

山形のママがつくる子育て情報誌 マーメイド

# mamaid

Special.01

Thank you  
for the  
20th anniversary



Special.02

Present  
Special

Special.02

もうすぐ753  
mamaidおすすめ!  
写真館

10

2023 OCT

FREE  
PAPER

わっぺが真ん中、天童市!

# SUMU NARA TENDO

天童市ウェルカムインフォ



子育て中の皆さんの声を募集しています!

## 天童市子育てアンケートキャンペーン

9月15日(金)  
9月30日(土)

コザブジェラート  
コザブセレクト  
8個  
ベーシック  
4名様

天童市では子育てシティブ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、天童市のいいものを当てよう!!

アンケートに回答して  
応募しよう!

アンケート  
フォーム  
はこちら!



子どもが病気、でも仕事が...



働くママ・パパの心強い味方

## 天童市の病児・病後児保育

お子さんが風邪などの日常かかりやすい病気になった時、保護者のお仕事などの都合で、家庭で保育を行うことができない場合、専任の看護師や保育士がお子さんを預かります。



病児保育

病気の回復期ではないものの症状が安定しているお子さんが利用できます。

病後児保育

病気の回復期にあるお子さんが利用できます。\*施設により受入可能な症状が異なります。

### 病児・病後児保育の利用の基本的な流れ

No.1

#### 事前登録

各施設や市役所で  
事前に利用登録  
※登録時に複数施設記入可能

No.2

#### 医療機関 の受診

医療機関を受診し、医師に  
病児・病後児保育利用を相談

No.3

#### 利用施設 の予約

利用したい施設に電話で  
利用予約

No.4

#### 施設利用

着替え・薬など  
必要なものを準備

\*利用の流れや利用に必要なものは施設によって異なります。詳細は各施設にお問い合わせください。

### 病児病後児保育室「にじいろ」

対象 満1歳~就学前

病児保育

開設日 月~金曜日及び祝日

病後児保育

保育時間 8:30~17:30

受入人数 1日6人

利用料 日額2,000円(給食・おやつ代込み)

場 所▶天童市鎌田一丁目2番30号(1F・つつさ保育園天童内)  
問合せ先▶023-665-4107



### 病児・病後児保育室 つぐみ

対象 6か月~就学前

病児保育

開設日 月~金曜日

病後児保育

保育時間 8:30~17:15

受入人数 1日2人

利用料 日額2,000円(給食・おやつ代別途350円)

場 所▶天童市芳賀タウン南一丁目7番2号(べ'be'クレッシュつぐみ内)  
問合せ先▶023-666-8718, 080-4859-9365



### 病後児保育室「きらきら」

対象 満1歳~小学6年生

病後児保育

開設日 月~土曜日

保育時間 8:00~18:00

受入人数 1日2人

利用料 日額2,000円(給食別途300円)

場 所▶天童市駅西五丁目2番2号(天童市健康センター内)  
問合せ先▶023-652-0884



### キンダー水木こども園 病後児保育室

対象 満1歳~小学6年生

病後児保育

開設日 月~土曜日

保育時間 8:30~17:00(土曜日は正午まで)

受入人数 1日4人

利用料 日額1,000円(給食・おやつ代別途300円)

場 所▶天童市大字成生930番地(キンダー水木こども園内)  
問合せ先▶023-616-4877



\*各施設、開設日であっても夏季・年末年始などで開設していない日があります。

\*山形連携中核都市圏(天童市・山形市・寒河江市・上市市・村山市・東根市・尾花沢市・山辺町・中山町・河北町・西川町・朝日町・大江町・大石町)の連携事業として、圏域内に  
お住まいの方は、圏域各市町の病児・病後児保育施設が利用できます。詳しくは、各自自治体又は各施設にお問い合わせください。

問い合わせ 天童市役所子育て支援課 TEL/023-654-1111(内線724・725・726)



mamaidは20周年を迎えました!

Thank you  
for the  
20th anniversary



はじめまして  
まめねこです

よろしくママー

I was born!!

th

## mamaid 20周年記念 新キャラクター まめねこDATA

### ママ型電波塔

いつも電波の何かが出ていて、「ステキ情報」常に受信している。

### color

レインボー・虹色のようにありとあらゆる人、みーんなが読みたい情報をお届けするよ。



### keyword

多様性、未来  
子育てのジェンダーフリー?



全長50cm

フムフム...  
話車のチャップも  
大物な  
お仕事ママー



はじめまして  
ささぎ、  
お母さん  
祝日Gyaruママー



ピピッとステキ情報を  
キャッチしたママー!



今日のランチは  
だいたいお母さん  
まめねこは  
とっても  
おいしいおママー

### Concept

mamaid編集長が興っているねこ。ママやパパにもっとステキな情報を届けたいという編集長の熱い想いを毎日吸収した結果、「ママ型電波塔」が頭から生えた。肌まくれに特殊な電波で編集長の脳みそに直接「ステキ情報」を送ってくる。定位置は編集長の足元。

## Thanks Message

2003年9月、子育て情報誌mamaid創刊しました。当時は子育ての情報を得るのは「育児本」、山形のママたちに「子育てがもっとも楽しくなるような情報を伝えることが出来たらいいのに...」そんな想いからスタートしたのがこのフリーペーパーでした。

携帯電話を個々人が持ち始めるくらいのタイミング...今では、ほぼ全員と言っているくらいの方がスマホを持つ時代になりました。街を歩いている人がみんなカメラを持ち歩いているような世の中ですもんね。(あー昭和時代の子もだった私に耳打ちしてあげたいんだ笑)

そう考えると、この20年間で社会環境やコミュニケーションのあり方は大きく変

化しました。20年前は、mamaidというフリーペーパーを一から説明して、納得してもらって取材をすることがほとんどでした。でも今は「えっ、mamaidに載せていただけるんですか♡」というような嬉しい反応をしてくださる方が多く、ご協力いただけるみなさん、おひとりおひとりに御礼をお伝えしたい気持ちでいっぱいです。

皆さまのおかげで今年で20周年を迎えることになりました。mamaidも二十歳(成人)です。もっともっと皆さまに喜んでいただけるような媒体となるよう、これからも成長し続けるつもりです。これからも応援よろしくお願いたします。

子育て情報誌mamaid 編集長 井上 陽子

th  
創刊20周年



精力的に活動を続けているtupera tupera。人気作「しろくまのパンツ」の続編となる「おずみさんのパンツ」も大人気!大人を悩ます「パンツ」が、気になっちゃうままもねー。おずみさんの体に合わせて、絵本のサイズも小ぶりなかわいい冊です。お二人がサインした貴重なサイン本を、読者プレゼントとして1名様様にプレゼント☆

thanks!  
tupera tuperaさん

**Profile** 亀山達矢さん、中川敦子さんのユニット。絵本やイラストをはじめ、工作、ワークショップ、舞台美術など幅広い分野で活躍。NHK Eテレ「ノゾーのひらめき工房」のアートディレクションも担当している。1男1女のババママ。

20  
mamaid 20周年!!  
おめでとうございませう。

これからも、楽しく役に立つ  
情報をみなさんに届けて下さい  
20周年を  
お祝いします  
tupera tupera



(2019年8月号&2020年2月号掲載)

