶融させる。
- 3 チョコレートが入ったボウルに①を少しずつ入れて溶かしていき、よく混ぜながら、全量ボウルに加える。
- 4 ③に①を入れて全体をよく混ぜたら、こしながら表面の泡を取る。
- 5 プリンカップに④を注ぎ、蒸し器に入れる。ふたを閉めて強火で1分、ふたをずらし蒸気などを抜き弱火で20分加熱する。
- 6 ④が固まったことを確認したら、水の入ったバットに入れて冷ます。
- 7 ⑥を皿から外して皿に盛り、生クリーム、フルーツ、アラザンを飾る。

recipe.05  
【材料/4人前】  
餅巻…1ヶ  
全卵…1ヶ  
牛乳…175cc  
生クリーム…75cc  
グラニュー糖…35g  
チョコレート…40g  
(トッピング用)  
お好きなフルーツ…適量  
生クリーム…適量  
アラザン…適量

## チョコプリン

recipe.05



みんな大好きチョコプリン♡  
お話しさの秘訣は、蒸し器の温度と泡、お手伝いしながら楽しんでつくっちゃおう。

Try!



2歳頃からチャレンジできるお手伝いポイントつき。ママのためのアンポイントアドバイスも参考にしな。

さあ、みんなで  
Let's Cooking!



# 自慢のおせちから 厳選レシピを大公開

## 豚バラ肉のイタリアンワイン煮込み

recipe.01



ほろほろの口どけを楽しむワイン煮込み。日持ちがするので、多めに作って少しずつ楽しむのもおすすめ。

### recipe.01

【材料】  
豚バラ肉(ブロック)…300g  
赤ワイン…250cc  
みりん…125g  
バルサミコ酢…50cc  
塩…ひとつまみ  
粗びきこしょう…少々

### 【作り方】

- ①豚バラブロックを鍋に入る大きさに切り、鍋に入れる。赤ワイン、みりんを入れて火をかけて、沸かしすぎないように1時間半~2時間煮る。
- ②①を1度冷まし、豚バラを取り出す。お好みの大きさにカットする。
- ③フライパンにバルサミコ酢を入れ、少し煮詰め、そこに②を入れて味をからませる。②の煮汁を加え、塩をして全体に濃絡める。
- ④皿に盛り、粗びきこしょうをふって完成。



アル・ケッチァーノのおせちを彩る人気のレンビから、冬の食卓が華やかなになる2品を紹介。作り置きもできるので、たくさん作って味わおう。



### mama's POINT

ワインとみりんの量は2:1がベスト。豚バラ全体がかぶるくらいの量を準備しよう。



おもてなし料理にぴったり!



じゃがいもが  
やわらかくて  
おいしいよー



【下準備】アンチョビを細かく刻む。タラに塩をふる。



### 【作り方】

- ①じゃが芋を蒸して皮をむき、つぶす。
- ②タラの皮目に小袋粉をして、オリーブオイル(分量外)を熱したフライパンで焼く。



- ③①にみじん切りのアンチョビ、オリーブオイル(30cc)を入れて混ぜ合わせ、塩、こしょうで味を整える。



### recipe.02

【材料】  
タラ(1切れ80g)…2枚  
じゃが芋(大)…1個  
オリーブオイル…30cc  
アンチョビ…2本  
塩、こしょう…適量  
小袋粉…適量

- ③①を皿に盛り、上から②をのせて、全体にオリーブオイルをひと回しかけて完成。

フランスの郷土料理「ブランドード」は、塩タラと牛乳、じゃが芋を混ぜ合わせたひと品。冬の定番食材・タラの新しい味わい方を試してみよう。

## タラとじゃが芋のブランドード風

recipe.02





今年、「アル・ケッチャーノ」鶴岡本店の移転&リニューアルが話題となった奥田政行シェフ。ご自身の原点となる幼少時代のクリスマス&お正月の思い出から、紹介したレシピのポイント、そしてmamaid読者の方へのメッセージをお聞きました。

今回は、特別にクリスマス&お正月のレシピをたくさん紹介していただきました。レシピのポイントがあれば教えてください。

「簡単なごちそう」をテーマにレシピを考案しました。家庭で作る食事は、簡単においしいのが一番ですからね。クリスマスやお正月は、家族でテーブルを囲む特別な時間。お子さんと一緒に作ることでより美味しく感じると思うので、まずは簡単なものから挑戦してみてくださいね。

シェフが小さかった頃は、どんなクリスマスをお過ごししていましたか？

実家はドライブインを経営していたので、両親はいつも忙しそうに厨房に立っていたかな。クリスマスになると、煮肉、鶏の丸焼き、ケーキがどんとテーブルに並んで、それをむすむす交互に食べていたよ。まるで、ケーキがおかずみたいだったかな。

かなり喜ばれた食卓ですね(笑)。ちなみに、サンタさんはやってきましたか？

もちろん!ただ、何をもらったかはあまり覚えていないけど、一番印象的だったのは、小学4年生の頃に「クワイフルーツ」が枕元にあったこと。朝起きて初めて口にしたとき、その美味しさにもすごく感動したんだ。10歳くらいになると、腹味を美味しく感じるようになるから、サンタさんはその時期を当てていたのかもしれない。

ところで、今回はおせち料理も紹介いただきましたが、お正月はどんな料理が定番でしたか？

子どもの頃はお正月は、おせちではなくお餅が定番。三が日の間は、お餅煮と焼きもちをずっと食べていたかな。僕は庄内の湯海出身なので、「岩のり、くるみ、山椒」を一籠にたたいた調味料を、醤油ベースの汁に乗せたものが奥田家のお餅煮。昨年、アル・ケッチャーノのメニューでも提供したら大反響でした。山形は地方によってお餅煮の具材が変わるから、本当に食材が豊かな地域だと思います。

ぜひ試してみたいです!ちなみに、これからの時期にオススメしたい食材があれば教えてください。

段々と寒さが増す時期に美味しくなる「雪菜」と「豆もやし」がオススメです。どちらもいつものメニューに加えるだけで美味しさが増すので、スーパーで見かけたらぜひ手に取ってみてくださいね。

ちなみに、今はどんなクリスマスをお過ごししていますか？

みなさんの幸せな時間のために、料理人になってからずっと料理を作っています。

### 雪菜

米沢の伝統野菜。8月頃に種をまき、11月中旬〜12月上旬にかけて収穫される。雪害の中で保存することで、より成長を続けるユニークな野菜。くせがなくセロリに似た食感。生食でも食べられるが、「ふすま漬け」や「湯や汁」に入れて食べることが多い。



大根おろしとゆでた雪菜を混ぜていたく「雪おろしそば」、いつもの焼きそばの具材のひとつとして炒める「雪菜入り焼きそば」。

シェフのオススメ



### 豆もやし

11月〜3月にかけて出荷される豆もやしは、茎のシャキシャキした食感と豆の食感を同時に味わうことができる貴重な野菜。

- 豆と茎の部分を取り分ける
- スープと一緒に豆の部分だけを煮る。
- 茎部分は割手でラーメンの上に具として盛り立て完成(茎部分は余熱で火が通るのでそのままOK)

シェフのオススメ  
豆もやしラーメン

★独特の食感を味わって、いつものインスタントラーメンを、ワンランクアップさせよう!

### PROFILE 奥田政行(おくだ まさゆき)

1969年鶴岡市生まれ。2000年鶴岡市に「アル・ケッチャーノ」開業。居酒屋、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。

今年も、簡単でおいしいレシピを教えてくださいありがとうございます。最後にmamaid読者にメッセージをお願いします。

いつも僕のレシピを楽しみにしてくれてありがとうございます。そして、未来のアル・ケッチャーノのお客様を買っていただきありがとうございます。今年は、鶴岡市のお店をリニューアルし、世界に山形の食材を使った料理を発信する場所を作りました。僕の理想は、「食べもので山形を元気にすること」。アル・ケッチャーノの料理だけでなく、mamaidで紹介するレシピにも「一緒に山形を元気にしよう」という思いを込めています。海、山の恵みが味わえる地元食材の価値が高まるよう、これからもいろいろな挑戦を続けていきます。どうぞ来年もよろしくお願いします。メリークリスマス!





## ④ドイツ



ドイツにはしばらく  
帰国していないので、  
山形でクリスマスと決まりました。

クリスマスは、離れた場所に住む親せきやおじいちゃんたちも集まって家族みんなで過ごします。一番大切にしてるのは24日。リビングのいたるところにモミの木を置いて、その下にプレゼントを隠します。小さい子にはサンタさんもやってくるよ！12月6日（聖ニコラウスの日）は靴下を部屋のドアの前に置いて、翌朝お菓子がいっぱいになっている習慣もあります。大みそかまではクリスマス期間。31日は花火を上げて、新しい年の始まりをお祝いします。



ラインボル  
ゲリグさん



## ⑥タンザニア



クリスマスがカラフルな  
色合いの民族衣装を  
着ていながらMPPの  
会合になりそう。



イスラム教とキリスト教徒が半々の国ですが、宗教は関係なく国民全員で盛大にクリスマスをお祝いします。日本と違って子どもや若者が多い国なので、子どもたちはケンケンやカンガというカラフルな衣装を着て、まるでハロウィンのように盛り上げられます。25日のお昼は家族で1年を振り返り、ごちそうを食べながら来年の抱負を語り合います。ちょっと代わったところでは、市長や課長など行政のトップが各学校を回り、牛やヤギを学校にプレゼントする習慣もあります。

マディング  
パトリックさん



## ③サモア

12月になるとPrize Giving day（プライズギビングディ）と呼ばれる卒業式があるので、学校は11月中旬から1月中旬までお休みになります。子どもたちは、クリスマスに向けて家の飾り付けを手伝い、クリスマスパーティーのために歌と踊りを練習します。24日の真夜中にミサに参加したあとは、翌日の夜まで数人で歌ってダンスパーティーのような大騒ぎ。仕事も12月22日から1週間ほど休みになるので、海外に住んでいる人たちは毎国、大人から子どもまで1年で一番楽しい時間を過ごします。



斎藤  
アロイシアさん



## ⑧スイス

パパが生まれたスイスでは、ハロウィンが終わるとクリスマスシーズンがスタート。街にはクリスマスマーケットがオープンして、イルミネーションでキラキラ輝くよ。家族みんなでプレゼント交換をするから、ツリーの下は贈り物でいっぱいになるの。おしいものもたくさん食べるけど、よく食べるのは「七面鳥の丸焼き」や「フォンデュ」。ママに聞いたら、「中国の「火鍋」をアレンジしたメニューで、コンソメやブイヨのスープで、美味しい牛肉やシーフードを入れて食べるのよ」と教えてくれたよ。新年になると花火があがったり、カウントダウンパーティーがあるんだって。大きくなったら行ってみたいな。



川崎  
リンカさん



## ②ブルガリア

伝統的にクリスマス前の40日間は肉を食べない断食が行われ、イブの夜は最後の新食料（ドライフルーツや穀物）をいただきます。25日は豚肉をメインにした料理と、食卓に赤ワインを飾ります。クリスマス前の夜から翌朝にかけて「コロラリ」と呼ばれる少年たちが、民族衣装を着て歌い踊りながら町の家々を回る風習があります。また、お正月には「スババカネ」という風習もあり、子どもたちがポップコーンやドライフルーツ、カラフルな毛糸などで飾った「スルバチカ」という小枝を持って家々を回り祝福を祈ります。子どもたちはお礼にお金やお菓子をもらうので、お玉に似ているかな？



ボボフ  
ヤンゾウさん



## ①ニュージーランド

慣れた国のクリスマスは真夏。お店では、サンタがサーフィンをしてやってくるカードもたくさん販売されています。大人も子どももプレゼントを楽しみにしていて、友達とみんなでプレゼント交換をします。食事は、ロースチキンやラム肉、ビーフなどを食べたり、海でバーベキューを楽しむのが定番。もちろんケーキも食べますが、日本の生クリームたっぷりケーキと違って、フルーツとお酒が入った蒸パンのようなフルーツケーキが定番です。



ティム  
パンティングさん



しっとりとした味わいで  
とってもおいしいですよ。



## ③アメリカ

12月に入ると本物のもみの木を買ってきて、家族でツリーを飾ります。そして、冷凍のターキーを数日かけて解凍し、ディナーに向けてたくさんの料理を作ります。家族や親戚との食事を楽しめながらの食事は、とても大事な時間。プレゼントは1つではなく、ツリーの下にたくさん置かれるのがアメリカ。大人でも毎年ワクワクです。クリスマス当日は閉まっているお店が多いので、子どもたちは朝からプレゼントをあけて楽しみにします。2月からスタートする学校や仕事に向けて年末はゆっくり過ごします。



ケンブアローン  
ジェームズさん



# 仙台アンパンマン こどもミュージアム&モール

2023年1月31日まで  
イベント割を実施中!

おとなもこどもも入場料が20%OFF  
お得にミュージアムを楽しもう

12月25日(日)までクリスマスイベントを開催中の  
仙台アンパンマンこどもミュージアム&モール。

真っ赤な衣装のアンパンマンや仲間たちがクリスマスソングに合わせて踊るステージのほか、限定のお面工作、期間限定のグッズ・フードも販売中です。今なら「イベント割」のご利用で通常価格の20%OFFでチケット購入のチャンス。キラキラムードいっぱいのミュージアムで、この冬とびっきりの思い出を作ろう。

12月13日~12/25  
クリスマス期間限定  
500円  
クーポンプレゼント!

「アンパンマンとみんなでの楽しいクリスマス」では、おなじみのクリスマスソングに合わせて、親子と一緒に体を動かして遊びよう!

クリスマスバージョンが空壇



おめん

小さなお子さんでも簡単に作れるので、いい記念になるよ。

2Fミュージアム  
あかちゃんまんテラス



アンパンマンとハイタッチで仲良くなる「キャラクターグリーティング」

2Fミュージアム  
パンこじょうじのおか

## クリスマスグッズ

<p>サンタアンパンマン 450円 ドリンク飲みはいるのサイズ</p>	<p>チョココアラチ 972円 ドリンク用マフィン付</p>	<p>クリスマスケーキ 1,000円 ドリンク用マフィン付</p>
---	--	---

<p>スーベニア 250円 ドリンク用マフィン付</p>	<p>クリスマスストラップ アンパンマン 1,200円 ドリンク用マフィン付</p>
--------------------------------------	--

## DATA

【住所】  
宮城県仙台市宮城野区  
小田原山本丁1101-14  
【TEL】022-298-8855  
【営業時間】10:00~17:00  
【定休日】無

詳しくは、HPを  
チェック

<https://www.sendai-anpanman.jp/>

寒河江市

# 慈恩寺テラスの冬イベント

第1弾

慈恩寺テラスでなぞ解きやものづくりイベントに親子で参加してみよう!  
天候に左右されない屋内だから雪だつてへっちゃら!

2022年12月17日土 ~ 2023年3月5日日

雪の日は  
寺そば・寺カフェメニュー  
100円引き!  
2022年 12/10-3/31  
2023年 12/10-3/31

冬企画1  
チェリンからの挑戦状  
vol.03

慈恩寺テラス館内に隠されたチェリンからのクイズにチャレンジしよう! なぞ解きに正解したみんなには景品をプレゼント!