「しろくまのパンツ」「パンダ銭湯」など大ヒット絵本を多数世に送り出しているtupera tuperaのお二人。2019年に天童市で絵本の原画展が開催された際に、同市を訪れたお二人に原画展の楽しみ方に加え、制作秘話などをお聞きしました。2回にわたってインタビュー記事として紹介しました。

thanks!  
タレント 高橋みゆきさん

**Profile** 1978年山形市生まれ。元全日本女子バレーボールチームのエースとして2度の五輪出場。現役引退後はテレビラジオ出演や小学生へのバレーボール指導などに活躍。2018年第1子男児を出産。



(2023年2月号掲載)

バレーボールのトップ選手として活躍後、現在はタレントとして活動している高橋さん。NHK山形の情報番組でMCに挑戦したのを機にインタビュー。仕事や子育てに奮闘する日々についてお話を伺いました。

創刊20周年、誠にありがとうございます!今後益々のご発展を心よりお祈り申し上げます。  
山形県で子育て中のmamaid読者のみなさま、毎日お子さんと向き合い奮闘されていることと思います。私も日々育児に励み、子どもの成長を見守っている中で、沢山の素晴らしい経験をし、子どもを通してたくさん学びがあるなあと感じています。みなさんも、お子さんと一緒に今を楽しんで、子育てというかけがえのない時間を充実させていって貰えたら嬉しいです。



thanks!

## 女優 橋本マナミさん

**Profile** 1984年山形市出身、中学1年時に全日本美少女コンテスト演技部門賞を受賞し芸能界入り。2020年7月に第1子男児を出産。



創刊20周年誠にありがとうございます！以前取材していただいた時はまだ0歳でしたが、そんな息子ももう3歳、たくさんおしゃべりして色々なことを吸収して楽しい毎日です。最近の悩みはテレビが好きで見せすぎていたこと、メリハリをつけようと「テレビは朝と夜30分ずつ、ご飯もちゃんと食べたら見ようね」と言ったら、ご飯もしっかり食べるようになり、テレビの時間が減ったので、他の時間はバズルをしたり図鑑をみたり親子の時間も増えました。

育児は何が正解かわからなく悩むことも多いと思いますが、子どもも向き合って楽しく親も成長していきますよね。



(2021年2月号掲載)

女優としてテレビドラマ、映画、舞台など幅広く活躍している橋本さん、mamaidでは、山形で撮影が行われた出演映画「越年 Lovers」の舞台あいさつで山形市を訪れた際にインタビューにご協力いただきました。

祝! mamaid

子育て情報誌mamaidは、読者号で創刊20周年を迎えることがために役立つ情報を届けてきた出身の芸能人や人気絵本作家など記事で多数登場いただきました。いただいた4組のみなさんがお祝いメッ

thanks!

## 柴田ケイコさん

**Profile** イラストレーター、絵本作家。2016年「めがねこ」(手紙社)で絵本作家デビュー。「パンどろぼう」(KADOKAWA)は、シリーズ4作に加え、番外編としてパリのレシピ本も発行され大ヒットしている。



祝20周年



以前取材させて  
いただいた方々から  
お祝いMessageが  
届いたママ



(2021年10月号掲載)

mamaidで毎年秋に掲載し、大人気なのが「パン特集」。パンにまつわる絵本の中でも抜群の人気を誇る「パンどろぼう」シリーズの作者である柴田ケイコさんに、パン特集に合わせてインタビューをさせていただき、パンどろぼうのヒミツに迫りました。



柴田さんの最新作「パンどろぼうとほっかほっかー」が、9月13日に発売!

大人気シリーズ待望の新作は、どんなお話かな?

(あらすじ)

ヤギのおばあさんの頼みで、パンを届けにかけたパンどろぼう。なかなかたどりつかずうたれる横を、一台の車がとります……ほっかほっかのパンとほっかほっかの思いをせて、「ほっかほっかー」が走りだす!

# 20th mamaid SPECIAL PRESENT

みんな  
ありがとう



ご応募お待ちしております  
おります!

創刊20周年を記念して感謝の気持ちを含めたスペシャルプレゼント! お世話になってきたお店、企業の方々から、たくさんのプレゼントをいただきました。ホテルの宿泊券やテーマパークの入場券、飲食チケットなどが当たるお得なチャンス。みなさん、たくさん応募してね。応募方法は11ページをcheck!

## 3 宿泊券 1組 (2名様)

★宿泊券

田園風景に囲まれた全8室の贅沢なグランピングサイト。北欧をテーマにしたフォトジェニックなテントと、専用のグリルで楽しむ手ぶらBBQ。子どもと一緒にだからこゝ大人も楽しめる、忘れられない大冒険に出かけよう!



▲内装のインテリアはテントごとに異なるもので、どのテントにするか選ぶのも楽しい。敷地内にはプランコヤレンタルサイクルもあり、そのほかアクティビティも充実しています。

DATA RURALGLAM  
SOLASITA

0238-20-5525

米沢市上新田234



## 1 ペア宿泊券 1組 (2名様)

★宿泊券

プランによってお食事スタイルが選べる人気の温泉旅館。2023年3月にオープンした「重山ダイニング」では、料理長のアレンジで華やかにしたオリジナルティの高い食事がバイキング形式で楽しめます。離乳食やアレルギーにも対応いたします。



▲つい写真にも残したくなる楽しいメニューがいっぱい! ライフキッチンもあり、お茶立てを堪能できるのもうれしい。3つの自家源泉を17の湯場で楽しめお風呂も人気。

DATA 結びの宿 愛隣館

0198-25-2619(予約センター)

岩手県花巻市鉛字西館23



## 4 ペア宿泊券 1組 (2名様)

★宿泊券

日常から解放されたいおでなしが評判の天童ホテル。キッズランドや貸出ピーグズ、お子様ランチや離乳食などファミリーにうれしいサービスが充実しています。近くにはBBQも楽しめるカフェ「soraniwa」もオープン。



▲赤ちゃんの肌にもやさしい泉質の天童温泉。ベビースタやキッズエリアもあるので、温泉デビューにもおすすめです。

DATA 美味求真の宿  
天童ホテル

023-654-5511

天童市鎌田町2-1-3



## 2 ペア宿泊券 1組 (2名様)

★宿泊券

魔王温泉館を一望する小高い丘の上に佇むホテルオークヒル。大切な家族と楽しい時間を過ごせるよう、全プラン添い寝無料に加えて、ワンちゃん(8kgまでの中型犬)も一緒に宿泊できるプランをご用意。子どもにベッドにもやさしい宿です。



▲ファミリーなら、広々とした和洋室でのびのびとごきょう! 愛犬と一緒につらがる客室もあるので、大切なご家族と一緒にのんびりとしたひとときを。(※お食事やお部屋の必要なお子様は有料)

DATA 魔王温泉  
ホテルオークヒル

023-694-2110

山形市魔王温泉756



## 8 フリータイム平日利用ペアチケット

1組(2名様)

★チケット

東北初のおふろcaféとして人気のスポット。お風呂はもちろん、おしゃれなカフェ、キッズエリア、漫画や雑誌が読み放題のラウンジ、素材にこだわったフルーツアイスクリーム専門店など、至福の1日が過ごせます。



▲ママにももちろん、キッズにも笑顔になれる充実のキッズエリア、絵本やおもちゃのほか、ボールプールもあるから赤ちゃんも楽しめるおふろcaféとご紹介します。

**DATA** 山形黒沢温泉  
おふろcafé yusa

山形市大字黒沢319-2

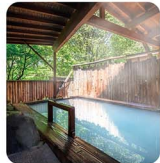


## 5 ペア宿泊招待券(平日限定)

1組(2名様)

★宿泊券

魔王の心で、魔王を遊びつくす温泉宿。3つの空間で構成され、くつろぎの空間で贅沢な時間を過ごすことができます。天然温泉や2箇所の貸切風呂もあるので、ファミリーでゆったりと名湯に身をゆだねてみませんか?