その場にも

- 鶴岡市にある「KIDS DOME SORAI」とのコラボ企画も予定しているよ!
- 雪が積もったら、「雪遊びエリア」も開放予定!

12/19(土) 10:00~12:00  
慈恩寺テラスにて開催!

聖誕シーズン  
キャラクター  
キッズカフェ

冬企画2  
冬のものづくりイベント

参加費 300円

アイスキャンディーソープをつくる冬ver.

期日	2022年12月24日(土)・25日(日) 2023年1月7日(土)・8日(日)
時間	①10:00~②11:00~ ③13:00~④14:00~ ※予約を完了したお申し込み、完成品も届くまでお持ち帰りいただけます。
定員	各回先着6名

雪月華うちわ  
大団圓の夜を  
楽しむちわをもつてほしい!

期日	2022年12月26日(月)・ 27日(火)・28日(水)
時間	9:00~16:00 ※予約を完了したお申し込み、完成品も届くまでお持ち帰りいただけます。
定員	各日先着15名

各回先着6名

寺そば・寺カフェ  
期間限定!  
クリスマスソフト

抹茶パウダーとカラムールな「おいり」をまじえたクリスマス限定のソフトクリームです!

12/19(土) 10:00~12:00  
慈恩寺テラスにて開催!

聖誕シーズン  
キャラクター  
キッズカフェ

慈恩寺テラス  
JIONJI TERRACE

〒990-0511  
山形県寒河江市慈恩寺1178-1  
【開館時間】9時~17時  
【休館日】毎月第2火曜日  
【TEL】0237-84-6811

慈恩寺テラスとは

2014年10月に国史跡指定となった「慈恩寺」旧境内の魅力をわかりやすく紹介する総合案内施設です。プロジェクションマッピングやシアタールームなど迫力の映像や音で紹介しています。

Instagram

まずは、  
お店の神棚を  
見せていただきました



扉原のスペースを利用して、DIYで神棚を設置。オープン時には神主さんにお祝いもお願いしました。

Q1. どんな時に神棚に手を合わせていますか？



A. オープンに神棚を設置しました。営業前、閉店後など、1日の節目に手を合わせています。お客様のごこと、従業員の安全や健康などをお祈りしています。

Q2. お店に神棚があって感じることはありますか？

A. 毎日見守られているような感じがします。まずはこの1年、無事にお店を続けられていることに感謝しています。お正月にお神札を交換して、また新たな気持ちで頑張りたいです。



スタッフの  
藤澤さん

毎日手を合わせることで、気持ちが前向きになるという神棚とお神札。その意味や考え方などを社社の神主さんに教えてもらいました。

Q. どんな種類があるの？

古くから親しまれてきた宮形の神棚から、最近ではシンプルなデザインのものやモダンな省スペースの卓上型神棚など、暮らしに自然と溶け込むような種類があります。



Q. どこに飾るの？

神棚を祀るときは、一般的に南向きか東向きにお祀りします。家族が集まる部屋の目線より高い位置に設けると、よりおまじりしやすくなります。



空間を上手に  
利用し省スペースで  
設置するのもgood.

Q. どんなお神札があるの？



日本国全体の氏神様である伊弉神宮(三重県)のお神札「神宮大麻」、地域の守り神様(氏神様)である「氏神社」のお神札、地域に限らず好きな神社を祀る「崇敬神社」のお神札があり、神宮大麻と氏神社のもの、両方をお祀りするのが全国共通です。

お伊勢様ってどんな神様？

伊勢神宮は、皇室の御祖神である天照大神をお祀りする特別な存在のお宮。昔から日本人の「心のふるまど」として親しまれています。

「大麻」ってどういう意味？

本来は「おぬさ」と読み、神様への捧げ物。お祝いの際に用いられる木綿や麻のこと。麻織なおぬさを経て捧げられる清らかなお神札を「大麻」と呼びます。今年は、全国の神社で神宮大麻の頒布が始まり150年。世代を隔えて受け継がれていた信仰の形を、これからも大事にしていきたいです。

お神札

神棚

# 今日も家族のクアアリガトウ 暮らしに寄り添う 神棚とお神札



もうすぐ迎える新年。家族で初詣を計画している方も多いですね。お祈りがぐっと身近になるこの機会に、**神棚やお神札のことをもっと知ってみませんか？**今回は、12月にオープン1周年を迎えた**山形市七日町の「韓国酒場チャーン」**におじやまし、神棚をお祀りしている様子をのぞいてきました。

教えてくれたのは...



伊勢神社 神主  
澤村 剛太

神棚にお祀りしている皆さまは、お店でも家庭でも、まず第一に日々の生活の「ありがとう」の気持ちを伝えましょう。感謝の後にお願いをする方が皆さまも聞いてくれるかも。県内の各神社では皆様をお迎えにするにあたり、感染防止対策を徹底して行っております。安心してご参拝、ご祈禱にいらしてください。

神棚を置いてみませんか？

神社庁山形支部では、自宅に神棚がない方に伊勢神宮で作った神棚を無料で提供しているんです。数に限りががあるので、お早目にお問い合わせください。



お問い合わせ

神社庁山形支部  
山形市東区1-1-55 伊勢神社内

023-624-1550



神社庁山形支部Instagram

神社が身近に感じられる瞬間を体験しているよ！フォローしてね！

神社庁 HP

山形県神社庁 HP





# あさ ママの一日

県外から100年以上続く温泉旅館へ嫁ぎ、2022年に10代目女将に就任。3人の子育てをしながら旅館を切り盛りし、子連れに優しい宿づくりに勤むママを紹介します。



**あおい 愛恵さん**  
 埼玉県出身。高校卒業後、英語を学ぶために大分県の大学へ進学。卒業後、リゾート会社へ就職。結婚を機に山形へ。現在は、「湯田川温泉 つかさや旅館」の女将として旅館業に携わりながら、インスタにて庄内の魅力を発信中。鶴岡市在住。  
 [本人]37歳(夫)43歳 [長女]花乃(はなの)ちゃん 11歳  
 [次女]菜菜乃(ななの)ちゃん9歳 [長男]悠太郎(ゆうたろう)くん6歳

## Time Schedule

起床、朝食準備	5:30	<b>今日も元気にいってらっしゃい</b>
起床、朝食、登校準備	7:00	
息子起床、朝食、登園準備	8:00	
息子を保育園に送る	9:00	送迎中は、大事なおしゃべりタイム。
厨房で仕込み作業 (子どもたちの夕食準備)	11:00	
館内掃除、チェックイン準備	13:00	
お出迎え	15:00	
保育園へお迎え	16:00	
お客様への夕食準備	17:00	
夕食の配膳	18:00	
子どもたちの夕食	19:30	
長女と入浴	21:00	
寝かしつけ、SNSチェック	22:30	
就寝	23:00	



キッズスペースも心を込めて入浴に準備します。



お客様を迎え、ここから一気に忙しくなります。



ひとつひとつ心を込めて作る夕食。伝統を継ぎます。

## 慣れない土地で不安を乗り越え 看板女将へ



孤独な思いを感じていたそう。そんな心細い日々を支えてくれたのは、当時女将だった義母。「とても優しく受け入れてくれて、今でも変わらず応援してくれまう」と振り返ります。若女将として奮闘を続け、今では地域にすっかり溶け込めたかな?と笑う愛恵ママ。「会えばお互いのことを気に掛けあう土壌。酒もりが感じられる距離感がとても心地いいと思っています。この街のよさを多くの人に伝えていきたいです」

英語教師だった祖父の影響で、語学に興味を持った愛恵ママ。高校卒業後、留学生が多く通う大学へ進学しました。海外へ行く機会も増えたことで接客業への関心も高まり、英語を活かせる総合リゾート会社へ就職。そこで職場の先輩だったパパと出会い結婚。歴史ある温泉旅館へ嫁ぎました。  
 初めての東北。寒さは苦手なうえ、方言もわからず、初めは

## 自身も子育て真っ最中 だからこそ大事にしたいこと



経験しました。そこで、館内にキッズスペースを設置。ワイワイと賑やかな気分で過ごせるように工夫を重ねています。SNSでは自身の子育てでも積極的に発信。宿泊するママたちへ「気を使わずにぎなくていいよ」というメッセージも伝えています。おらかな雰囲気のおかげか、3人の子どもたちとお客様の子どももが一緒になって遊ぶことも多いそう。「今の生活を充実させながら、これからも自分達らしい週末を過ごす宿づくりを目指していきます」

3人の子育てをしながらの女将業。目まぐるしい毎日ですが、「自宅も一箱ながら、従業員みんなのおかげですくすく育てています」と感謝の気持ちをお口にします。最近では、旅館としては珍しい定休日を導入。今しかない子どもたちの時間も大事にしたい。長女がまだ小さかった頃、抱っこをしたまま旅館に苦情が入り、子連れで接客を利用する側の気持ちを慮感する出来事も

## ママ技

### たらの子づけ

「東北は食のレベルが高くて本当にびっくりした」と話す愛恵ママ。今、夏強強しているという郷土料理の中から、愛らしいひと品をご紹介します。



(材料)  
 たらの子…70g  
 糸こんにゃく…1袋  
 にんじん…50g  
 塩…少々  
 しょうゆ…大さじ1  
 酒、砂糖…各小さじ1

(作り方)  
 ①にんじんを千切りにする。糸こんにゃくも同じ長さに切る。  
 ②鍋を火にかけて①を柔らかくなるまでゆゆし、調味料を全て加える。  
 ③②にたらの子を手くしながら入れて炒める。  
 ※糸こんにゃくから水分が出てくるので油は入れなくてもOK  
 ※調味料はお好みで調整してください。

### 【後記】

ひとり時間は何しているの?と尋ねると、「一人になって、ついでに子どもとお客様のことばかり考えて、」と苦笑い。「おかげで、ママあるあるですよね。いかに私子どもたちを連れてお泊りに行きたいの。」

キッチンカーがやってきたり、季節を感じるイベントを不定期に開催。誰もがふらっと立ち寄れる、そんな場所を目指します。



秋にはハロウィンイベントを開催。

# 人と街がつながり集う、 つながりテラス

天童市芳賀タウン北にオープンした“つながりテラス”。芝生エリアを囲むように、子育て支援センター、パン屋、たこやき屋の3つの施設が並びます。ワクワクが生まれる新スポットへ、家族でお出かけしてみよう。



## 支援センター

木の温もりあふれるナチュラルな室内。天気の良い日には窓から太陽の光がたつぷりと差し込み、陽だまりにつつまれながらのびのびと遊ぶことができます。



手作りおもちゃがいっぱいの室内。手の届くところに用意しているから、子どもたちも自然と興味をもちはじめます。

これで  
あそんでみよう！



みんなでよいどん！



寒くたってへっちゃら。テラスで季節を感じよう。



ゆったりとした絵本スペース。新しい本に出会えるのも支援センターならではの楽しみ。



経験豊富な保育士さんがそっと見守りながら、子育ての楽しみ、大変さをママ達と共感します。



お子様の様子に合わせて無理のない範囲で活動し、1人ひとりに寄り添った保育を行っています。

## EVENT

### 今後のイベント予定

- ★ 楽しくつろう！の会 (月2回 月曜日 10:30~)
- ★ 読み聞かせ会 (月2回 火曜日 10:30~)
- ★ おんがくあそび (月2回 木曜日 10:30~)
- ★ ママのおしゃべりサロン (月2回 金曜日 10:30~11:00)
- ★ プレママDAY (月1回 金曜日 10:30~)
- ★ 集まれ！赤ちゃん会 (月1回 金曜日 10:30~)  
※3月~5月の赤ちゃん会は11月、6月~8月の赤ちゃん会は2月、9月~11月の赤ちゃんは3月に参加ください
- ★ お誕生日会 (毎月最終火曜日)

※事前申込が必要なイベントもございます。  
※ご不明な点は来所またはTELにてお問い合わせください。

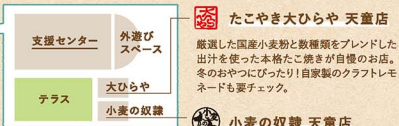
### 支援センターつながりのスタッフのみなさん

季節や行事に  
ちなんだ  
イベントがいっぱい！



お子さんはもちろん  
おうちの方向の  
リフレッシュにも  
オススメです

最新のイベント情報、一時保育のご予約は  
LINE公式アカウントをチェック



## 子育て支援センター つながり

天童市芳賀タウン北5丁目12-8 TEL.023-664-2271 (平日9:00~16:00)



### 小麦の奴隷 天童店

見た目もネーミングも思わず2度見しちゃうメニューが満載のパン屋さん。看板メニューの「ザックザクカレーパン」はもう食べた？



# 親子連れ de ランチ



KIITOS VILLAGE  
~Café&Restaurant~

キートスピレッジ  
カフェ&レストラン

人気焼肉店がプロデュース 本格ランチが味わえるおしゃれ空間

蔵王大鳥居すぐ隣のキートスピレッジ。山形市内で焼肉店を展開するKAKIグループが、空き家だった店舗をリノベーション。木の温もりあふれるおしゃれな空間に生まれ変わりました。山形牛や米沢牛を使用したこだわりのランチメニューが手頃な価格で味わえるほか、こだわりの珈琲や濃厚ソフトクリームなども充実しているので、ドライブついでにぴったり！まっ白な雪景を眺めながら、薪ストーブの温かさが心地よい空間で、焼肉店こだわりのランチを味わってみませんか？併設の雑貨屋もチェック！

TODAY'S LUNCH MENU  
ガーリックバターソースがけハンバーグ (1,580円)  
※ライス (大中小からお選びください) サラダ、お味噌汁付



新鮮な生肉を使用し、ひとつひとつ丁寧に仕上げた200gの厚切ハンバーグ。生たまごが無料サービスで、カスタムし楽しむのもいい。次々に善い感じよう。

♪ 店内には、キッズにはうれしいティビントも♪ 市内でできる特等席だよ。冒険気分がランチタイムを楽しもう。



## キッズセット(650円)

150gのハンバーグと優しい甘さのケチャップライスがついたキッズセット。もちろんお味はお客様付き。じゅわっと肉汁あふれるハンバーグでお腹いっぱいになっちゃおう。



■ KIITOS VILLAGE ~Café&Restaurant~

【住】山形市蔵王大鳥居046-1  
☎023-576-5829 【営】11:00~14:00 (L.O.13:30)

【休】木曜、第2・4水曜



Present 好きなハンバーグランチ 5名様



Book&Cafe moca

ブックアンドカフェ モカ

何度でも読み返したい!絵本の世界が広がるブックカフェ

童話の世界に登場するような赤い鼻が印象的な「Book&Cafe moca」。店内には福音館書店発行の絵本を中心に、県内在住の絵本作家さんの作品や幅広いジャンルの書籍、マンガ本が並びます。パスタやホットサンド、カフェなどお腹を満たすフードメニューや、手作りスイーツ、神戸御影ダングルのバターブレンドコーヒーなども楽しめるので、お気に入りの一冊を読みながら穏やかな時間が過ごせます。あの頃何度も読み返した思い出の絵本、昔から読み継がれている名作を探しに訪れてみませんか？



TODAY'S LUNCH MENU  
シーフードピラフセット (850円)  
※ドリンクセットは+200円

ふりっとしたエビの旨みとバターが風味が食欲を刺激する人気のライスメニュー。季節のスープやサラダもついて大満足。その日のおすすめはお店の看板をチェックしてね。



◀ 絵本の他に、雑貨なども置いてあるので探り出し物が見つかるかも。展示されている品は5・10offで販売。音楽会や絵本紙芝居などのイベントも開催しています。

## お子さまランチ(550円)

※チョコソースorブルーベリーソースから選べます  
ふわりワッフルがたっぷりブレンド。カレー、スパゲティから選べるメニューもあるので、その日の気分でお好きなランチを楽しみましょう。



■ Book&Cafe moca

【住】鶴岡市福生1-18-18 ☎0235-41-0622  
【営】11:00~18:00 (金土曜日は11:00~20:00)

【休】月曜



Present ミニパフェ 5名様

Topic of the month!