▲上質な肉質の「国産黒毛和牛」を好きな焼き加減で味わう陶板焼き、山形名物・芋煮、紅花湯など郷土料理を常設メニューにアレンジした夕食で旅の思い出をより楽しもう。これからの季節は、山々の美しい紅葉も楽しめる。

**DATA** 名湯リゾート  
ルーセントタカミヤ

023-694-9135

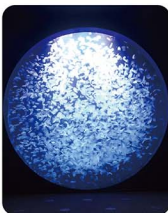
山形市蔵王温泉942



## 9 ペア入場券 3組(6名様)

★チケット

世界に誇る直径5メートルの水楕「クラゲドリームシアター」をはじめ、様々な個性あふれる海の生きものたちを感じる事ができる水族館。ゆったりと漂うクラゲの姿、アシカやアザラシの解説プログラムなど、心に癒や1日が過ごせます。



▲幻想的な大水槽は人気のフォトスポット。館内には常時約60種類ものクラゲを展示しています。

**DATA** 鶴岡市立  
加茂水族館

0235-33-3036

鶴岡市今泉字大久保657-1



## 6 ライザウッディロッジ宿泊券

2組(4名様)

★宿泊券

スキーズーンはもちろん、グリーンシーズンも心地いい魔王ライザワールド。お釜へのアクセスもよく、ファミリーで楽しめるアクティビティがそろいます。ウッディロジなら手軽にアウトドア気分が楽しめるので、いつとは違う休日を過ごしてみませんか?



▲バギー車体験やピザづくりなど、ここでできない体験がいっぱい。これからの季節は、色とりどりに染まる魔王も見ごとのひとつ。

**DATA** 蔵王ライザワールド

023-679-2311

上市市蔵王坊平高原



## 10 親子ペア入場券 5組(10名様)

★チケット

体を思いきり動かすことができる「アンビバ」や、様々な素材や道具を使ってアートやものづくりができるアトリエ「ツクバ」。遊びを通して子どもたちが夢中になれるしかけがいっぱい! さあ、何して遊ぶのかな?



▲アイデア次第で何しても遊びを広げることができ、アスレチック要素の高いアンビバ、どんな遊びが広がるか、子どものワクワクを刺激します。

**DATA** キッズドームソライ

0235-26-8801

鶴岡市北京田字下鳥ノ黒1-6



## 7 仙台アンパンマン子どもミュージアム & モール招待券 10組(20名様)

★チケット

アンパンマンの世界で思いきり笑って楽しもう! 体を動かして遊んだり、ごっこあそびをしたり、子どもたちが夢中になれる遊びが待っているよ。ミュージアムでしか手に入らない限定グッズやおいしいフードも楽しめます。



▲アンパンマンと仲間たちのうたのステージやキャラクターラインアップで、特別な思い出を作ろう。

**DATA** 仙台アンパンマン子ども  
ミュージアム&モール

022-298-8855

仙台市宮城野区小田原山丁101-14



14

5,000円お食事券 1名様

★食事券

「親子でボナペティ」でおなじみ、イタリアン奥田政行シェフ直営店のレストラン。山形・庄内のお食材にこだわり、食を通して幸せを届けます。35市町村の食材で奏でる新しい山形料理、極上のイタリアン料理をこの機会に。



▲食の都庄内の生産者が心めて育てた食材を最大限に活かす「アルケチアーノ」本店。庄内・青森県産味付けアルケチアーノコンチェルト、どちからでご利用いただけます。

DATA

アルケチアーノ本店  
0235-26-0609  
鶴岡市遠賀原字福町43

アルケチアーノコンチェルト  
023-616-7040  
山形市双葉町1-2-38  
(やまぎん県民ホール隣木庫内)



11

スパリゾートハワイアンズ  
ペア入場券 4組(8名様)

★チケット

6つのテーマパークを有する南国ムードあふれる全天候型の温泉リゾート。一年中常夏の大プールやウォータースライダー、水着で遊べる屋外施設「バグーデンパレオ、フラガールショーやファイヤーナイトダンス、世界最大級の大露天風呂「守市」など楽しみがいっぱい。



▲10月1日～31日まで山形県感謝月間を実施。日帰り温泉、宿泊がお得になるチャンス！詳しくはHPをご覧ください。

DATA

スパリゾート  
ハワイアンズ

0570-550-550(代表)  
いちい市水巻磐藤町原平50



15

王様盛り 1名様

★食事券

山形電田店のほか、山形西高前、寒河江店、天童でも人気ナンバーワンの王様盛り。宴会プランやお得な飲み放題プランもあり、和モダンの落ち着いた店内でゆったりと極上のお肉をいただくことができます。



▲王様盛りのつまみを、王様気分で味わおう！選り抜かれた国産牛の味をぜひファミリーでご堪能ください。※平日限定・要予約 ※他サービスとの併用不可 ※チケットの利用額145,000円以上(税別)の飲食利用をお願いします

DATA

王様の焼肉くらぬま  
023-674-9727  
山形電田店  
山形市電田3-5-6



12

ペア入場券 1組(2名様)

★チケット

日本海側有数の規模を誇る水族館。海中を散歩しているようなマリンセンターの眺めは迫力満点！イルカの生態を詳しく解説してくれるショーは、大人から子どもまで夢中になれる奥深さ。新着の里山を再現した「にがたフィールド」もぜひ訪れたい。



▲かわいーペンギンやアザシ、美しい魚たちが約600種2万点展示されている。広い館内はテーマに沿って10のゾーンにわかれており、遊んで学べる工夫がいっぱい！

DATA

新潟市水族館  
マリンピア日本海  
025-222-7500  
新潟市中央区西船見町5932-445



16

キッズプレート 5名様

★食事券

おしゃべりにランチが楽しめる天童市の最新スポット。チャウダースープやブラウンマサラカレーなど、ここでしか味わえないメニューに出会えます。子どもたちがにこにこしゃべり欲張りなキッズプレートもあるから、みんなでおいしく食べちゃおう！



▲ファミリーはもちろん、ママ友とのランチ会、パパとのデートにもオススメです。隣には、アパレルや雑貨のお店もあるから、ゆっくりお買い物も楽しめます。

DATA

Kesemoidaughter  
0233-666-6219  
天童市芳賀タウン北4-1-1  
別棟B2 CREEK内



13

ペア入場券 5組(10名様)

★チケット

東北最大級の遊園地・リナワールド。サンリオキャラクターとコラボしたかわいらしいアトラクションから絶叫系まで豊富なアトラクションがそろった園内で、ご家族やお友だち同士と楽しい思い出をつくらう。



▲大きなカボチャに乗ってくらくるまわらぬ家のツンプキンツリーも気持ちい感じながら、絶叫しよう！(今シーズンの営業は11/23までとなります)

DATA

リナワールド  
0233-672-1614  
上市市金瓶字水108-1





## 20 FANS'ユニフォーム2023

3組(6名様)

★ユニフォーム

野球はもちろん、様々なイベントやグルメ、アトラクションなどエンターテインメントを楽しむことができる楽天モバイルパーク宮城。子連れでも楽しめるスポーツも充実しているので、野球観戦デビューにぴったり!