VOL. 27

# ママBuzz

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“Buzzってる”あなたの街の情報をmamai編集室が徹底取材!

## 自分で作ればもっとおいしい!

### お店 de ピザづくり



使用する道具は、実業厨房で使用しているモノ。ちよっぴり大人になった気分だね。



うーっ! ばんのおやつたくなあな



わたしのピザが、できるよ!

いつもよりモリモリ食べよう!

アツツンのおいしさ豊富なバリエーションが人気のドミノ・ピザで、2年ぶりにピザづくり体験が再開! 店内で働く熟練のドミノクルーの手はききを受けながら、世界で一つだけのオリジナルピザが作れます。

しっかりと手を洗ってエプロンを身につけたら、いざ厨房へ! Let's go. 簡単そうに見える作業の中にもたくさんの工程があり、子どもたちの表情はいつの間にか真剣そのもの。40種類以上あるトッピングの中から好きな具材をチョイスできるの、苦手な野菜も美味しく食べれちゃうかも。

完成したピザは、店内(イトインスペースのある店舗のみ)またはお持ち帰り味わえるのもうれしいポイント。参加するにはポテトフライがいつでも無料になる認定証がもらえるよ。お友達も同士で参加して、おしくって楽しい思い出を作ってみよう。

#### DATA.

ドミノ・ピザ

店舗/山形柿町店、山形南橋店、米沢金池5丁目店、酒田山成町店  
営業/11:00~23:00 各店舗  
※休日の中心は各店舗へ直接お問い合わせください

※お問い合わせの件は 03-6340-0001 info@mamaimai.net  
mamai編集部より上げたい! 旬の情報をお届けさせていただきます! あなたの街のチカラ、編集部が徹底取材させていただきます!



## Dr+ 特別版!

Vol.4

Presented by T'sデンタルオフィス

# 放置はリスクあり! 子どもの口呼吸

歯並び悪化につながることもあります。

### なぜ1 口呼吸はどうしてなるの?

口呼吸は、鼻咽喉疾患が原因でおこるものと習慣が原因でおこるもの2種類があります。



習慣(口腔習癖) 鼻咽喉疾患

### なぜ2 どうして口呼吸で歯並びが悪くなるの?

成長期に口で呼吸する習慣がついてしまうと鼻腔(鼻の空気が通る通路)は成長が足らない状態に。上あごと鼻腔はつながっているため、これが上あごの歯列にも影響します。上あごの歯列が狭いと結果として上顎前突(出っ歯)などの不正咬合の原因にもなります。

## 口呼吸



### 直すには、どうすれば?

口呼吸を改善するためには、原因別で大きく2つの方法があります。

鼻咽喉疾患:耳鼻科を受診し、治療を行きましょう。

習慣(口腔習癖):お口の癖が改善できる歯科医院を受診する。

お口の癖が改善できる歯科医院を探そう



### 当院おすすめの治療

① マウスピース型矯正装置の治療  
「アプレオン」と呼ばれるマウスピース型の矯正装置を使用することで、子供の歯並びが悪くなる原因をアプロードします。



マウスピース型矯正装置 アプレオン

② MFTによる小児歯並び改善治療  
MFT(口腔筋機能療法)とは、舌・唇・頬などの口腔周囲筋の機能を改善するトレーニング法です。①と併せて、MFTを行うことで口腔周囲筋の正しい使い方の習慣化につながります。

費用はできるだけ小さく



詳しくmamaimaiを見たとき問い合わせください。

※治療費:385,000円(税込) ※初診のみ初診料となります。※別途費用がかかる場合もあります。予めご了承下さい。

お口閉じようねって書ってるのに、口が空いてしまいます。口呼吸になってしまっていて、心配……



野口 世世子先生 渡邊 ゆかり先生

今回教えてくれた ~T'sデンタルオフィスのこと~

T'S DENTAL OFFICE  
023-674-8390

山形市峰崎2-13-18 診療時間/8:30~17:00  
休診日/日・祝・年末年始・お盆  
※小児歯科・矯正歯科は一部診療時間が異なります。詳しくはお問い合わせ下さい。

タケヤデンタルクリニック  
023-681-4182

山形市峰崎4-2-33(キョーエックビル)  
診療時間/8:30~17:00  
休診日/日・祝・年末年始・お盆

子ども歯並び改善はコチラ





アドバイスいただいたのは…

佐藤病院検査科

公認心理師 / 臨床心理士  
寒河江 亜衣子さん



■ 南陽市栢塚948-1  
■ TEL:0238-40-3170  
※当院は予約制です。  
電話にて予約の上、お越しください。

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わ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。

親子で話そう！  
SNSとの  
付き合い方



## 1 SNSが当たり前の時代だからこそ

小学校でタブレット授業がスタートし、SNSは「してはいけない」という存在から「適切な使い方を学ぶ」時代へと変わってきています。子育てをするうえで、切り離せなくなったSNS。早い時期から上手な付き合い方を家族で話し合っていきます。

オンラインゲームや動画視聴をする際、おそらくほとんどのご家庭で「〇分までならOK」や「〇〇をがんばったら見てもいい」などを決めると思います。ルールづくりで大切なことは2つ。1つ目は子どもの性格、年齢にあった実現可能なルールづくりをしましょう。もう1つは、主導権を必ず親が持つことです。例えば、約束の時間を過ぎて「もっと見たい」とぐずってしまった場合どうしますか？「早く泣きやんで欲しいから」とその都度ルールを変えてしまったら、約束を維持することができません。ルールには、子どもの態度に流されない忍耐力も不可欠なのです。

## 2 10代特有の脳の発達を知ろう

脳の基本的な発達は20歳頃まで続きますが、自己コントロールに重要な前頭葉は最後の方に整備されます。学童期中盤までは比較的情緒が安定しているものの、10歳を過ぎると不安定になってきます。「情緒が不安定なのに自己コントロールが未熟」これが10代の脳の基本。つまりこの時期こそ、依存リスクが高くなるのです。

また、2-3歳、そして10代は、脳が大きく発達する時期。光や音、ブルーライトの強い刺激は、脳の過剰な刺激となるため、健康上の問題も心配です。お酒やたばこや「身体に悪いことをさせている」という感覚が抱きにくいスマホ。教育、しつけの問題だけではなく、健康管理上のリスクがあることも知っておきましょう。

ゲーム依存になってしまうと…

- ・眠、起きることができない
- ・生活リズムが乱れる
- ・日常の活動よりもゲームを優先してしまう
- ・学校や仕事に行けなくなる

## 3 「叱る/叱らない」ではなく、「葛藤の経験値」を

最近、自己肯定感という言葉が広まり、子どもの姿をあるがままに受け入れようとする親御さんも増えていきます。子どもたちは自分のやりたいことを「あれが欲しい」「これがしたい」と泣いたり、ぐずったりして、親に訴えます。最初は「ダメ」と言っていても、段々と親われた通りにしてしまうことはありませんか？

このような経験を積み重ねると、親を困らせたら結果的に自分の欲求が通ると学んでしまいます。かんしゃくを起こしやすいお子さんは、まだ小さな葛藤を自分で処理する練習(葛藤の経験値)が少ないだけかもしれません。自己肯定感を高めるために「褒める」「叱らない」ことも大切ですが、叱らないことで本人の自立を妨げているかを確認してみましょう。くつをぬく、服を着るなど1人でできることが増えると、自然と肯定感も高まります。叱らないことで、それが本人の自立を妨げるようになっていないか、改めて確認しましょう。

## 4 大人が毅然とした態度で

少し大きくなると「ママだってスマホを見てばかり!」と言いつつ返してることがあるかもしれません。しかし、親は自分のすべきことを放り出して使用しているのだけならば、同じ土俵で言い争わないことが賢明です。ただし、授乳をしながらのスマホ使用には注意が必要です。まだ話すことができない赤ちゃんですが、目を合わせることでコミュニケーションを楽しんでいます。抱っこをする時は、できるだけ目と目を合わせ赤ちゃんからの視線を受け取ってあげましょう。

また最近、「おじいちゃんの家だとゲームし放題」「パパが早く帰ってきたときはテレビ見放題」のようにせつかくの決めごとが守れない状況になることも多いようです。ルールは「守った方が得」になることを覚えた方が、その後の成長にもいい影響を及ぼします。家族で共通のルールを確認しあい、祖父母にも協力を得るようにしていきましょう。



School 富岡本店 トミオカ音楽センター

## 2023春開講! ヤマハの教室入会予約開始!

### 音楽教室&英語教室 無料体験レッスン

山形・天童・河北町のヤマハの教室では、2023年春スタートのクラスの入会予約を開始しました。年少・年中・年長さんをはじめ、小学生クラス、また1歳〜2歳児対象のクラスも大募集中! 無料体験レッスンを予約受付中です。お子様とっしょに楽しくためになるひととき。お気軽に教室へおいでください。各会場、先着順の定員になりますので、お早めのご予約をおすすめします。習い事を始めるならヤマハが第一! 入会可能クラス、体験レッスンの日程は随時お知らせします。最新の状況はHP(右QR)からご確認ください。



お申込みは富岡本店HPからどうぞ

http://www.tomioka.co.jp/  
お電話023-641-0644でもOKです  
★今なら入会金50%OFF!  
(5,500円>>2,750円)1月末まで限定!

HPはコチラ▼



富岡本店 トミオカ音楽センター 住山形市七日町2-18  
TEL.023-641-0644 営.10:30~18:30 休.火曜

School ジェイムズ英会話

## 12月24日までの特別特典

### Xmasキャンペーン実施中!

新年度を前に英語を始めるお子さんが増えています! 学年が上がる前に、小学校に入る前に、ジェイムズ英会話と一緒に英語の基礎を先取り学習しましょう! 楽しい歌やカードゲームを通して自然な発音とリスニングも身につけますよ。12月24日までの特別クリスマスキャンペーン実施中! ぜひ無料体験にお越しください。



- 入金無料(通常11,000円)
- 初月授業料がか月お得!
- ご家族やお友達のご紹介でさらに2,200円OFFさらに! 無料体験から1週間以内のご入会で2,200円OFF

### ☆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
- 【米沢校】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のクラスなど、レベル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 天童校:天童市東本町1-15-22 米沢校:米沢市門前町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・月曜  
www.james.co.jp/jwworld/ ジェイムズ キッズ 検索

LIFE 山形トヨタ自動車

## 人気WEBサイト「ちょっとよしみ山形トヨタ」

### Instagramでも役立つ情報配信中。フォロワー様募集中です!

「山形トヨタ自動車」が主催する、子育て世代のママさんを応援するためのWEBサイト「ちょっとよしみ山形トヨタ」イベント情報や、お子さまと一緒に楽しめる山形のおすすめグルメスポットやお店情報、おでかけ情報、クルマの困ったを解決するより情報など楽しく役に立つ充実した内容です。さらに、Instagramでもはホームページで紹介しきれない「かわいい!」ところや手がごびり情報や女性の目線から配信しています。ぜひ下のQRコードからご覧ください。そして登録をお願いします。また、LINE公式アカウントでもお得なクーポン情報を配信中です。



#### 「ちょっとよしみ山形トヨタ」コンテンツ

- 車をもっと便利に「クルマのトリセツ」
- 休日一早「山形県名店セレクション」
- お子様と一緒に「絵本図書館」
- イベントで楽しく「イベント情報」
- 自宅で楽しく「自宅でワークショップ」
- 家事を楽しく「家事のMIKATA」
- お得で便利な「キャンペーン情報」
- シミュレーションで車探し「おくるま探し隊」
- 「山形県イベントマップ」
- ぬりえ素材を無料ダウンロード「ぬりえコーナー」



山形トヨタ自動車 住山形市南一番町11-16  
https://tj.jp/yorimichi/

ちょっとよしみ山形トヨタ 検索

NewShop mana

## 今日はどれにする? ママとキッズにやさしいクレープ屋さん

### グリーン×オレンジが目印のキッチンカーで ご褒美スイーツ

キートなカラリングが印象的な「mana」。山形、天童、寒河江を中心にクレープの移動販売を行っています。保育施設で給食を作った経験もある店主の阿部さん。「小さなお子さんも満足できるクレープを」と、メニューは全てキッズサイズに変更できる限り「サービスも生クリームの良い匂いが口いっぱい広がるスイーツ系から、ランチにもぴったりなお食事系まで、食べ歩き気分が併せて楽しんで。おススメは、自家製の手サダキンをたっぷり使った「スイートリザキン」販売場所は、インスタで随時更新中。チェックしてから訪れてね。



mana 出店場所:テリヤランドさえ、びっくり市各店舗  
営.10:00~16:00 TEL.080-9018-1243 休.不定休



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

Kindergarten バイリンガル保育園

山形県唯一、英語8割で行う保育園

普通の園生活で英語に触れ、英語を自然に身につけられます！

9年前に山形で開設されたバイリンガル学園  
マイ Kindergarten では、英語で日常保育を行  
っています。英語と日本語の比率は8:2。クラス  
には外国人担任と日本人担任が常時し、担任2人  
制をとっています。現在約60名の子ども達が山  
形市内内外の園に通っており、幼少期の大事なが  
りに生活使えるtool(道具)を子どもたちに教え  
ています。それは、1.第二言語としての英語 2.自  
分を大切にすること 3.相手思いやり、共感する  
こと 4.自分を表現する力です。多様な世の中で、  
自分を失わずに、人と共感できることを養うこと  
がこれから未来に羽ばたく子どもたちにとって  
大切なことです。山形県唯一のバイリンガル保育  
園で多様性に触れ、さまざまな感情を抱き、それ  
を肯定してもらいながら、特別な英語をお子さん  
にさせてみてはいかがですか？



見学・説明会のご案内

- 1月12日(木)
  - 1月19日(木)
- 子どもたちが園でどのように英語8割日本語2割  
の生活をしているのかをご覧くださいませ。  
両日は9:30~11:30、要予約です。



紹介動画▼

バイリンガル学園マイ Kindergarten 住:山形市青田2-12-34  
TEL.023-687-1351 myeigokinder.com

School マイ英語スクール

小学生クラス説明会&体験レッスン受付開始！

各回定員8名です。お早めにお申し込みください！

県内7校、兵庫県に3校稼働しているマイ英語ス  
クール。今年も説明会の季節がやってきました！  
1,000人を超える生徒数、質の高いレッスンを提供  
しています。英語教育の専門知識を持ち、資格を持  
った講師たちが学習効果のあるアクティビ  
ティを通して丁寧に指導します。クラスは完全レベ  
ル別であり安心して通っていただけます。スクールのこ  
とや英語教育について分からないことは、どうぞお  
気軽にお尋ねください！4月から英語を習いたいとい  
う小学生の皆さん、ぜひお気軽に実際のレッス  
ン体験してみてください。お問合せはメール、または  
お電話にて。お問合せお待ちしております！