©Rakuten Eagles



▲観戦気分が盛り上がりサイズのサイズをペアでプレゼント。来シーズンはかっこいい「限定FANS'ユニフォーム」を着てスタジアムに駆けつけよう!

DATA 東北楽天ゴールデンイーグルス

仙台市宮城野区宮城野2-11-6



## 17 3,000円のお食事券2名様

★食事券

山形の結婚式場バレスランデールに隣接する、本格イタリアンレストラン「コンフェッティ」おしゃれな空間でのランチやディナーはもちろん、お子様向けのキッズプレートも充実しています。ファミリーにうれしいソファ席も人気です。



▲充実のキッズプレートは、お子様バスタ・スープ・パン・デザート・ジュース。大切な記念日を彩るアニバーサリーディナーコースは、6,600円。ミニブーケやバレンタインのオプションも選べます。

DATA レストランコンフェッティ

023-633-2885

山形市荒橋町1-17-40  
バレスランデール西側道路沿い



## 21 11/12 VS 甲府戦ペアチケット

3組(6名様)

★チケット

モンテディオ山形のホームゲームは「2023サンクスデー」! 今シーズンホーム最終戦。ファミリーで楽しめるイベントグルメが盛りだくさん! マーメイド読者の方3組6名様(11月12日)の甲府戦のチケットをプレゼントします!



▲残り試合もあつなず! 熱いプレーを見逃すな!!  
11月12日(日)の甲府戦のチケットをプレゼント!

DATA モンテディオ山形

023-666-8882

山形県天童市山王1-1



## 18 ファクトリーメゾン シベールズカフェ

1,000円分お食事券5名様

★食事券

洋菓子販売、パン工房、イタリアンカフェがそろったシベールファクトリーメゾン。カフェでは石窯で焼き上げる熱々の手作りピザや、本格イタリアンバスタが楽しめます。明るく開放的な店内でゆっくりとしたひとときをお過ごしください。



▲人気のベネチーネ、赤エビソース、肉・野菜・チーズがたっぷり。マヨネーズ、魚介の出汁をシリアリと絡めたいのができます。

DATA シベールファクトリーメゾン

023-689-1137(カフェ)

山形市蔵王松ヶ丘2-1-3



## 22 2,000円分お買い物券3名様

★チケット

住宅街の狭い路地を入った小さな雑貨屋さん。オーナーが集めた県内外の作家さんの作品を中心に、毎日の暮らしがワンランクアップするハンドメイド雑貨がセンス良く並びます。プレゼントはもちろん、自分へのご褒美を探しに行ってみませんか?



▲お部屋に彩りを加えるモノから、大切な誰かに贈りたいくなるモノまで幅広いアイテムが揃います。

DATA 手作り雑貨 atelier nature

080-9637-6291

山形市御所丁4-5-3



## 19 焼き菓子セット10名様

★お菓子

旬の素材にこだわったカジュアルなイタリアンレストラン「ソノイノ」。子連れでも気軽に足を運べるように日曜のみランチ営業中。店内で人気のドルチェから、焼き菓子をセットでプレゼント。※店頭引換となります



▲素材にこだわり、丁寧に焼き上げたこだわりの品々。自分用にはもちろん、大切な人へのプレゼントとしても喜ばれます。

DATA イタリア料理 ソノイノ

023-676-7026

山形市七日町2-1-19



## 26 七分袖Tシャツとソックスのセット1名様 ★雑貨

お家時間を快適にするカジュアル服から、素材とシルエットにこだわったきれいに見える大人の服が充実した山辺のセレクトショップ。外に出るのがもともと楽しくなる、本当のお気に入りの出会ってみませんか？



▲オーシーズ活躍するボケッ付きの七分袖Tシャツとユニークなジムマスターのソックスをセット！

DATA fred

☎023-664-5737

📍東村山郡山辺町大字山辺651-1



## 23 アンパンマン ボウリング 3名様 ★雑貨

今年話題のおもちゃからバママ世代には懐かしい駄菓子まで、所せせとワクワクが並ぶおもちゃ即専門店。宝探し気分ですて訪れてみると、思わぬ掘り出し物に出会えるかも。年末の特別セールもお見逃しなく。



▲家族みんなと一緒に遊ぶボウリング。ボールを転がしたり、ピンを並べたり、成長と共にできることが増えていからは、長～遊べるのがうれしい。

DATA 有限会社 玩具問屋 小関商店

☎023-623-6855

📍山形市小性町1-6



## 27 オリジナルけん玉&木製テーブルセット2名様 ★雑貨

競技用けん玉の生産量日本一を誇る長井市にオープンした「ピオニーの森」四季折々の花々、ハイジの気分になれるブランコ、手軽にアウトドアを楽しめるレジャーハウスやキャンプ場がファミリーに人気です。※店頭引き換え ※セラーバックは付きません。



▲大人も子どもも自然の中で遊ぶワクワクを思い出せる場所。広い園内をくま～と散策するだけでも、冒険気分が味わえます。

DATA ながい ピオニーの森

☎050-3490-0222

📍長井市寺家4246-2



## 24 1,000円分お買い物券5名様 ★チケット

大正10創業の老舗のパン屋さん。世代を超えて愛され続ける「キムラヨロドパン」をはじめ、昔ながら、スタンダードな味を守り続けています。大人から子どもまで満足できるパンを求めて、何度も足を運ぶたびにきます。



▲甘さ控えめのバタークリームが入った看板メニュー、季節限定の味も好評で、秋はさつまいもや栗が登場。ふわふわの生地と秋ならではの組み合わせを味わおう！

DATA 長井 木村家本店

☎0238-88-2280

📍長井市栄町7-40



## 28 ハンドまたはフットネイルケア体験5名様 ★チケット

ママたちの手のお悩みに特化したトリートメントが評判のネイルサロン。子どもも爪の専門家リストでもあるオーナーが、お子さんの切り方やコツもお伝えしています。山形県内でこだけしか体験できない「いたわり」を、この機会にぜひ。



▲爪本来と手肌全体の健やかさときれいさを導く施術が人気の秘密。毎日使う手だからこそ、きれいに保ち続けるヒートもお伝えします。

DATA nail&babysigns 晴fam

📍天童市(イオンモール天童直近)

※ご予約時にお知らせいたします



## 25 セルフエステ券(LED脱毛)20名様 ★チケット

毎日、家事や育児、お仕事と、忙しくて自分のことはあとまわし。そんなママたちに少しでも自分時間をつくってほしいという想いで、お子さまでも安心して通うことできるお店作りを目指しています。産毛、ホワイトニング、フェイシャル、HIFUの使い放題プランも受付！



▲脱毛でお悩みのママとお子さまへ、痛みがなく、安心・安全の最新LED脱毛でお悩み解決しましょう！

DATA セルフエステサロン B-room

☎023-666-3288

📍山形市東原2-2-26



32

MOVIE ON平日招待券4名様 フォーラム・ソラリス平日招待券5名様  
イオンシネマ無料鑑賞招待券5名様

★チケット

今話題の映画をCHECK! 笑うよし、泣くよし、日頃のストレス解消に…。  
どのチケットがあるかはお楽しみに!