自信があるからこそ！  
6ヶ月保証  
ご購入だけ1ヶ月以内  
に退金を決定された場合、  
全授業料返金いたします！

説明会&体験レッスン日時(お電話・メールにてお申込みください。)

山形(内陸)	1/29(日) 15:00	2/26(日) 10:30	3/26(日) 15:00
● 南形校	1/22(日) 10:30	2/26(日) 15:00	3/19(日) 10:30
● 北山形校	1/22(日) 15:00	2/19(日) 10:30	3/26(日) 10:30
● 天童校	1/22(日) 15:00	2/19(日) 10:30	3/26(日) 10:30
● 東根校	1/29(日) 10:30	2/19(日) 15:00	3/19(日) 15:00
庄内・新庄			
● 酒田	1/29(日) 10:30	2/19(日) 15:00	3/26(日) 15:00
● 鶴岡校	1/29(日) 15:00	2/19(日) 10:30	3/26(日) 10:30
● 新庄校	1/22(日) 15:00		3/5(日) 15:00



マイスクール 体験券

マイ英語スクール有限公司 <http://myeigo.com> TEL.0120-43-6944  
受付時間:月~金 14:00~21:00、土10:00~17:00 休:日、月、祝日  
山形地区:東根校、南山形校、北山形校、天童校、新庄校、鶴岡校、酒田校

Recruitment 山形ロイヤル病院

山形ロイヤル病院、スタッフ募集中!!(病院経験不要)

地域に信頼される慢性期療養を目指しています

山形ロイヤル病院は、継続的な治療  
が必要な方への長期入院や、在宅復  
帰を目指す方へのリハビリテーション  
を提供する慢性期療養院です。  
当院は、現在看護師スタッフを募集  
しております。病院未経験の方やブ  
ラックがある方でも安心して働くこ  
ができる環境を整えています。院内託  
所や職員寮、プランクのある方に向  
けた復職支援などを準備しております  
ので、お気軽にお問い合わせください。

山形ロイヤル病院  
スタッフ  
募集!  
保育室あり  
診療室あり  
OK!

看護士  
准看護師

お気軽にお問い合わせください！  
TEL 0237-43-8080

募集職種 ①看護師 ②准看護師

- 給与
- ①月給221,700円~276,200円
  - ②月給228,000円~244,200円



- 院内託児所あり。職員寮あり(単身・母子・父子)
  - 子育てのための夜勤免除や短時間勤務などもご相談いただけます。(規定有り)
  - 病院見学会やインターンシップ、復職支援研修を随時受け付けております。
- お気軽にご連絡ください。

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

NewShop Personal Yoga Kulams

ママの暮らしに根付くヨガをご提案します

呼吸を整えて 自分らしい毎日を過ごしてみませんか？

山形市風間オープンした「Personal  
Yoga Kulams」長年ヨガインストラクター  
として活躍する室岡さんが、1人ひとりに寄  
り添ったヨガを丁寧に教えています。  
自身も2児のママ。「子育てをしながら、自分  
のことはいつか後回し。呼吸を整えることすら忘  
れてしまいがちなママたちに、レッスンを通  
って自分自身を取り戻すヒントを届けたい  
と、自宅でも無理なく続けられるプログ  
ラムを提案。懐かしい日々の中で数分だ  
けでもトライできる「自分のためのヨガ」を  
はじめてみませんか？まずはお気軽にお問  
合せ下さい。



Personal Yoga Kulams メニュー

- 1レッスン90分...7,500円
- 月2回コース(4回券)...28,000円
- ※その他、月3回以上通われる方向けのお得な  
フリーチケットもご用意です。
- 「mamaido」より、初回カウンセリング無料の各チケット  
500円OFF。ご予約時にぜひお選びください。



Personal Yoga Kulams 住:山形市風間67-3 営:9:00~15:00 休:土、日曜、祝日  
※レッスンは完全予約制。ご予約・お問合せはHPより

# 子育てmamaのお家づくりガイド

間取りから  
考える  
2022年冬編

マイホームを考える、家族みんなの幸せな時間。「いつか…」をより具体的にイメージしたら、新しい暮らしにきっとわくわくしますね。この特集では、ママのこだわりを形にしてくれる住宅メーカー、地元工務店を紹介しています。

今回ご紹介するのは以下の4社！ ※あいうえお順です



AXIS HOME



桜井建設 桜井建設

TamaHome

タマホーム



ハート・コーポレーション

## お家づくりちよこっとコラム

～ 間取り図って何？～



家の間取り図は家の向きや部屋の広さ、窓や扉の位置などを示した平面図のことです。どの方向にどんな部屋があるか、収納スペースはどのくらいかなど、家の基本的な情報を知ることができます。例えば、同じ3LDKの物件でも、居室3つがどのように配置されているかなどを把握できるため、生活動線をチェックすることも可能です。

### check!

①は玄関の扉です。  
外開きの親子扉であることや、玄関が南向きであることを読み取ることができます。



### check!

③は玄関につながる通路とリビングルームを分ける開き戸タイプの室内扉です。扉を閉めて換気することも、扉を開けて玄関から丸見えにならないようにすることもできます。

### check!

②は物件の方向を示しています。部屋の日当たり具合を確認するための重要な記号といえるでしょう。Nは北を指すため、玄関が南向き、バルコニーが南向きの物件であると読み取ることができます。



### check!

④はクローゼットです。主寝室にあるクローゼットで、扉は2枚折戸タイプであるとわかります。

## 間取り図を見るときポイント



自分はどう過ごしたいか、どのような環境を望むのかによって間取り図の見べきポイントは変わってきます。今回は子育てしやすい環境にしたい場合のポイントを解説します。

point 01

### 料理中の視界

料理をしながら子供の様子を見るためには、目線がリビングに向く対面式キッチンが最適です。しかし対面式であっても壁や柱などの障害物がある場合、死角ができてしまうこともあります。定期などを使って、料理中どこまで視界に入りやすいか確認しておくとも良いかもしれません。

point 02

### 収納

子供が成長するにつれ、おもちゃや洋服などの物が増えていくため、収納力を見るのも大切です。もとどウォークインクローゼットやサードルームなどの収納スペースがあればそれなりに物を置くことはできます。

今までなんとなくで間取り図を見てきた方も、ぜひ住んだ後の生活をより具体的に想像するための情報として活用してみてください。しかし、間取り図だけではどうしてもわからない情報があるのも事実です。今後の生活をよりリアルに想像するためには、見学会などのイベントに実際に足を運んで現地を見てみるに越したことはありません。





子育て世代にうれしい環境  
家事動線、開放感のあるおうち！

東横市神町西4建売

玄関収納にはお子様の外遊び用のおもちゃ等も収納可能。



1F



2F



家族の洋服や様々なものを整理できる、大容量収納。



「東横市神町西」利便性の高いローションに誕生！家賃並み月々5万円台から頑強基礎・構造・設備のハイスペック仕様をぜひご覧ください。

この物件のポイント！

- オール電化住宅
- ツルハドラック神町西店徒歩約5分
- 神町小徒歩約12分
- ヨークベニマル神町店徒歩約7分
- あおぞら子ども園徒歩約5分

山形市松原・蔵王成沢・天童市高木・  
天童市仲町に戸建分譲販売中！

建売&売土地 infomation

東横市 神町西4丁目 | 201.33㎡~201.38㎡ | 2,580万円

暮らしを豊かにする充実設備！車庫2台分！ 神町小・神町中学区

- 地目/宅地 ■ 総棟数/8棟(販売棟数7棟) ■ 建ぺい率/60% ■ 容積率200% ■ 交通/JR 奥羽本線「神町」駅 徒歩約14分 ■ 接道/東側6m公道 ■ 私道負担/無し ■ 建物構造/木造
- 補給工法/2階埋 ■ 建築確認番号/高東本21-09239号他 ■ 入居時期/要相談 ■ 備考/水浸/公営上下水道、電灯・東北電力 (売主)

神町西	敷地面積	延床面積	間取り	価格
2号棟	201.38㎡(60.91坪)	119.23㎡(36.06坪)	4LDK	2,580万円
3号棟	201.33㎡(60.90坪)	115.09㎡(34.81坪)	4LDK+S	2,580万円
4号棟	201.29㎡(60.89坪)	115.51㎡(34.94坪)	5LDK	2,580万円

●建築業許可・国土交通大臣許可(特-30)第1913号(特-30)第1301号 ●宅地建物取引業/国土交通大臣(4)第8657号 ●公益社団法人山形県宅地建物取引業協会会員

タマホーム株式会社 山形営業所

タマホーム株式会社 天童店

TamaHome

☎/0120-926-786  
住/山形市城南3-7-13  
営/9:00~20:00 休/水曜



☎/0120-989-599  
住/天童市芳賀タウン北5-14-3  
営/9:00~20:00 休/水曜



暮らしごっこデザイン×高品質構造×  
満足感を高めるハイスペック設備の家

桜田西B棟OPEN HOUSE

1F

モダンテイストの  
豊スペースは  
キッチンからもよ  
く見えます。



物干し付き広々ランド  
リースペース。洗濯物  
も楽々。



スマホ1つで外出  
先からお風呂入り、お  
部屋のあったかめなど  
ができるIoT物件。



AXIS HOME

シンプルモダンで自分らしく暮らせる住まいを提案します。

2棟同時に見学できるOPEN HOUSE

山形市 桜田西 152.13㎡  
188.15㎡ 2,820万円~3,020万円

2区画販売中!

桜田小・蔵王第一中学校区

- 所在地/山形市桜田西3丁目1-11(地番)A棟 B棟 ■用途地域/第二種低層住居 ■都市計  
画/市街化区域 ■建ぺ率/82% ■建ぺ率/150% ■交通/山交バス ニッポン橋徒歩約10分
- 接道/公道3.5m幅員6m ■学区/山形市立桜田小学校/山形市立蔵王第一中学校 ■構造/木  
造2階建 ■築年数/令和4年5月完成 ■引渡し/仮相談 ■障除券番号/A棟 第R03ASC-00738  
号 B棟 第R03ASC-00720号 ■備考/道路部分共有持ち分3分の1有

桜田西	敷地面積	延床面積	間取り	価格
A棟	152.13㎡ (46.01坪)	96.06㎡ (29.05坪)	3LDK	2,820万円
B棟	188.15㎡ (56.91坪)	106.00㎡ (32.06坪)	4LDK	3,020万円

※写真はイメージです



新山形ホームテック株式会社  
AXIS HOME事業部

023-673-9280  
住/山形市西田2-2-2 営/10:00~17:30



モデルハウス見学をする前に、  
「こんな家にしたい!」を決めておく事が大切

プラン例

1F



玄関からすぐに手  
洗い、浴室に行くこ  
とができる導線。



原ながら真ん中が招  
待できるキッチンの  
位置。

2F



高い収納力で衣類は  
もちろん、お子様の  
物まで整理しやすい。



ハート・  
コーポレーション

家づくりの順序

この順序を守ると、家づくりがスムーズに進みます。

- 【まずは自分達の考えをまとめる】
- ①間取りを考える  
(広さ・耐震・明るさ・導線・バランス)
  - ②予算を決める  
(支払可能な額のローン+自己資金)
  - ③建物のグレードを考える  
(外装・内装・仕様・設備・性能)

【ここまで準備できたら】

- ④建築依頼先を探す(数社に①②③の  
基準を伝え見積もりを依頼する)  
※各社の特徴や提案を加味してもらってもOK
- ⑤建築依頼先を決める  
※土地がない場合は土地探しを依頼する
- ⑥融資審査を依頼する
- ⑦使える補助金を確認する
- ⑧建築スケジュールを決める
- ⑨工事請負契約を交わす



株式会社 ハート・コーポレーション

023-682-8123  
住/山形市馬ヶ崎3-22-1 営/10:00~19:00





ずっと健康でわくわくする  
未来への架け橋になる家づくり

企画住宅「trip」一例

1F

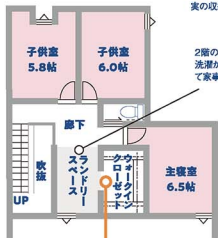
キッチン、リビングと  
した家事スペースやお  
子たちが遊ぶのに  
ぴったり



回遊できるプランでお  
子さんがのびのび遊ば  
せ、誰がいい子が育つ  
間取りに。ママにとっ  
ても家事ラク動線

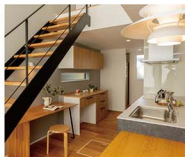
ベビーカーも置ける亮  
黄の収納スペース。

2F



2階のランドリースペース。  
洗濯が乾いたらすぐ干せ  
て家事ラク!

家族会員の洋服や物を  
収納できる大空間。



旅するように自由に暮らす「trip」。敷地のサイズに合  
わせて多数のプランをご用意。

イベントinformation



TRETTIO VALO  
トレッティオ バロ



内覧ご予約  
はこちら



山形市南松原モデルハウス

2022.12.25 (sun.) OPEN

完全予約制 ▶ 10:00/13:30/15:30 (各1組限定)

詳しい場所はご予約後にお知らせさせていただきます

株式会社 櫻井建設

☎/023-688-2632

住/山形市成沢西3-21-8

営/8:30~17:30

櫻井建設



# キレイな空気が、 家の価値になる。



無添加住宅®



体感型

モデルハウス  
公開中！



無添加住宅

HASHIBA

東根市若木一条通り40

☎0120-420-708

無添加住宅羽柴

HPサイト

LINE

Instagram





環境宣言

ECO HOUSE



本物の自然素材を求める方、アレルギー体質、シックハウスでお困りの方必見です！



※掲載の写真はイメージです。今回の内覧会でご覧いただく建物とは異なります。

お電話またはQRコードからご予約ください ☎0238-84-0667

★ご希望の日付と時間をお伝えください

受付時間 / 9:00-17:00

11:00～ 11:10～ 13:00～ 14:00～ 15:00～

当日のご予約は、直接お電話にてお願いします 当日受付 / 9:00-12:00



# 20代ご夫婦の エコハウス

完成内覧会開催

in 米沢市大字笹野

12/17(土) 18(日) 予約制

10:00-15:00 お客様のご厚意により開催いたします

住まいの相談会同時開催

理想の家づくりに向けて、プロがアドバイス  
住宅ローン相談会

いい家はいい土地選びから  
土地探し相談会



## 株式会社青木ハウス

本社 / 長井市青木2380-1 ☎0238-84-0667

Webはこちら

青木ハウス

山形営業所 / 山形市南二番町7-5-102 ☎023-666-8530

http://www.aokihouse.co.jp [e-mail:kidukuri@aokihouse.co.jp]

建設業特許番号:山形県建設業(第)0000711号 建設士事務所特許番号:山形県建設業(第)0002114号

### mamaidのお役立ちコラム

～理想の住まい実現のために～

## 大切にしたい、家づくりのパートナー選び

家を建てることは、毎日家族が暮らしていく場所を形作っていくことにつながります。そんな家づくりには、「誰と組むか」も重要です。家づくりのパートナー、依頼先として上げられるのは、大きく分けてハウスメーカー、工務店、建築家の3種類。それぞれの特長を簡単にご紹介。あなたの家づくり合ったパートナー選びの参考にしてくださいね。

### ハウスメーカー

全 国に展開していて、大手から中小まで様々な規模のメーカーがあります。住宅建設に使用する部材や外観デザイン等ある程度規格化して、低コストと工期の短縮を図っています。その一方で、自由度は制限され、規格以外のことを頼むと割高になります。カタログやモデルハウスなどで、既製のプランが確認できるし、様々な実例を持っているメーカーが多いのも特長です。

### 工務店

地 域に密着した家づくりをしているのが工務店。小回りの良さときめ細かな対応で、施主の要望に応じた自由設計が得意です。また、その土地の気候風土や文化、地域性を知尽くした家づくりができるのは地元工務店ならでは。  
最近、自然素材の家、伝統的な木造建築、シンプルデザインの家など、個性豊かなコンセプトを打ち出す工務店も増えています。

### 建築家

他 にはないオリジナルの家をという方には、建築家がおススメ。建築家は設計部門と工事監理を行い、施工は工務店が行うことが多い。中立的な立場で施主にメリットのある家づくりをしてくれます。施主と建築家がーから造り上げていくので、打合せが長期にわたることもあり、本当に納得のいくこだわりの住まいを仕上げるには余裕を持った建築期間を確保する必要があります。建築業の他に、設計料・監理料などが別途必要になります。

### 最後に…

家を建てるゴールではなく、長らく生活の場となる我が家。デザインと価格といったところだけではなく、建てた家でどんな暮らしをしたいかまで考えて、自分達に合ったパートナーを見つけてみましょう。



# 2023年 イベント盛りだくさん

住宅全社選り専門店  
おうちの相談窓口

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

1/7(土)・8(日)・9(月・祝)  
・15(日)・21(土)・22(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  
&生活便利品福袋  
プレゼント!  
※初めてご相談の方



私たちファイナンシャルプランナーが  
お迎えします!