DATA

株式会社  
アサヒマーケティング

☎023-686-4331

📍山形市立谷川2-486-14



29

お風呂のバスル  
SHA00L フローティック 3名様

★雑貨

大切な誰かへの贈り物や自分へのご褒美に、特別な1日からいつもの日々まで様々な時間を彩るお店です。訪れるだけでほんのちょっと幸せになれる、心がうろうろ特別な場所をコンセプトにしています。



▲毎日のお風呂タイムがもっと楽しくなるお風呂やヨットなどに形を積み立てるのもよし、そのまま浮かべるとのんびり成長に合わせて遊び方が広がります。

DATA

La Casa 天童店

☎23-665-4510

📍天童市芳賀タウン南3-3-27



33

書籍「野田琺瑯のもっとDaily Cooking Book」  
/絵本「なでてごらん」各1名様

★書籍

プロの料理家から主婦まで幅広い層に人気を誇る野田琺瑯の「ホワイトシリーズ」。  
深型別注力ラーが特徴のお得なムック本で、レパートリーの幅を広げよう。海の砂で描かれたやさしいタッチで、ファーストブックとしても人気の1冊。



▲応募の際は、どちらか希望の商品名を書いてね。

DATA

TENDO八文字屋

☎023-658-8811

📍天童市沢ノ町2-3-43



30

tupera tuperaさんのサイン本  
「ねずみさんのパンツ」1名様

★書籍

今年号にメッセージを寄せてくれたtupera tuperaのお2人。人気作「しろくまのパンツ」の続編となる本作も、読んで遊んで楽しめる1冊。ねずみさんに合わせたキュートなサイズなので、持ち歩きにもぴったり。トイレットレーニングのきっかけにもおススメ。



▲ねずみさんのパンツがなくなっちゃった!? ページをのりながら、しろくまと一緒にさがしてみよう!

DATA

tupera tupera

絵本・著書の紹介はこちらをチェック



プレゼント応募方法

プレゼント応募締切

2023年10月15日



専用のQRコードを読み込んで、好きなプレゼントを選び、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。(10月下旬の予定)
- 多数の応募が予想されますので、1世帯1応募とさせていただきます。同世帯より複数応募の場合は無効となりますので、ご注意ください。
- キッズドームソラリスの有効期限は12/19までとなります。
- 宿泊券が当選された方は、ご予約時に当該チケット利用の旨をお伝えください。
- 「店頭引換」のプレゼントの場合は、弊社より発送されたチケットを持参の上、お引き換えください。

31

山形ランチパスポート Vol.20 10名様

★書籍

8月27日にランチパスポート第20弾が発売! 今回はランチ・麺・テイクアウトのお店を90店舗掲載。パスポートを利用すれば、750円以上のメニューが600円でお得に食べられます。ランチで山形を盛り上げよう。使用期間は11月26日まで。



▲1,000円で食べられるプレミアムもあるよ!

DATA

株式会社  
アサヒマーケティング

☎023-686-4331

📍山形市立谷川2-486-14





R+house

9/24日 OPEN

KENSO  
X  
建築家  
山本清美

内覧会 & トークイベント

— 家族がつながる家づくり —

建築家山本清美先生が設計し、KENSOが施工した家で「家族のコミュニケーション」をテーマにしたトークイベントを開催します。デザインだけでなく、住み手のライフスタイルや家の性能など家づくりのあれこれについて、建築家をお話ができます。



Profile

山本清美

建築士 建築士事務所

建築士事務所

〒464-0292 山形市植野前13-2

http://www.kayaaarchitects.com/

建築家はクライアントの意思を支え具現化する役割である。建築はクライアントの「思い」が育み出した独自の空間になる。と考えています

ホームページ

Instagram



こんな方にオススメ!

- ・家づくりを真剣にお考えの方
- ・自分のライフスタイルに合わせた家になりたいとお考えの方
- ・おうち時間が楽しく過ごせるような家になりたいとお考えの方
- ・どんな家になりたいか、よくわからずお悩みの方

事前にご予約の上お越しください

9/24 SUN 予約制

- ① AM 10:00 ~ (4組) 限定 8組
- ② PM 1:00 ~ (4組)

会場: 山形市内

- ※ 山本先生が設計を、KENSOが施工をした家を会場に行ないます
- ※ 詳しい場所は申し込み後にお知らせします



予約はこちら

こちらのQRコードの予約フォームよりお申し込みください

KENSO  
株式会社 建築

0120-847-553

iiee@kenso.biz

山形市植野前13-2

https://www.kenso.biz/

https://www.instagram.com/kenso\_iiee/

WEB 予約限定

初めてご来店の方  
クオカード 3,000円  
プレゼント

※条件があります。詳細はHPをご覧ください。

スマホで簡単注文!

生協の宅配  
はじめませんか?

コープの個人宅配を始めるなら今!  
Web加入キャンペーン実施中!

Webから個人宅配にお申し込みの方に

最大 3,000円分  
ポイントプレゼント!

※ご加入後、一定期間のご利用継続などの条件がございます。

予約 4万名!!  
ご利用中!

※法人・個人宅営業時  
(2023年6月現在)

ゆっくり  
買い物  
できない...

献立が  
マンネリ  
しちゃう

安全・安心な  
食品を  
使いたい!

子育てファミリーのこんな悩みも生協で解消!

今なら コープで人気の  
冷凍離乳食3点セットを 500円でお試し!

配送料無料!  
押し(ほこ茶?)



さらに Web加入の際、  
秘密のコードを入力すると

追加で 500円分  
ポイントプレゼント!  
個人宅配申込画面の「担当ナンバー」欄に  
1045-91111 をご入力ください。

※有効期限: 10月31日

利用のイメージを詳しく知るなら  
動画がおすすめ!

キャンペーンへの  
申込もコチラから

今すぐチェック!



お問い合わせ 生活協同組合 共立社 コールセンター ☎ 0120-916-244 【営業時間】月～金: 9:00～20:00 / 土: 9:00～18:00

# 親子連れ de ランチ

## 山形 | イソリア料理 ソイノ | INYORIA RYOKU SOINO

### 旬の食材をふんだんに使用した イタリアンランチ

山形市七日町にオープンした「ソイノ」。「その朝の採れる新鮮な食材にこだわり、シンプルな調理法で美味しいものを美味しく提供したい」と話すオーナーの磯野さん。1階はイタリアンレストランですが、2階はカジュアルなパル、テイクアウトのお惣菜やスイーツが手軽に楽しめる「sonori」としてオープンする予定。ライフスタイルに合わせて楽しみ方を選ぶことができます。「家族みんなで気軽に足を運んでほしい」と日曜のみランチ営業中。契約農家さんから届けられた旬の食材の旨味を、カジュアルにそして賢気に味わってませんか？



TODAY'S LUNCH MENU  
ランチセット  
(1,650円)  
前菜、パスタ、フォカッチャ付き

素材の良さを最大限に引き出した前菜、仕入れによって変わる日替わりパスタ、店内仕込みのフォカッチャが並びランチ。野菜の美味しさを味わい、じっくり煮るのひと皿です。

▶ 風取らない空気から地もスタイリッシュな店内にはキッズチェアもありますが、ファミリーなら広めのテーブルがある2階がおすすめ。



### ドルチェ3種の盛り合わせ (880円)

香り、盛り付け、味わいが見事なドルチェプレート。ランチタイムはセットとして、ディナータイムは単品で注文。季節ごとに新たな味に出逢えます。

### イソリア料理 ソイノ

【住】山形市七日町2-1-19 ☎023-576-7026  
【密】18:00~22:30 (ランチは日曜のみ11:30~14:00 L.O.13:30)  
【休】月曜