お悩みに合わせてライフプランを  
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▶



## マタニティ・ベビーイベント Photo Session 開催!

生後4か月~1歳の赤ちゃんの背中やマタニティの方のお腹に、  
お肌に優しい安全な絵の具を使って天使の羽を描きます。

日時 1/28(土) ①10:00~ ②11:00~ ③12:00~ ④13:00~  
⑤14:00~ ⑥15:00~ 各回1組限定(50分)

対象 4か月~4歳児 【講師】ベビースタジオ教室 RIO's Happy Babysitings  
三宅 季奈 先生

クイズ! クイズに答えて参加無料!  
おうちのことなら〇〇〇〇の相談窓口!山形店  
「〇〇〇」に入る文字はなんですか?

※お申込みの際に回答をご入力ください。※右下のQRよりお申込みいただけます。  
※お申込み締切: 令和5年 1月6日(金) ※お申込みが多い場合は抽選となります。

- オプション追加料金例(税込)
- ・お名前スタンプ 500円
- ・フル(スタンプ+羽+ハート+キラキラ) 1,500円
- ・定形スタンプ 600円
- ・2人目以降1人につき 2,500円
- ※追加料金は三宅先生へお支払いいただきます

お申し込み  
フォームは  
こちら▶



## おこづかい会議

お正月にももらったお年玉の使い道は?  
お金を大切にするために「おこづかい」について  
お子さんと一緒に考えます。気軽にご参加ください!

対象

6歳~小学生



クレープづくり体験  
もあよ!

★参加費無料

※観望さんも付き添いのうえご参加ください。



日時 1/29(日)

午前の部 10:00~ 各回  
午後の部 13:30~ 4組限定!

● 持ち物 エプロン、筆記用具

キッズ・マネーステーション  
認定講師 秋葉亜紀子

お申し込み  
フォームは  
こちら▶



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

☎ 0120-34-4118

〒990-0896 山形市楯南3-6-3  
営/10:00-18:00 定休日/火曜・水曜

HP



Instagram



住宅全社選り専門店  
おうちの相談窓口  
山形店はココ





ILLUMINATION 会場：まなびあテラス 12/3(土)~1/9(月・祝) 17:00~21:30



# 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。



**果樹王国ひがしねパスポートを数量限定無料配布中です。**  
ご好評につき、なくなり次第終了となりますので、ご了承ください。

**配布期間** まなびあテラス インフォメーションカウンター  
**配布時間** まなびあテラス 営業時間内  
**配布方法** パスポートは同じつり名のみ有効。お一人につき、1冊の配布です。ただし、混雑緩和のため、ご家族の場合は代り数名がお並びのうえ、必要数をスタッフへ申し付けください。

### FOOD&GOODS

#### クリスマスマーケット(東側エリア)

日時：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。

### SNS

イベントやキャンペーンの情報は各SNSやHPをご確認ください。

●公式Instagram  
@higashine\_winterfestival  
●公式Facebook  
@higashine.winterfestival  
●公式イベントサイト(要会員登録)  
https://higashine-sbkrak.com/h-wf/

主催：ひがしねウィ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))

## mamaid11月号の

応募しよう!!

# コースを選んで1万円のお1人様様のキレイ体験!

にお申し込みの方へ

ぜひ、**当選したプランのすべての店舗様**を回ってみてくださいね!



### 改めて企画プランのご紹介

くわしくはmamaid11月号のP18~19をご覧ください。

ご利用期間は**1月末まで!**

当企画はmamaid編集部と各サロン様が、日頃子育てに頑張っているママさんたちに心も身体もリフレッシュしてほしいとタイアップした特別プランです。どの店舗様もとってもお得!ですが全部回るともっともお得です★当選された皆様には、ぜひ各コースのすべての店舗を回っていただきたいと思っております。

#### A-1 リラクゼーションサロン櫻井

もみほり90分+特別オプション(足つぼorハンド)  
お好きなオプションが選べて  
通常7,100円のところ  
5,000円

#### B-1 モイストティーズ サロン・ルピナス

ホームエステ体験+  
モイストティーズ洗顔セット  
プレゼント  
通常4,500円のところ  
2,500円

#### B-3 baby skin

両脇+Vラインサドル5,060円  
または両ひざ下6,600円  
お好きなメニューどちらかを  
2,500円  
※ご予約の要のお知らせください。

#### A-2 COZY

全身整体(90分)  
通常7,000円のところ  
5,000円

#### B-2 眠れる森

①リラックスヒーリングフェイスジェル  
または  
②アロマラビーボーダー＆  
リフティングローラー  
(各メニュー40分コース)  
通常6,000円のところ  
2,500円

#### B-4 FRICTION

クイックヘッドスパ  
30分コース  
通常4,500円のところ  
2,500円

※こちらのプランは通常メニューにはない  
本企画限定プランとなります。

ご利用された読者の  
皆さんからの  
アンケートを募集します  
当企画をご利用頂いての感想・ご意見  
をぜひお寄せください。頂いた内容は  
今後のマメイDの企画をつくるに  
あたって参考にさせていただきます。

期間は  
2023年2月末まで



ひとりで抱えこまないで！みんなで話そう

# 産後ママの お悩み&ストレス

子どもを産んだ後、女性は身体も心も生活も、身の回りのほとんどが大きく変化します。ママライフは幸せも楽しさもたくさん。でも、変化が大きい分、自分の体調やメンタル、ライフスタイルなどについて悩みを抱えてしまうことだって多いですね。そこで今回は、セラピストとして活動する吉田さんと、マーマイド会員のママ2人が「産後ママのお悩みについて」をテーマにして座談会を開催しました。

ご参加  
いただいた  
皆さん

清瀬優華さん  
2児(小1.5歳)  
のママ



椎谷元美さん  
1児(5ヵ月)  
のママ

アドバイザーをいただいたのは...

吉田麻美さん  
2児のママ  
(小3、2歳)。  
保育士、  
産後ケアリスト、  
セラピスト。

## PROFILE

産後ケア Home ohana 代表。  
「個育て講座」などを通して、  
産前～幼児期までの子育てを  
サポートするなか、2025年  
に産後ケア施設の設立を目  
指しています。



## ママの身体のゆがみ、 気がついてる？

吉田 椎谷さんは今年出産されたんですね。ご自分の身体のことなどで、何か悩まれていることはありますか？

椎谷 出産から5ヵ月が経ったんですが、やっぱり骨盤ケアがしていただいた方がいいですか？周囲の人から体型が崩れるよってアドバイ스가あつた。

吉田 そうですね、出産で骨盤が大きく開くので、産後の骨盤ケアは大切ですね。適切な骨盤ケアをしなると体型が戻りにくいだけでなく、将来的に腰痛や婦人科系のトラブルになることもあつてしまいます。

椎谷 骨盤ベルトは何種類か買ってみたんですが、どうしてもつけ外しが面倒で、結局着用しなくなりました。

吉田 ママたちは毎日忙しいから骨盤ベルトを着ける時間も惜しいし、そもそも着ける位置が難しいんですよ。私自身も産後助産師さんからベルトの着用位置を直されたことがあります。なので、骨盤ベルトが良いですが、産後ケアに特化した整体などで施術を受けるのもおすすめです。骨盤だけでなく、産後のママの身体はゆがみや歪くなるので、自分では気がつきにくいんです。清瀬 私は、子どもが小さく大きくなってからカイロプラクティスに行っていたんですが、身体がゆがんでいると指摘されました。自分では全然ゆがみに気が付いてなかったからびっくりしてしまいました。

吉田 子どもが小さいうちは、ママ自身の身体ついで後回しになりがちです。プロに見てもらうことで、ゆがみが治るのかもしれない。その後のセルフケアもスムーズになるんです。

清瀬 子どもと外遊びをすすむときに意識して身体を動かすなどのセルフケアをする

ようになりなした。

吉田 出産は身体に大きな負担がかかるので、もつとママには自分の身体を労わってほしいと思っています。最近ではママのためのヨガなど、小さい子どもを連れていきやすいイベントもあるので、上手に利用してくださいね。

## 気軽に気持ちをはなせる場所を

椎谷 身体ですが、産後はメンタル的にも辛い時期がありました。実は、1ヵ月半産になつてしまいましたが先に退院したんです。コロナ禍で面会にも制限があつたので、当時本当に辛かったです。吉田 私たち人目の出でず、子どもだけの入院を経験した。とても辛かったです。産後のスタッフさんは忙しそうだし、遠慮して相談しづらかったですよね。

椎谷 そうなんです。夫や家族に申し訳なく。一緒に話せてできなかった自分を責める日でした。



吉田 辛い気持ちを吐き込んでしまうと、産後うつになつてしまふので、できるだけ他人に話して発散することが肝心です。私は産後、家族のサポートを得やすい状況だったにも関わらず産後うつにならなかつたんです。夫や親に「これだけ長くしてもらつてのに、一家族も壊れていない」と遠慮して自分の辛さや悩みを話せなかったのが良くなかつたと思つています。

清瀬 育児に悩むことがあつても、自分の悩みが

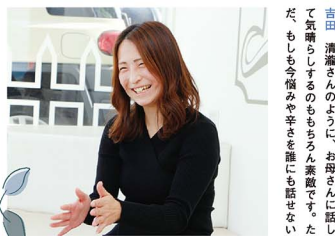


大したところじゃないのかもと思って他人に話さなくなる。ところが、やはり、特に産後間もない時は、何にも話したら良いのかも分からなくて、吉田 辛さを話さなくて、多くのママさんにある悩みです。私の場合、気心知られていた保育士さんたちに話を聞いてもらって、随分楽になりました。心の繋がりが大切ですよ。

## ママが欲しいのは 寄り添いと共感！

清瀧 心の繋がりを感じると、気持ちに寄り添ってもらえて、ようやく話してよめ。子どもが小さいうちも出かける準備が大変で、なかなか外出できなかったんです。結局、いつも電話で自分の母と話して、気晴らしをしていました。母はどんな話にも共感してくれて、話しやすい存在なんです。

吉田 共感してもらえと嬉しいですよ。清瀧 パパにも話をするんですけど、なかなか共感してくれないですね。



ママがいたら、少し大変かもしれませんが、ぜひ外出に出て他人と会話してもらいたいと思ってます。支援センターでもいろいろ良いですし、今は赤ちゃん連れでもママカフェやベビーマッサージなどあります。いろんな所へ行つて、自分が話しやすい場所もつけてもらいたいんです。人と話して「分かる」「って言ってもらって気持ちよくなるよ。育児も楽しめるよ」となつてきますよ。

## パパと一緒に育児がしたい

椎谷 先ほどパパから共感してもらえないという話がありました。うちも今、夫婦どう育児に取り組みか悩んでいます。私としては仕事で忙しいパパに気を使っているつもりが、気がつけば子どものお世話がほとんど私になってしまっています。

吉田 パパは忙しいから、ママは気を使ってしまうよ。わが家の場合、子どもたちが小さかった頃は、保育園の便りなどをパパにも必ず見せて子どもの成長を共有していましたよ。

清瀧 うちも、育児も家事もパパにしてもらいたいことをできるだけ具体的に伝えています。そうすると、しっかし動いてくれるかも。

吉田 具体的に伝えるのは、とても良いですね。男性は、どちらかという何をすべきか自ら察するのが苦手なものです。夫婦で一緒に育児をするコツは、何をしてもほいほ具体的に伝えることだと思います。あと、してもらったらげさなく感謝を伝えること。きつと嬉しいかなって、次の行動に結びついていますよ。

## 夫婦仲のキーワードは 「伝えること」

清瀧 察するのが苦手という、体調不良も言葉にしないとパパには伝わらないなと

思います。我慢していた時期もありますが、最近では自分がしんどい時には早めに言うようにしています。

椎谷 自分の状況や気持ちは、はっきり伝える方がいいですか？

吉田 そうですね。多くのパパさんたちに、やることや共感が苦手という傾向があるように思います。だから、ママの状況も言葉にするのが良いですね。

清瀧 うちもまだ伝えるようになってから、パパが良い方向に変わってきたと思う瞬間が増えました。わかってもらえること、やっぱり嬉しいですね。

吉田 そう、諦めずに伝え続けること、きつとパパも変化してきます。産後の夫婦仲を深めるポイントのひとつは、伝えることですよ。

## ママの楽しみを諦めないで

吉田 最後になりますが、ママたちに毎外に出ること、自分の楽しいことを諦めないでほしいなと思います。家の中に子どもだけで苦しくなるなら、ぜひ外に出てもいいです。

椎谷 これか雪が降るので、子どもも乗せて雪道の運転はちょっと怖い気もするのですが。

清瀧 子どもが小さい時、冬は歩いて行ける範囲の人の少ない小さな公園に行っていました。子どもも雪遊びを自分も楽しめ、人の目を気にしないでいから楽しかったです。

吉田 そうですね。無理をして遠出するんじゃないよ。散歩みたいな少しのお出かけでも良いんです。それで充分気分転換になります。積極的に外に出て、ママがその時に心地い場所を見つけてもらいたいですね。思いどおしはついでにしまじゅン下で女空を見に行ってみてほしい。[吉田]ママも子どもも生きて、自分も生きて、いつか不慮な死と向き合いたいから。

## 座談会に参加してみたいかかでしたか？

椎谷さん

みなさんの話を聞いて、とても勉強になりました。出産してから、人の優しさに触れる機会が増えたと感じます。産後の不安は大きかったです。それを気軽に相談できる場があったことはいえませんが、悪まれた環境だと改めて感じることができました。

清瀧さん

貴重な経験がありがとうございました。子どもたちはそれぞれ大きくなってきて、子育てはまだまだ続くので、これからはまだまだです。自分の時間も、もっと大事にしていきたいです。



産後ケア Home ohana

## ママの心も身体も整える 産後ケアサービスがスタート！

産後ロミロミ

赤ちゃんと一緒にコース / 40分 (ご自宅まで伺います)  
ママゆったりコース / 80分 (サロンにて開催)

育児で講座

わが子の胎性を伸ばすヒントが満載。60分の体験講座も開催中。  
2月からは継続サポートもスタート。

産後ケア  
継続プラン

大事な産後の身体と心を3ヶ月サポートいたします。  
(ロミロミ + 育児相談 + ケアアドバイザー)

ママカフェ開催

月に1回開催 (冬季間はオンライン)、詳しくはインスタをチェック

詳しくは  
インスタから



本物のアンティーク×ドライフラワー×自然光  
圧倒的な感動を体験しませんか？

2023はCOCOÉから

フォトスタジオ ココエ

4cut  
Date  
¥27,500

Happy New Yearお年玉キャンペーン

1月撮影の方限定!

ガラポン(ハズレくじ無し!)

- キャンパスバネル
- ポストカード
- 撮影料が無料or半額チケットetc...

12月・1月  
753後撮りキャンペーン

753撮影限定で  
和装、洋装2着を  
無料で着れちゃう!



NENU

- 七五三
- マタニティ
- 入園学、卒園学
- ファミリー etc...



cocoé  
山形店

〒990-0051 山形市朝陽1-6-33(コニストンガーデン内)  
営業時間/9:00~18:00  
定休日/火・水(祝日営業、翌平日休み)  
Tel.023-664-0707  
Mobile.070-2011-1041



▲山形インスタ

cocoé  
天童店

〒994-0047 天童市順道3-1-9  
営業時間/9:00~18:00  
定休日/火・水(祝日営業、翌平日休み)  
Tel.023-665-0105  
Mobile.070-7656-9147



▲天童インスタ



▲HPはコチラ

子育て中でも「爪を綺麗にしたい」とお悩みのあなたへ

あなたの“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？

あなたもこのようなお悩みありませんか？

もしひとつでも当てはまれば、当店へお越しください。

- ☑ 爪が割れやすくて髪や洋服に引っかかってしまう
- ☑ 鏡指の爪が横幅に広く感じ、スマホを人前で触るのが恥ずかしい
- ☑ 丸い爪・貝のような爪・小さい爪をどうにかしたい...
- ☑ ジェルで爪の育成をしたことがあるけどすぐ元に戻ってしまった

初回来店時  
(施術前)▼

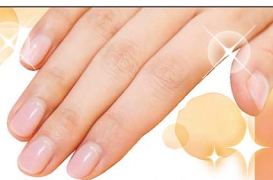


3ヶ月後(施術10回目)

初回来店時  
(施術前)▼



3ヶ月後(施術10回目)



ご利用いただいています! /

医療従事者 保育士の方 飲食店の方 など...

◆お客様の声◆

ずっとひどい薄爪で、人に会う時恥ずかしくてずっとイヤでした。でも簡単に自分のクセが直る訳もなく、永遠にこんな爪なのかと思っていましたが、オイルケアを行うことで、3ヶ月で人前で見せても恥ずかしくない爪に生まれ変わりました!最初は未だに直るのかな?と不安でしたが3週間後くらいから変化がみえてきました!いまでは「爪キレイだね!」と言われるくらいです!



(30代・女性)

最強のネイルケア初回体験

¥6,750が **¥4,500** (税込)

Plan

- ◆ 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コース(1回あたり1時間)・・・¥67,500  
※予約から1ヶ月先着
- ◆ いまなら、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

noble nail TEL.023-673-9895

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

instagram  
もチェック!▶







# 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] 山形市本町2-4-11  
 [営業時間] 10:00~20:00  
<http://www.hachimonjiya.co.jp/>

## もりのおふろ



福音館書店990円  
 もりの中にぼつんとあらわれた大きなお風呂。そこに、ライオンやゾウ、わにさんたちがやがてきて、ごしごしお湯のつと背中を流します。さあ、どんな動物たちがやってくるのかな?最後はみんなでお風呂になって背中をゴシゴシ。そして下着オン!お風呂が大好きなお子さんも、ちょっと苦手なお子さんも、この絵本を読めば、毎日のバスタイムがもっと楽しくなるかも。

## ミウラさんの友達



コードエBOOKS1,320円  
 育児に正解はないからこそ、ママパパを悩ませるもの。世の中の育児書はたくさんあるのに、わが子にはあまり通じない...そんな風に感じた時、少し立ち止まってこの本を聞いてみませんか?リアルな子育て経験から生み出された「役に立たないけど楽しい」エピソードの数々。思わず涙の力が湧いてきちゃうかも。妊娠中から乳幼児のお世話まで、リアルなアドバイスが満載。子育てはみんなちがって、みんなえらい!

## Home Theater



## ミッチェル家とマシンの反乱



ミッチェル家は、近所でも有名な変わり者のファミリー。家族への愛が溢れるちょっぴり古風な父、家族のためなら何でも投げ出す母、映画オタクの娘と派手好きなお姉。カリフォルニアの映画学校に合格した娘ケイを送り届けたため、家族旅行へ出発した。その途中、突然世界中がロボットの反乱に巻き込まれてしまう。変わり者ぞろいの一家は、力を合わせて人類の危機から世界を救うことができるのか?

## NHK「おかあさんといっしょ」



2022年8月にさいたまスーパーアリーナと大阪城ホールで開催されたスペシャルステージ「やうとあえなね」さあ、でかやう!の模様を映像化。まあお姉さん、「ファンターネ」の仲間たちがステージに初出演し、会場を盛り上げるよ。「ガラピコちゃん」や「おとくさんといっしょ」のメンバーたちも出演。大きな空間を活かしたライブミュージック演出と、人気曲で盛り上げる賑やかなステージをお家で堪能しよう。

## Cinema



## ひつじのショーンズスペシャルクリスマス



12/16 公開  
 モーショボム牧場のクリスマスイブ。仲間とクリスマスの準備をしていたショーンは、大きな靴下を手に入れるために忍び込んだ牧場主の家で大暴れ。サンタを逃がっていた友人のタイムも、クリスマスケーキで迷子になってしまった!果たしてショーンたちはタイムを探し出すことができるのか...この冬15周年を迎えたひつじたちが送る、2週限定のクリスマスプレゼント。

## Dr.コトー診療所



12/16 公開  
 19年前、東京から離島・志木郡島にやってきたコトーこと五島健助。島で「たつたつりの医師」として、島民のすべての命を背負って生きてきた。島にとってかけがいのない存在となったコトー。長年彼を支えてきた看護師の野佳と結婚し、まもなく父親になる。種や年代も異なってくれながらもずっと一緒に生きていたが、高齢化が少しずつ進み、まだ誰も予想したことがない変化が訪れようとしている。

**MOVIE ON**  
 [TEL] 023-682-7235(共通)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] 東横市大手堂沢1797-1

**ソラリス**  
 [TEL] 023-674-0035  
 [住所] 山形市南町11-1 1階セントラル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。

## かがみの孤城



12/23 公開  
 学校での座席をなくし家に閉じこもる中学生・ころも。ある日突然、部屋の扉が死はじめ、吸い込まれるようにくぐり抜ける。その先には謎のような不思議な世界があった。そこで、出会った7人の中学生、城の中には「何で眠りがイヤ」という秘密の扉が隠されていたと告げられ、それぞれがその鍵を探し始める。互いの抱える事情が少しずつ明らかになり、次第にその謎を解いていったある日、とある出来事が彼らを襲う...

## 仮面ライダーギーツ×リバイス MOVIEバトルロワイヤル



12/23 公開  
 デザイアグラブ陣に召集された浮世英寿たちを得ていたのは、何者かによって作り変えられた新たなゲーム「デザイアバトルロワイヤル」。謎のゲームマスターの策略によって、仮面ライダー同士がまさかの大衝突。ギーツ×リバイス×龍騎、そして仮面ライダーも登場し、前代未聞のバトルゲームが幕を開けた。激戦を制し最後は勝つのは誰か。そして、勝者が叶える願いとは?!

YAMAGATAKEN

NAVIGATOR

「子育てするなら山形県」  
「子育てするなら山形県」  
「子育てするなら山形県」  
めりこん



子育てするなら山形県

出会い支援 新システム登録キャンペーン実施中!

結

婚を希望される方を応援するやまがたハッピーサポートセンターでは、AI機能を持ち、自宅等から御利用可能な新マッチングシステム「Aiナビやまがた」を導入しました。登録料1万円が半額の5千円になるキャンペーンを実施中です。是非、ご利用ください。

問/やまがたハッピーサポートセンター  
山形センター ☎023-687-1972  
やまがたハッピーサポート 検索



出会い支援 新マッチングシステム

新マッチングシステム導入記念!

登録料半額キャンペーン  
登録料1万円を半額 **5,000円**

11/22(水) ~ 12/31(土)

※登録料は22年適用あり

「そろそろ結婚したいけれど、コロナ禍で出会いがない!」方に。この機会に、ふたりのみらいに向けて、一歩踏み出してみませんか。

MURAYAMA

輝く未来の子どもたちのために

河北町 かほくちよう

NAVIGATOR

河北町公式マスコット  
べにのすけ



みんな、あそびにきてね!

ひ

なの子育てセンターには、ラッコマットなど赤ちゃんから遊べる遊具がたくさんあります。イベント「にこにこサロン」は、毎月内容を変えて楽しく開催しています。お子さんと遊びに来て下さい。



住/西村山郡河北町各地字月山堂1344  
営/9:00~12:00、13:30~16:00 休/土・日・祭日  
問/ひなの子育てセンター ☎0237-85-1451

地域みんなでささえあう子育て支援

西川町 にしかわまち

NAVIGATOR

西川町マスコット  
ガッちゃん



ドキドキワクワクぼっかぼかのクリスマス

お

楽しみいっぱいクリスマスパーティー。もちろんサンタさんもやっています。大人も子どもも楽しめるフラワーアレンジメントも行います。ぜひ、おこしくください。



住/西村山郡西川町大字海味1294  
営/平日:9:00~12:00、14:00~16:00  
土曜:9:00~12:00  
休/日曜及び祭日  
問/西川町子育て支援センター「ぼっかぼか」  
☎0237-74-2303

そば・バラ・徳内ばやしもち

村山市 むらやまし

NAVIGATOR

村山市キャラクター  
ムララ



「おはなしのへや」に集まれ〜!

村

山市立図書館では、毎週日曜日楽しい絵本の読み聞かせを開催しています。お話ししてくれるのは、図書館ボランティアの皆さんや図書館スタッフです。ぜひ大人も子どもと一緒に楽しみましょう。



日時/毎週日曜日 10:30~11:00  
会場/村山市立図書館おはなしのへや  
対象/未就学児童が小学校低学年  
問/村山市立図書館 ☎0237-55-2833



将棋駒といで湯とフルーツの星

笑顔にぎわいしあわせ実感 健康都市\*

天童市 てんどうし

NAVIGATOR

げんキッズセンター  
こまたん



12月はクリスマスイベント満載!

げ

んキッズでは、楽しいクリスマスイベントをたくさん企画しています。サンタさんとトナカイさんも遊びにきてくれます。クリスマスはみんなでげんキッズで過ごしましょう。



住/天童市芳賀タウン北2-7-18  
営/9:00~19:00  
休/元旦、毎月第3水曜日  
問/げんキッズ  
☎023-651-8240





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

賑わいも暮らしやすさも  
共に創る公益のまち酒田

### 酒田市 さかたし

親子でお正月を楽しもう

**新** 年は親子ふれあいサロン  
で賑やかに過ごしません  
か？ お正月制作やおみくじ、絵馬  
など、お正月気分を味わいながら  
一緒に楽しみましょう。申し込みは  
不要です。ぜひ、お越しください。



日時/1月5日(木)～6日(金) 10:00～11:00  
会場・岡/交差ひるば1階 親子ふれあいサロン ☎0234-26-5613  
住/酒田市中町3丁目4-5 料金/無料(申し込み不要)  
対象/就学前のお子さんとその家族

親子ふれあいサロン 絵馬



NAVIGATOR

酒田市公民館 マスコットキャラクター  
あなのん



子どもたちの夢を育む  
～子どもたちに夢を～

### 遊佐町 ゆさまち

遊佐町子育てガイドブック

**「遊** 佐町子育てガイドブックを作成し  
ました。出産・入園・入学についての  
情報や各種補助制度など、子育てに役立つ  
情報が一冊にまとまっています。市内各施設  
で無料配布しています。

NAVIGATOR

イメージキャラクター  
米へちまちゃん



開/遊佐町役場健康福祉課子育て支援係  
☎0234-72-5897

## MOGAMI

森が人をつなぐ子育て大国 最上町

### 最上町 もがみまち

親子で「陶芸体験」してみませんか？

**前** 森ふれあい陶芸館「カムロ  
窯」では、気軽にできる陶芸  
体験メニューを用意しています。親子  
で一緒にお皿や茶碗など、普段使い  
の食器を作ってみませんか？ 冬季間  
も、事前予約で作品が作れます。



住/最上郡最上町大字向町2135 営/平日 10:00～16:00、  
土・日・祝 10:00～17:00 休/不定休(要問合せ)  
※/前橋高尾自然ふれあい館カムロ窯 ☎0233-43-2928  
※ご予約は、電話またはSNSにて受付



NAVIGATOR

最上町 マスコットキャラクター  
モガンバ



生きがいを感じ 幸せを感じるまち 真室川

### 真室川町 まむろがわまち

はじめまして、よろしくね

**今** 年度も後半に入り、「は  
じめまして」のママとパパ  
とお子さん、お家の方との出会い  
が多くあります。来ていただける  
ことが嬉しい、つながりを大事に  
していきたいと思っています。

NAVIGATOR

隣の花の妖精  
うめ子ちゃん



住/最上郡真室川町新町233-1 営/平日9:30～11:30、  
14:00～16:00、土曜9:30～11:30 休/日、祝日、年末年始  
開/真室川町中央公民館内 子育て支援センター「たいよう」  
☎0233-62-2278