支店名	営業時間	予約	テイクアウト
山形市七日町	11:30~22:30	あり	あり
山形市七日町	11:30~14:00	あり	あり

## 天童 | Kesemoi daughter | ケセモイ daughter

### ママもキッズもHappyになれる！ おしゃれランチスポット

アジアを感じる神秘的な雰囲気と、ヨーロッパのリゾート地をミックスしたような「Kesemoi daughter」、ブラジルジャパニーズをテーマにした洗練された空間では、地中海料理とカルフール2料理をベースに、自然を感じるクリエイティブなランチが楽しめます。ランチに組み合わせで欲しいのが、マンゴーの木で作ったお皿で楽しむサラダバー。フレッシュ野菜やフルーツを心ゆくまで味わい尽くせます。グアバやマンゴーヨーグルトなどトピカルなドリンクもそろっているので、アピチア気分も味わえますよ。



TODAY'S LUNCH MENU  
ハンバーグ  
(1,350円)  
サラダバー(+390円)

じっくりと焼き上げたボリューム満点のハンバーグ。ナイフを入れると肉汁があふれ出すほどのジューシーさ。新鮮なサラダと一緒に、お腹いっぱい召し上がれ。



◀ 広めの小上がりが多数あり、赤ちゃん連れでも安心して過ごせる店内。海外で買い付けた農産品が並び、食事と共にインテリアも楽しめます。

### キッズプレート (800円) ※ドリンク付き

子どもたちの好きなメニューがそろった厳選プレート。ハンバーグやパスタなど、大人もつい注文してしまいたくなる本格さ。ドリンクは4種類から選べるのもうれしい。



### Kesemoi daughter

【住】天童市芳賀タウン北4-1-1 別棟BIZ CREEK内  
☎023-566-6219  
【密】(ランチ) 11:00~15:00、(ディナー) 17:00~21:00 (L.O.20:30)  
【休】なし



支店名	営業時間	予約	テイクアウト
天童市芳賀タウン北	11:00~21:00	あり	あり

Present 焼き菓子 10名様

Present キッズプレート 5名様

# 山形みんなで子育て応援団



ママリポーター  
5歳の男の子、  
2歳の女の子のママ。



ママ・パパの心強い味方

「赤ちゃんほっと♡ステーション」&「やまがた子育て応援パスポート」

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協力により取組みを進めている「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。

## 授乳やおむつ替えのできる安心スポット

### 赤ちゃんほっと♡ステーションとは？

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、要件を満たす施設を県が「赤ちゃんほっと♡ステーション」として、登録・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。



山形県総合運動公園の赤ちゃんほっと♡ステーション ▲

### 施設はどうやって探せるの？

「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、右のステッ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ができます。



詳細や登録施設の確認はこちらから



## 企業や店舗で様々なサービスが受けられる

### やまがた子育て応援パスポートとは？

県内にお住まいの子育て家庭に「やまがた子育て応援パスポート」を交付しています。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。

対象
18歳未満の子または妊婦がいる家庭
有効期間
末の子が18歳に達してから最初の誕生日3月31日まで

### どう使うと使えるの？

- 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ダウンロードできます。
- ダウンロードに必要なパスワードは市町村窓口で交付してもらうか、県の電子申請で申し込むことができます。
- ダウンロードしたパスポートは、世帯構成全員で共有して利用可能です。
- 紙のパスポートを希望される場合は、市町村窓口にて配布しています。



### 使えるお店は？ サービス内容は？

- R5.8.31現在、3,678店舗から協賛いただいています。
- 協賛店は、店頭にあるステッカーやのぼりが目印。
- 「協賛店検索システム」を使えば、市町村や業種で絞り込みが可能で、各店舗のサービス内容も確認できます。
- 「パスポート協賛店マップ」により、地図上で協賛店を探することもできます。



#### 〈注意事項〉

- 子育て応援パスポートは、H31年3月を対象に18歳未満の子のいる世帯に拡大し、電子画像化しています。以前のパスポートは使用できないので、改めて取得する必要があります。

- サービスは協賛店のご厚意により提供いただいています。ルールやマナーを守ってご利用をお願いします。

### 「赤ちゃんほっと♡ステーション」の登録施設・「やまがた子育て応援パスポート」の協賛店を募集中!

県では、引き続き、子育て世帯を応援していただける登録施設・協賛店を募集しています。赤ちゃんほっと♡ステーションの登録に向けた施設整備に活用できる補助制度もありますので、ぜひご活用ください。

登録のお申込み方法や補助制度の詳細は、やまがた子育て応援サイト内の各事業ページ(上記各QRコードよりアクセス)でご確認ください。

### 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「赤ちゃんほっと♡ステーション」や「やまがた子育て応援パスポート」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名様にご賞品として「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10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/023-630-2318  
E-mail/ykosodate@pref.yamagata.jp

やまがた子育て応援サイト

🔍 一検索はコチラ!

WEBで  
チェック!



# ママの一日

Mam's one day

相磯  
(高橋)  
舞さん



[本人]43歳 [夫]55歳  
[長男]大地くん5歳 [長女]光ちゃん3歳

千葉県出身。大学卒業後、山形放送局に入局。アナウンサーとして様々なラジオ・テレビ番組を担当、持ち前の明るいキャラクターで一躍お茶の間の人気者に。結婚・出産を機に退職。子育ての傍ら、ヨガ講師の資格を取得。男女のママとして子どもたちとの毎日を全力で楽しむ。山形市在住。

家事に、子育てで、仕事にと、日々忙しいママたち。  
このコーナーでは、気になる素敵なママたちの一日を紹介していきます。



## アナウンサーからヨガ講師へ



幼少の頃からテレビの仕事に慣れ、天気予報のお姉さんの真似をしていたと振り返る舞ママ。大学卒業後は、山形放送のアナウンサーとして活躍。地域の魅力を伝える仕事にやりがいを感じていましたが、結婚後はパパと話し合い、出産を機に家庭に入ることを決意。長男出産後、これからは違った輝やかな日々を楽しめたいと、「何か新しいことを始めたい」とベビーヨガ講師の資格を取得。「お子さんとの触れ合いを通じて、ママたちのリフレッシュの場になってほしい」とレッスンを開催しています。

## 子育てを中心に



今大事にしているのは、親子の時間。「体に鞭を打たながら、おにごっこをしたリアプロレスごっこをして汗だくになるまで遊んでいます。一緒に遊ぶ時間は有限。一生懸命家事をするよりも、私が笑顔でいられることを優先して欲しいとパパも言ってくれますので、洗いや洗濯物を諦める日もありますよ(笑)」

そんなママのストレス解消は、お風呂。たっぷり汗をかいてお風呂を確保し、また翌日から新鮮な気持ちで家族と向き合います。

## Mam's memo

### 子どもたちと一緒に

お手伝いが大好きな2人。特に、だいちくんは料理に興味津々なんだとか。簡単かつ美味しい「アイスづくり」は特にお気に入り。自然な甘さで養ったふり、洗い物も少ないので、ぜひおすすめしたいレシピです。

〈材料〉  
・バナナ…適量  
・牛乳…適量  
・豆乳…適量  
・はちみつ…適量  
・チョコレート…適量  
・お好みのトッピング  
(クーンフレックなど)



〈作り方〉

- ①熟したバナナをファスナー付きビニール袋に入れて冷凍する。
- ②①を冷凍庫から出し、牛乳、豆乳、はちみつをお好みで入れてミキサーにかける。
- ③②をもう一度ファスナー付きビニール袋に入れ、袋の上からモミモミする。
- ④③を製氷機に入れ、溶かしたチョコレートでコーティングする。
- ⑤④を器に盛りつけ、お好みでフレックをトッピングして完成。

## 取材を終えて

「30代は全力で好きなことに取り組んできたからこそ、40代からは子育てにギアチェンジ」とアラフォー子育てを前向きに語る舞ママ。同じアラフォーママとしてパワーをもらいました!