## OKITAMA

白い森の国

### 小国町 おぐにまち

絵本まつりを開催しました

**ポ** ランティアグループ「トラ  
イあんぐる」による読み聞  
かせやワークショップでクリスマス  
グッズを作りました。16組40人の  
親子が参加し、楽しい時間を過  
しました。



開/小国町教育委員会 ☎0238-62-2141  
小国町健康福祉課 福祉政策室 ☎0238-61-1000

NAVIGATOR

白い森観光大使  
ワラビーマン



日本の紅をつくる町

### 白鷹町 しらかがまち

子育てや保育をしているかたを応援します！

**子** 育て支援センター「にこ  
ぼーと」は、絵本、ボール  
プール等の遊具で遊べる他、育児相  
談、育児講座なども開催。お子さん  
や子育てをがんばっていらっしゃる  
皆さんの出会いの場です。

NAVIGATOR

白鷹町マスコットキャラクター  
べにだかちゃん



営/9:30～12:00、13:00～15:30  
休/土曜日 住/白鷹町大字船員7002  
開/子育て支援センター「にこぼーと」 ☎0238-67-0083



友利(ともり)くん/7歳、愛俐紗(あいりさ)ちゃん/5歳、  
史杜(しと)くん/3歳(山形市)



黄色い絨毯だ〜！とおおはしゃぎの子どもたち♡

光梨(ひかり)ちゃん/1歳(山形市)



消防車が通ります！

たくさんのカワイイ写真を編集室に  
送ってね〜！みんなの投稿待ってます〜！

vol.  
75

# Oya-baka 写真館

英(えい)くん/4歳(栗根市)



お家入りのポーズで、  
はいちーす！！

恵市(けいち)くん/3歳(山形市)



とったどー。

千愛(ちあ)ちゃん/2歳(米沢市)



落ち葉を踏んでクシャっという音を  
楽しんで遊んでいます♡(手には葉)

さくら(さくら)ちゃん/1歳(山形市)



お家のりんご畑でバシャリ。  
りんご大好き〜！

蒼史(そうし)くん/6歳、  
朔馬(さくま)くん/4歳(山形市)



消防フェスティバルにて、なまりきり  
兄弟、ポーズもバッチリです！

天晟(てんせい)くん/2歳(山形市)



1/6のお洋服かっこよくて、ぽくも  
着たかったの〜！似合うでしょ？

皇佑(すうゆう)くん/7歳、  
利杏(りじょう)ちゃん/6歳、  
圭佑(けいゆう)くん/0歳(酒田市)



にいのおんぶと、おえねの支えで  
わっしょい！！

志路(しじ)くん/7カ月(山形市)



初めての紅葉狩り♡  
綺麗でヨダレが出そう！

優花(ゆうか)ちゃん/6歳(中山町)



キリギリスがつかつてきて！  
いつの間？

渥(わた)しずけちゃん/3歳(酒田市)



サンタさん！こんなポーズできる〜？

翔翔(しょうしょう)くん/5歳、菜乃海(なのみ)ちゃん/2歳(奥平市)



妹が大好きな優しいお兄ちゃん。  
ずっと仲良しでいようね♡

## 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(読み仮名  
名)、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、もしくは保護者に了承を得た上で撮影されたものと判断いたします。●記入(入力)し忘れのある場合は、無効となる場合があります。●画像で複製して再撮影する際には目印を必ずつけるべくブレ  
ていないようお願いいたします。●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。●原稿料として次号の録り残し掲載はいたしません。●多い多くのお子さんを紹介させて頂くため、連絡のご返事はできない場合があります。あらかじめご了承ください。

02-2332-1111



MVPに  
輝いた方  
は  
クオカード  
を贈ります！





みんなで解決!

# お悩み 相談室



NAYA-mail

先月の悩ママ  
ふねふね

子どもが幼稚園に入園し、半年。空いた時間に好きなことをしようと思ったのですが、これといった趣味がありません。あまりお金のかけられない趣味を始めたいのですが、みなさんはどんな時間を楽しんでいますか？



## 読者の皆さんからのアドバイス



### ふみさん

私は幼稚園児と1歳の子もいるので、平日は子どもの昼寝時間が自分の自由時間です。限られた時間なので、真ん中に気軽に楽しめる趣味に当てています。子どもがとなかなか集中して観られないテレビドラマを観たり、スイーツと丁寧に淹れたドリップコーヒーを楽しんだり…。ちょっとしたことで、毎日続けていると立派な趣味になりますよ!

### ましきさん

YouTubeを聞くとかさんの動画が見つかりますよ。エクササイズ動画もあるので、まずは気になるものから始めてみては?

### オタママさん

私は逆に趣味がありすぎるくらいなので、その中でもコスプレが良いと思う趣味をご紹介しますね! まずは、100均でもよく買わせるUVレジン。パーツを集めだしたらキリがないのですが、型と液だけ買えば、あとは手持ちのネイルパーツやクリアシール等を使うだけでも充分楽しめます。あとは、デジタルイラスト。スマホやタブレットにお絵描きアプリを入れて、イラストを書きやすいタッチペンを100均で買えばどこでも時間がつぶせるのでオススメです。

### Nさん

あまりお金をかけない趣味なら、ウォーキングはどうでしょうか? 四季折々の発見もあるので、意外とハマってしまいかも。



Next NAYA-mail  
今月の悩ママ  
スノーガールさん

今年、転勤で山形に引っ越ししてきました。私もパパも雪国はじめてなので、冬の間、子どもとどんな遊びをしているのか想像ができません。オススメの遊び、おうちでの過ごし方があれば教えてください!



### Y・Mさん

私は、自分磨き&ダイエットのために、最近ヨガを始めました。月会費はかかりますが…汗。また、家庭菜園は野菜を買わずに良いため、節約にもなるかな。何より、収穫の時の子どもたちの笑顔は格別です。

### しろまるさん

私の趣味は懸賞やアンケートです。暇な時だけ手帳に取り組めるのでオススメ。ブランド靴、食品や食事券、現金1万円が当たったこともありますよ。お金がかかるどころか、ちょっと得しちゃった(笑) 最近はネットで応募も多いので、切手代も要らないものが増えていっているので、トライしてみてくださいね。当たると楽しいよ~

### T・Mさん

私は仕事復帰までの短期間でしたが、花壇作りや花植えや畑を楽しんでいました。また、ロゼットの資格も取得。仕事や育児の空き時間にちよっとだけでも気持ちが出される趣味が見つかると思います。

### うめちゃん

私は4年前からボイ活を始めました。ポイントは現金より価値がある場合もあるの、何が1番お得なのかを考える時間が増えました。昨年からは、資産運用の勉強もスタート。今は、世界の動きにも目を向けるようになっていきます。

### S・Mさん

もし趣味に没頭できる時間ができたら…と、「やりたいことリスト」を作っています。「泳泳を習う」「ピアノ(簡単なものから始めてジブリやディズニー他を弾きこなしてみたい)」「英会話(TOEICにもチャレンジ)」「着付け」「ダンス」「カフェ & ランチ巡り」「パソコンスキルを磨きたい」「バイクの免許を取りたい」…など。いつか時間ができたら挑戦したいな~。

### T・Jさん

趣味とはちょっと違いますが、スキマ時間にできる仕事を始めてみては? 自分お小遣いも稼げるし、仕事をすると趣味の幅も広がると思います。

### O・Sさん

悩ママさんは、とてもお子さんと時間を大切にされているんですね。趣味は焦らなくていいと思います。空いた時間を過ごす中で少しずつ、自分の心がときめくものとか、興味がわいてくることに出会えると思います。この機会に外へ出てみるのはどうでしょうか? ちなみに私は自然が好きで公園での散歩が日課になりました。

### びつちゃんさん

時間がある時は韓国ドラマが好きなので一気観しています!! あとは、いつか行けるのを願って、独り旅行したいスポットを国内外問わず検索してストック。妄想だけでも十分楽しめます(笑)

皆さんのお悩みをe-mailにて大募集!!

みんなで“子育て”考えよう!

info@mamaid.net

件名に「お悩み」と入力し、「あなたのお悩み」や「今月のお悩みに対するアドバイス」と、ペンネームまたはEメールアドレスを書いて送ってね。皆さんからたくさんメール、お待ちしております。



# 山形みんなで子育て応援団

やまがたの企業も様々な形で子育てを応援!



ママサポーター  
5歳の男子、  
2歳の女の子のママ。



山形県では、「子育てするなら山形県」の実現に向けて社会全体で子育てを支え合う取組みを推進しています。その中から今回は企業の取組みとして「赤ちゃんほっと♡ステーション」と「やまがた子育て応援パスポート」について取材してきました。



## 子育て応援 01 | 赤ちゃんほっと♡ステーション

Q. 赤ちゃんほっと♡ステーションとは?

A. 赤ちゃんや小さなお子さんを連れてママ・パパが外出先でも安心して「授乳」や「おむつ替え」ができるような施設を、県が「赤ちゃんほっと♡ステーション」として登録し皆さんへ周知するものです。県内の公共施設や商業施設、観光立寄施設などに協力いただき、登録を進めています。登録にはいくつか要件があり、ママだけではなく、パパもおむつ替えができることが要件の一つで、これには**男性の育児参画促進**という狙いも込められています。

この登録された「Pinusカフェ(山形市)」の授乳室▶



Q. 施設はどうやって探せるの?

A. 「赤ちゃんほっと♡ステーション」として登録された施設には、右記のスタッフカーを掲示しています。



また、登録施設は「やまがた子育て応援サイト」上のマップから検索することも可能です。ぜひご活用ください。

右のQRコードからアクセスしてみよう!



## 子育て応援 02 | やまがた子育て応援パスポート

Q. 改めて「やまがた子育て応援パスポート」について教えてください。

A. 県内にお住いの子育て家庭に交付している「やまがた子育て応援パスポート」を、事業に協賛いただいている企業や店舗で提示すると、様々なサービスが受けられます。すでにご利用されている方も多いのではないのでしょうか。

Q. どちらの方に交付してありますか?

A. 18歳未満の子または妊婦のいる家庭に交付しています。パスポートの有効期限は、未の子が18歳に達してから、最初に遡る3月31日までです。

Q. どうやって使うようになりますか?

A. パスポートは電子画像化しており、県の子育て応援サイトから無料でダウンロードできます。ダウンロードする際に必要なパスワードは市町村窓口で交付してもらおうか、県の電子申請で申し込むことも可能です。ダウンロードしたパスポートは、世帯構成員全員で共有して、利用できます。

※紙のパスポートを希望される方は、市町村窓口で配布しています。



Q. 利用できるお店やサービスの内容が気になります。

A. 協賛いただいている3,719店舗(R4.11.1現在)で使えます。協賛店は、店舗にあるステッカーやのりが目印。それぞれ、登録店舗検索システムを使えば、市町や業種で絞り込み検索が可能で、各店舗のサービス内容も確認できます。グループマップ上で協賛店舗も新たに掲載しているのが活用ください。



パスポートの詳細やダウンロードはこちらから

Q. 4年前に配布された紙の「パスポート」が使えなくなりました。

A. 子育て応援パスポートは、2019年3月に対象を小学6年までの子にのいる世帯から、18歳未満の子にのいる世帯に拡大し、紙のカードから電子画像化しました。以前のパスポートは使用できませんので、改めて取得する必要があります。

パスポートを提示して受けられるサービスは、企業やお店の方のご厚意によるものなので、店頭や協賛店舗情報に記載のあるルールやマナーを守って利用していただくのがいいですね。



## アンケートに答えて ギフトカードをもらっちゃおう!

今回、企業が行っている子育て支援についてご紹介しました。記事を読んで、今回のご意見や感想をお寄せください。回答いただいた方の中から抽選で1名様に**アマゾンギフトカード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→  
(2023年1月10日まで)



## 山形みんなで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

やまがた子育て応援サイト

Q → 検索はコチラ!

WEBでチェック!





# アウフォーママ4きぼんの ～映えないダイアリー～



Profile  
文/4きぼん

ぴっかぴかの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。

## 56. お手紙大作戦

この1年でだいぶ文字が読めるようになった子ども達。去年の今頃は、自分の名前すら書けなかった息子も、やっぴらがなとかカタカナが書けるようになりました(まだまだ形は未完成だけど)。年中の妹も自由に文字が書けるようになった。たぐいまお手紙ブーム真っ最中。仲よしの女の子同士、「○○ちゃんのことかたがえす」「まいにちいっしょにあそぼうね」「こんどおうちにあそびきて」と。読んでいるこちらもキュンとするほほえましいやり取りを楽しんでいます。

そして、この時期といえば、「サンタさんへのお手紙」。まだ餅が噛んでいた頃かあれこれ考えていたように、いちょうが色ついた頃には「もうきめちゃった♡」とさっそく鉛筆を走らせていた娘。そうなるこちらの動きもだいぶ早まり、買い物ついでにお目当ての品の在庫と金額をチェックする日々がスタートしました。時間は充分にあったのでのんびり構えていたのですが、11月上旬頃、目をつけていた最安店がまさかの売り切れが発覚。ライバルはどこに潜んでいるかわからないものです。その夜、オンラインストアで検索し、悩む隙もなく遠攻ポチリ。あとは、優柔不断な兄の気持ちだけがまればひと安心と思っていたのですが…。翌夜1カ月前、「やっぴり違うもの

に決めた!」と言いついた小悪魔5歳児。どうやらこの数ヶ月は、大いなる前フリだったようです。動揺を悟れないよう、「そうだね。本当にお願いしたいものを書いた方がいいよ」と言ってみたものの、頭の中は「返品方法」「未開封出品」の文字でいっぱい。その後、ババに耳元で何かをささやかれ、「うへん、まよっちゃうな」と母を揺さぶりまくります。母は、何か試されているのでしょうか? 結局、ひと晩頭を悩ませ、元のお願いをしたためていた娘。ちなみに、便箋を前に置から煙が出るほど悩まされていた息子は、散々迷った挙句に数年前放送終了したアニメの玩具をリクエスト。こちらの手紙もハードルが高いな…。



Photo: ぴっかぴかママのInstagram「ママの日常」

# “真夜中のダイニングテーブル”

文/YOCCO 1歳の息子マリアが育児中。単身(夫2回付)赴任中の夫は、バウやルビオ通社員日役です。

ママ

## Epi.02 バウ・リニューアル

さん、バウ・リニューアルをご存知ですか? 夫婦が家族の節目に改めて絆を確かめ合う、誓いの更新といった意味があります。

先日息子が1歳になったタイミングで、私たちは夫婦として6年目を迎えました。これまでは家族の節目といえば結婚記念日で、美味しいグルメでお腹を満たして幸せを噛みしめるパターン。それが息子の誕生日に置き換わったこの節目に、初めてのバウ・リニューアルを試みました。

とはいえ、1歳のお祝いもバウ・リムーとなり、誓いの更新もスマホ画面越し。この1年を振り返ると夫が単身赴任となり関係性も随分と変化しました。はなから育児への参加は期待できず、自分で何とかするしかない日々。以前は、目の前にいるのにワンオペ気

分な育児に不満が募り、ついには「じゃあもう期待しない。それぞれ好きにしよう」と強がって陰謀になることも日常茶飯事でした。夫と暮らしながらのワンオペよりも、真正正路1人でこなす育児の方が、逆に期待し過ぎずイライラしないという不思議。物理的に離れない距離感を経て、このたび「期待しながら自立する」という誓いを立てました。相反するようですが、「やってほしい、わかってほしい、頼りたい」という期待を込めたコミュニケーションでバウの存在意義を高めつつ、応えられなくても、やれるし頑張れる自分でいたいとこの思いからです。「1人でもがんばってやれているけれど、あなたがいれば助かるし支えられているよ」とリモートで伝えました。新天地で頑張る夫からは「改めて仕事を頑張って自分に自信をもって、もっと広い視野で家族を守りたい」という返信。つかみどころのない抽象的な誓いに苦笑しつつ、レストランでの美味しい料理とは違った形で、心が満たされました。

ダイニングでコーヒーストップPCのアップデートをしなげら思いつきでやってみた夫婦のアップデートでしたが、思いがけない形でバージョンアップでき、息子の成長とともに自分たちの体質にも期待しなくなりました。

Photo: ぴっかぴかママのInstagram「ママの日常」

第11回 mamaid杯

# 年賀状コンテスト 募集中!

せつかく作った我が子のカワイイ年賀状…是非mamaid編集部にも送ってください。  
あなたの年賀状を、スタッフが独断で審査します(笑)カワイイ子どもの写真入り、インパクト自慢の一作…etc. 楽しい年賀状をどどん編集部までお寄せください。受賞作には素敵なプレゼントをご用意します。

## 👑 mamaid大賞 ◎編集長賞 ◎特別賞

入賞した3作品には、編集部より賞品を送らせていただきます。

【募集要項】  
応募締切:2023年1月5日(木)までに写真入り年賀状に氏名、住所をご記入の上、下記の宛先までお寄せください。  
※入賞作はmamaid 2月号にて発表します。

【応募先】  
〒990-2251 山形市立各川2丁目486-14  
株式会社マーケティング マーメイド編集部「年賀状コンテスト」係

InstagramのDMで応募可!  
年賀状の元データを送ってね。▶▶▶



**mamaid 大賞**  
天童市 大石様

**mamaid 編集長賞**  
南河内市 佐藤様

**mamaid 特別賞**  
山形市 遠藤様

たくさんの応募お待ちしております!