今日から始める

# 未来の自分と大切な家族へ 安心のプレゼント ～ブレスト・アウェアネス～

いまや、「9人にひとり」の女性がかかる乳がん。がんこわいというイメージがありますが、乳がんは早期発見・早期治療で90%が治りうる病気。近年は、治療の選択肢も広がり、生活スタイル、人生観を大切にした医療へと変化しています。子育てや仕事に忙しい20～40代のmamaidママにとって、検診へ行くのもちよびハードルが高いもの。まずは、乳房を意識する生活習慣（ブレスト・アウェアネス）をはじめませんか？



## 乳がんセルフチェック



月経後1週間くらいの間、月1回check日を決めよう

### 自分の乳房を視て・触ってみましょう

みて check



鏡に向かい、両腕を高くあげたり、まっすぐ下したりして、乳房の変化を“みて”チェック。

みてスタート

乳房に気になる左右差がある  
YES

乳房のどこかに皮膚のくぼみやひきつれがある  
YES

乳首がへこんだりただれがある  
YES

乳がん検診を待たず、すぐに婦人科ではなく  
**専門の医療機関（外科・乳腺外科）**  
を受診しましょう

2年に1回乳がん検診を受けましょう

さわって check



●乳房全体を「の」の字を書くように、ぐっと押し込めてしっかりと触る。  
●乳房の外側、脇の下も忘れず。  
※しじりは、手にふれると動く感じがします。

さわってスタート

乳房のしじりや盛り上がりを感じる  
YES

わきの下にしじりがある  
YES

乳輪をしぼると分泌液がでる  
YES

40才以降は、2年に1回の乳がん検診を受けましょう

検診で異常がなくてもセルフチェックは続け、いつもと違うと感じたらすぐに受診することをおすすめします。



変化に気がついたらすぐに相談にのってみよう。



山形県では20代・30代を対象に、無料で受けられるがん検診や検査を実施しているみたいだよ。今度一緒に行ってみよう。

山形県のがん予防支援事業の詳細はこちら



# やまがたピンクリボン運動 2023講演会

ピンクリボン運動とは 世界的に広まっているピンクのリボンをシンボルマークにした乳がん撲滅運動です

9/23(土)  
13:30▶15:00  
イオンモール天童  
2Fイオンホール

第1部 講演  
①乳がん検診のこと 天童市民病院 木村青史氏  
②乳がん治療のこと 山形済生病院 太田圭治氏  
③最新情報（遺伝やサポート） 山形県立中央病院 牧野季俊氏

第2部 体験者からのメッセージ  
入場無料・申し込み不要です。お気軽にお立ち寄りください。

9/24(日)  
14:00▶14:30  
イオンモール天童  
1Fグリーンコート

ステージ  
「一緒に考えよう乳がんのこと」



詳細は やまがたピンクリボン運動公式HP やまがたピンクリボン 協会

文翔館ライトアップ  
期間▶10/1～10/9  
時間▶18:30～21:30



主催/やまがたピンクリボン運動実行委員会 事務局(山形県立中央病院内) TEL.023-685-2626 〒990-2292 山形市青柳 1800 番地



## 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、ママ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。

自分の命と乳房を守る  
乳がん



マーエーぼんだ

鈴木外科胃腸科医院

院長  
鈴木明彦 先生

■ 山形市七日町A4-7  
■ 023-623-1966



TOPIC

## 1 最新の乳がん患者数

女性のがんの中で最も多い乳がん。2019年のデータでは、生涯に乳がんを患う女性は9人にひとりと身近な病気といえます。年代別でみると、乳がんの罹患率は30歳代後半から増加し始め、40歳代後半から50歳代前半がピークにこれは、働き盛りの時期の病気であることを示しています。さらに、閉経後の60歳代前半で再びピークを迎える傾向があります。また、男性では生涯を通じて1000人に1人が乳がん罹患するとされています。

2022年国民生活基礎調査では、乳がん検診受診率(40~69歳女性)は全国平均47.4%。山形県は61.0%と全国1位でした。しかし、日本の女性は諸外国に比べると検診受診率が全体的に低い傾向があり、トップのアメリカは8割に上がります。がん検診の目的は、早期発見・早期治療も大切ですが、がん死亡率を減らすこと。乳がん死亡率は横ばい傾向ですが、受診率が70%以上でないと死亡率減少効果が期待できないと言われています。自分の命を守るためにも積極的に検診を受けましょう。

TOPIC

## 3 気をつけたい乳房の変化

乳房の変化には、圧痛、熱感、腫脹のあるくさび形をした病変で、38.5℃以上の発熱などインフルエンザの様な身体の痛み、全身性の疾患としての症状を伴う「乳腺炎」や、乳頭乳輪下に膿瘍を形成する「炎症性疾患」、皮膚のびまん性発赤、浮腫、硬結といった所見がみられる「炎症性乳がん」があります。

また、しこり感とともに、もっとも訴えが多いのが「乳房痛」。排卵から次の月経までの黄体期に分泌されるホルモンの作用で、乳房に張りや痛みを感じます。多くは生理的なもので日常生活に支障をきたすことはありませんが、強い痛みが続く場合には治療の対象となります。周期的な強い乳房痛は、乳がんの発症や増殖、発育に関わる危険因子のひとつで、乳がんのリスクを高めることも知られています。30~50歳代で、乳腺にしこりや痛みが生じたり、乳頭から分泌物が出たりなど様々な症状を伴ったりする「乳腺症」は女性ホルモンの乱れによって発症します。

TOPIC

## 2 正しい知識とプレスト・アウェアネス

がん＝こわい病気というイメージがあるかもしれませんが、しこりが2cm以下のステージⅠの早期がんであれば、きちんと治療することで95%以上の方が治すことができます。大切なことは、正しい知識を知ること。そして、早期発見・早期治療にすることができるように、プレスト・アウェアネスをはじめましょう。

乳がんは体の表面にできるので、「自分で見つけることができるかもしれないがん」であるのが特徴。日常生活の中で自分の乳房の大きさ、硬さ、月経の周期に連動した変化など「いつもの状態」を理解し、覚えることで、ちょっとした変化に気がつくきっかけとなります。

### セルフチェックのPOINT

1. チェックのタイミングは、月経1週間後くらいに。(閉経前)
2. 月に1度、セルフチェック日を決めよう。(閉経後)
3. 異常を探すという意識よりも、今までの生活ではなかった変化を感じ取ることが大切。