This month  
**#instagram**

編集長 sakura の本誌に関係あったり、なかったり...

# #instagram

vol. 45



mamaid123

今月も北から南へ、西から東へと駆け抜けました。取材中に出逢ったアレコレ...、誌面に載せきれなかったこぼれ話、はまたたインスタにも載せていない内容などなど、このコーナーで紹介しちゃいます。

#Instagood #Instadaily #Instastalk #Instapic #Instalove #Instafood #Instalove



- 鳥居を眺めながらいただくランチはいかが? キッス大人ととりわけより、自分形のプレートがあると嬉しいよね。店内のデントの中でイートインできる席が、子ども連れには人気です。  
#餅くは子ランチョレランチのページをCheck
- 支店センターの賑わい。フワフワでツルツルの支那を女でなでさせてもらうだけで、癒されちゃうなー。新生児のいい匂いも最高ですよ! ママ同士、子ども同士に交流に支店センターへGo! 私も可愛いbaby連に家へおいに行きませう。
- 太っちょザンタさん、ちっちゃなザンタさん。にっこりザンタさん-いろんなザンタさんかわいいな。クリスマスシーズンではキューブなアイテムが毎年中たくさんお店でご覧いただけます。  
#限定の気持しさと共にやってくるシーズン
- おやつ日前で紹介した、ビスケットで作ったトナカイさん。これは簡単で楽しい! 今年のクリスマスは親子でTRYして欲しい。いろいろな表情を作って遊んでみる可可愛いものです。
- クリスマス色となった今月も、特製はmamaidのために考案いただいた裏田シェフのシンド! いつもたいママ達のためにと、簡単で作れる内容に工夫してご用意しています(ありがたいー)。今年はお家でフルコースを食べてませんか?
- いよいよ冬本番。Guuちゃんにヒーローの特等席を独占する季節がやってきました。いくらシンドも毛皮を着ても、やっぱりニッコロは暖かいですね。私たち人間はそんな「本コ運ちゃん」で活躍する事にも。#Guuちゃん

mamaid公式Instagram [mamaid123] で検索!

mamaid Instagram... フォローよろしくね!







**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。どれが当たるかは編集室におまかせ下さい。

**2 お好きなハンバーグランチ**  
【5名様】



【提供/KITTO'S VILLAGE-Café&Restaurant-】

菓王の新しいドライブインとして人気のカフェ。山形牛を使用したメニューを手軽に楽しむことができます。木の温かい香りが溢れる店内で、のんびりとランチを楽しもう。

**3 ミニパフェ**  
【5名様】



【提供/Book&Cafe moca】

絵本のお楽しみ方が広がるブックカフェ。フードメニューも充実しているので、親子一緒に本を読んでゆったりとした時間が過ごせます。ステキな空間に浸ってみませんか。

**4 絵本『もりのおふろ』**  
【1名様】



【提供/八文字屋】

ライオンやぞう、わにさんたちが向かっていったのは…森の中の大きなお風呂。ごしごしゆっつと背中を洗って、最後はみんなでお風呂にドボン！お風呂がちょびり苦手なキッズも、この絵本を読めば毎日のお風呂タイムが楽しくなれちゃかも。

**5 書籍『世界一役に立たない育児書』**  
【5名様】



【提供/八文字屋】

世の中に育児書はたくさんあるけど、わが子にはあまり適さないアドバースばかりと悩んで子育てがリアルなまま経験から生まれた「役に立たないエピソード」の数々こそ、実は一番役に。子育てはみんなちがって、みんなえらい。

**6 MOVIEEN 平日招待券**【6名様】  
フォーラム・ツリス 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…。どちらのチケットも当たるかはお楽しみに。

【提供/MOVIEEN-フォーラム・ツリス-イオンシネマ天童】

**7 『ちょっと贅沢な珈琲店®』**  
スティックカフェラテ 22本を2個セット【5名様】



淹れたての上質な香りとコクのある味わいに、ミルクと甘みが溶け合ったこだわりのカフェラテの大容量サイズ。心が満たされる。ちょっと贅沢な時間をお楽しみください。  
【提供/味の素AGF株式会社】

**8 仙台アンパンマン子どもミュージアム & モール招待券**【ペア10名様】



©やなせたけ/フレームワーク-TMS-NTV

大好評のクリスマスイベントを開催中! (12/25まで) ステージや工作に参加してアンパンマンと一緒にクリスマスを楽しもう! ショッピングモールではプレゼントにぴったりの限定グッズやフードもあるよ!

【提供/仙台アンパンマン子どもミュージアム&モール】

**9 お好みのピザ1枚**  
【5名様】



アツアツのおいしさとバリエーション豊富なメニューが人気のドミノ・ピザ。熟練のドミノクレーに手ほどきをうけながら、世界で一枚だけのオリジナルピザが作れる「ピザアカデミー」も各店で開催。家族みんなでおいしい思い出を作ろうおう。  
【提供/ドミノ・ピザ】

**10 ダイハツ プルバクミニカー1台**  
【3名様】



※写真はイメージです

【山形ダイハツ販売(株)】

ママにうれしい機能が満載で子育てファミリーに人気の軽自動車が多数ラインナップするダイハツ子どもたちが楽しく遊べるプルバクミニカーをプレゼントします。車種や色は何が当たるかお楽しみに!(対象年齢6歳以上)。

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。

PRESENT応募締切

2023年1月15日(日) 必着

プレゼント応募は  
コチラから▶



アンケート会員募集!!

異日往住マを対象に随時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メールアドレスをお送りします。

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♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

ママ友や家族と  
一緒に遊ぼう♪

mamaid最新号の情報をはじめ、見逃したバックナンバーもCHECKできるよ。

コチラから/



https://mag.ywyy.jp/mamaid/

# mamaid 表紙 MAKING

今回は「ベル・ブランシェ天童」にて表紙撮影をしてきました。大きなモミの木の下にプレゼントを発見!「何が入っているのかな〜」とひとつずつ中身をチェックしていたあかりちゃん。もうすぐクリスマス。希望のプレゼントが届くといわね。撮影、おつかれさまでした。みなさんもステキなクリスマスになりますように。



ママとおそろいのワンピースで登場。ちゃっど可愛らしいかな?



01.1日に出張予定のママ。「我がまはまれるので、おそろいのお洋服をさせるのが夢です」。



02.菓子の毛をくるとカール。おま〜♡ 一気にテンションが上がります。



03.「サンタさんに何を頼みましょうか」考えるだけでワクワク。



04.さぁ、撮影はじまるよ。キラキラの笑顔でよろしくね。

## 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タイプ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】山内 絵里さん、あかりちゃん(4歳)  
【撮影協力】ベル・ブランシェ天童 天童市殿ノ目2丁目3-80  
【Hair make】鈴木 晴香 (Hair Salon HAKU/SOU)  
【Photographer】菊池 元希

## 2022.CHRISTMAS

# 編集後記

あつという間に過ぎ去ってしまった2022年。いよいよ新年がやってきますね。やり残したことがたくさんあって、2023年も大忙しになりそうな予感しかない♡ さよなら2月号(1月15日発行)の特集は、みんな大好き「絵本特集2023」だよ。どうぞお楽しみに!

### 【Editorial Staff】

Yoko Inoue  
Miki Ishizawa  
Yasuka Yamada  
Chiaki Matsuda  
Asuka Honma  
Michiko Moriya  
Maya Miura  
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・スーパーおーぼん全店・ヨークベニマル全店他  
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  
山形市谷川12-486-14  
Tel 023-686-4331  
info@mamaid.net

クリスマス&おせち特集、いかがでしたか? シェフが考案してくれたレシピはどれも簡単なので、今年はずりともたちと一緒にチャレンジしてみようかな。そして、世界のクリスマス事情にもビックリですよね〜。衣装したり、BBQをしたり、牛を屠ったり? お国は違うけど、みんなが楽しみにしている1日。どんな風にご過ごしているのか、想像してみるのも楽しそうですね。



年々キッチンに立つのがサマになってきた息子。クリスマスのあとのお片付けは、お任せしちゃうかな?♡

### 【みきぼん】

今号ではお悩みの産産会を担当しました。小さな悩みにだとしても、一人で抱え込んでしまうと、苦しくなることありますよね。私は些細なことでもククヨヨ長く悩みがちなのですが、産産会で聞いたように、お散歩に行ったり、誰かに話したり、そっと特別なおやつを食べたりして気分転換しようと思えます。こっそり食べるお菓子のおすすめ、ぜひ教えてください。



こちらはこっそりおやつではなく、ある日の子どもと一緒に作った、家で作ってポップコーンの薬を入らず、フタの持ち上げました〜。

### 【びよんこ】

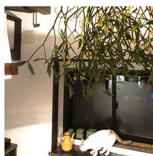
おやつを手作りするママに憧れていろいろ挑戦したこともありました…。が、どれも子どもたちには不評。そんな中、唯一ばくばく食べてくれるのが「鬼まんじゅう」。さつまいもを使った地元名古屋のお菓子で、作り方も超簡単。材料は、さつまいも・砂糖・小麦粉のみ。切って混ぜて形を整えて蒸すだけ! 簡単すぎて失敗なし! 手づくりおやつ初心者の方におすすめです。



そういえば母も作ってくれたなぁと思いつきお菓子でもあります。誰が手も母の味として思い出してくれるようになるかしら?

### 【ていつ】

きつと今頃は、パパママサタの皆さんは大忙しですね♡ わが家はサンタさんのふりしてクリスマスカードを書いてもなくなり、イブの朝、隣うちから起きだして、プレゼントもつけて大奮闘した小さい頃の子供たちを思い出すと、懐かしくて胸がきゅんしします。ここ最近では自分へのご褒美プレゼントをポツポツがクリスマスルーティンです。そして、今年も簡単&美味! そうなクリスマス☆で、みんなであっただまーす☆



クリスマスにぴったりの素敵な神降があるヤドリギ。今年もフライングリースにして飾ってます♡

### 【mitico】



大江町は/  
子育て・移住定住を全力応援!  
高校生までの  
**医療費  
無料化**



## 大江町は0歳児から高校生までの切れ目のない支援を行っています かがやく高校生応援給付金

..... 大江町内在住の高校生を対象に5万円を年1回(最大3年間で3回)給付します。.....

産後～未就学児 > 小学生 > 中学生 > **高校生**

今月号(高校生)から4ヶ月連続で大江町の特徴ある  
支援策・事業を紹介していきますので楽しみに!

大江町は

- ・JR左沢線定期券代補助
- ・資格取得費用補助 など

町内の高等学校「山形県立左沢高等学校」  
を応援しています。

左沢高校のこと  
についてはコチラ!



大江町 | TEL.0237-62-2111(代)

〒990-1101 西村山郡大江町大字左沢882-1

<http://www.town.oe.yamagata.jp/>

大江町 検索



SNS始めました!



白鷹町子育て支援住宅

# 入居者募集中!

白鷹町は  
保育料  
**完全  
無償化**

白鷹町で暮らす毎日を  
豊かに暮らす毎日を  
こどもと一緒に



随時内覧できます

お気軽に  
お問い合わせ  
下さい

場所：白鷹町大字鮎貝7341  
問合せ：白鷹町役場建設課管理係  
(TEL.0238-85-6140)



オール電化賃貸住宅

新築

2LDK 3万円~3.5万円  
月々家賃

※下記募集条件参照



収納たっぷり  
上部物置

間仕切りも可能な  
子供部屋

町公式Instagram  
で内部動画見直し



白鷹町は  
ココ  
良都市

通勤や通学、  
週末のお出かけにも  
アクセスも良好!

- イオンモール山形南まで30分
- コストコかみのやま倉庫店まで30分

## 《白鷹町の子育て支援策》

### 高校生までの医療費無料

- 0歳児から高校3年生までの方の医療費を助成

### 出生祝金

- お子さんひとりにつき  
5万円の祝金を支給

### 保育料助成

- 令和4年度より  
保育料完全無償化

### ランドセル贈呈

- 小学校入学時に、町内製の  
手作りランドセルを贈呈

### 子育て・若者世代住宅取得支援事業

- 町外からの移住世帯が住宅の新築や新築建売住宅の購入を行った際、  
100万円を助成。※一定の条件あり

### しらかが若者移住定住支援交付

- 夫婦で転入した際に、どちらかが45歳未満の場合助成金を交付。  
子ども1人あたりに応じた加算もあり。※一定の条件あり

その他、各種支援策あり。くわしくは、白鷹町子育て 検索

## 《応募条件》

### 1. 入居者の資格

入居申込み時点において、下記をすべて満たす方。

- (1) 子を持つ夫婦世帯で、お父さんが小学校就学前であること(1人以上)。
- (2) 公営住宅法で定める基準に準じ、世帯の月額所得の合計が313,000円を超えないこと。
- (3) 自ら居住するために住宅を必要としていること。
- (4) 市町村民税を滞納していないこと。
- (5) 暴力団関係者でないこと。

### 2. 期限付き入居

同居する小学校就学前の子どもが中学校に就学する年の3月31日までを入居期間としてします。ただし、新たに子どもが出生した場合は、または婚姻、養子縁組により中学校就学前の子どもが新たに同居する場合は、入居期間の延長ができるものとします。

### 3. 家賃

2LDK 78平方メートル  
2子までを扶養する方 35,000円  
3子以上を扶養する方 30,000円

その他募集条件あり。  
詳しくはお問い合わせ下さい。

お問い合わせ 白鷹町建設課管理係  
山形県白鷹町大字荒砥甲833 TEL.0238-85-6140