TOPIC

## 4 もしも変化に気がいたら

乳房の変化に気がいたら、迷わず医療機関に相談することをおすすめします。この場合、受診するのは、「外科・乳腺外科」です。もし、しこりなどがあっても全てが乳がんとは限りません。良性疾患である乳腺症、のう胞、線維腺腫などのことも多いもの。次の検診を待ったり、受診を先延ばししたりすることは早期発見の機会をのがすことにつながりますので勇気をもって受診してみましょう。また早期発見することで、体への負担が少ない治療で治すことができます。

「シェアード・ディジション・メイキング」という言葉を聞いたことがありますか？ これは医療者と患者さんがエビデンス(科学的根拠)を共有して一緒に治療方針を決定するというものです。乳がんの治療は10年以上になりますので、医療者と良好な人間関係をつくることも重要になります。



Life おかげさまで10周年記念キャンペーン 11/30まで

**日** 常の家事全般(掃除、洗濯、買い物、病院のお付き添い、送り迎えなど)、真心を込めてお手伝いをさせていただきます。エリアやサービス内容など、まずはお気軽にお問合せください。

PICK UP

☆「mamaid見たよ」で、初めてのご依頼の方のみ  
送料込2時間 6,050円のところ  
→5,500円(税込)  
☆おままだにお菓子プレゼント  
直通携帯電話 080-2838-5780まで



家事おてつだい ハートフルべあ

住/東江市大字日和田601 TEL/0237-84-0267, 080-2838-5780 (直通)  
お問合せ時間/8:00~17:20 [「ハートフルべあ」](#) [「検索」](#)

# 20周年記念

やまがたの子育て

# INFOMALL 特別版

Life 研究協力者募集

**山** 形大女子ども研究室では、幼児・小学生の研究調査にご協力いただける方を募集します。

PICK UP

対象:県内の年中(4, 5歳)・小学2年(7, 8歳)  
・小学5年(10, 11歳)のお子様と保護者様  
内容:お子様:実験・観察、保護者様:アンケート  
調査日程:ご都合のよい日時(1回のみ)  
調査場所:山形大学小白川キャンパス  
謝礼:図書カード4,000円



山形大学地域教育文化学部 本島優子研究室 (担当:伊藤朋子)

住/山形市小白川町1丁目4-12 上記の研究以外にも乳幼児を対象とした調査を行っております。詳細はお問合せ@webサイトまで▶  
E-mail: akachan@baby.apples.jp



Life 働くママの困ったを解決! コープの宅配

**日** 々の買い物が大変「食の安全やバランスのいい食事を用意したいけどゆくり選ぶ時間が無い。」ママたちの悩みを宅配で解決します。

PICK UP

コープの魅力が移ってわかる!  
動画利用ガイド  
申込み・注文方法などの基本的なことや「何に何をどうするの?」などの疑問も動画で解決できます



生活協同組合 共立社

住/山形市上柳67-1(山形本部) TEL/0120-916-244  
営/月~金 9:00~20:00、土 9:00~18:00

Clinic キッズスペース、オムツ交換台完備

**山** 形市上町に移転開院。祝日を除き、毎日診療しているので、ライフスタイルに合わせて、診療・検診・メンテナンスに通えます。お子さまはガチャガチャをもらえます。

PICK UP

小児・大人矯正、ホワイトニングなど各種治療のご希望を踏まえ、カウンセリングしたうえでの診療を行っております。



医療法人草寿会 スピカデンタルクリニック

住/山形市上町3丁目11-7 TEL/023-674-9981  
診療時間/月~金 9:00~13:00, 14:00~18:00 土 9:00~13:00, 14:00~17:00

Clinic 自分の家族にしたいと思える診療を!

**院** 長自身も持つ母親として、お子様にも楽しく通ってもらえるような雰囲気づくりを大切にしています。お気軽に来院してみてください。

PICK UP

充実の院内設備  
ベビーカー専用室としてOKOパリアフリー設計パーテーションで仕切られた診療室  
お子様に目が届くキッズスペース完備  
おむつ台も備えたパウダールーム



まり歯科クリニック

住/山形市小白川町4-24-13 馬見ヶ崎プールジャパ(近く) TEL/023-665-1182  
営/月・火・水・金 9:00~12:30, 14:00~17:30 木・土 9:00~13:00 休/水・土・日・祝 P/10台

Clinic 患者さまの一人ひとりに向き合い、治療を進めています!

**親** 子と一緒に定期的な検診と予防をすることが健康の歯を保つこと!と院長。女性医師もおり、歯医者が苦手な子どもも安心です。

PICK UP

クリニック規模拡大のため  
増築工事中!  
10月23日完成予定!  
診療の予約がとりやすくなります!



かつぎ歯科クリニック

住/山形市馬見ヶ崎2-10-14 TEL/023-676-8412  
営/9:00~13:00, 14:30~19:00(土曜~17:00) 休/水曜・日曜 P/10台

Clinic 保育スタッフによる、託児を利用できる歯医者さん

**預** かりは別室でも、診察室に設けたプレイスペースでも対応可能です。事前にご予約ください。診療科目は一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科

PICK UP

院長も4人の子をもつママなので同じ目線で気づかいを心がけています。歯に関するちょっとしたお悩みでも、一人で抱えず相談してください。  
●WEBからの予約OK!



みはらしの丘デンタルクリニック

住/山形市みはらしの丘4-2-15 TEL/023-679-5801  
営/9:00~12:30, 14:00~17:45 休/水・日・祝日 P/10台以上

## Life 子どもの成長や日常生活でお悩みのへ

### 医療的ケアやリハビリができる療育施設がオープン

**医**療的ケア児・発達障がい児を支援する療育施設が山形市内にオープンしました。看護師やリハビリ専門職(言語聴覚士、作業療法士、理学療法士)がそろっているため、医療的ケアやことばの練習、日常生活・動作の練習などに幅広く対応ができるのが特徴です。「まわりの子どもが成長が速い気がする」「集団行動になじめない」などでお悩みの方はぜひ一度相談してみてくださいか?



PICK UP

ゆめ希はたくさんの方からのご支援によって支えられております。私たちの事業にご理解・ご賛同いただける方は、ぜひ寄付をお寄せ下さいませようお願いいたします。Amazonほしいものリストも公開中です! 寄付の方法についてはホームページをご覧ください。



### こどもリハビリデイサービス ゆめ希

(代表:伊藤 浩也)

住/山形市馬見ヶ崎三丁目21-11 TEL/023-676-860  
営/8:30~17:30 休/日祝日

## School 人気の親子クラス無料体験受付中!!

### お父さんと一緒に英語を楽しみませんか?

**親**子クラスは親子で参加いただくオールイングリッシュのレッスンです。講師は全員外国人! 英語のシャワーを浴びながらの遊びの時間、英語の歌や手遊び、絵本を使って楽しく英語に触れていきます。また、授業ではご家庭でも使える様々な英語表現をお教えます。日本人スタッフもおりますのでご安心ください! 耳が一番発達する貴重な期間だからこそ! お父さんと一緒に楽しく英語に触れてみませんか。



PICK UP

### 幼児クラスの無料体験レッスンも随時募集中!

幼児クラスはマイ英語スクールで人気のクラスの一つです。随時無料体験レッスンを募集しておりますので、お近くのスクールにお問い合わせください!



### マイ英語スクール有限公司



TEL/0120-43-6944  
受付時間/次~金 14:00~21:00、土10:00~17:00  
休/日、月、祝日 <http://myeigo.com>  
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

## Life 上山市と一緒に子育てしませんか?

**上**山市は子育て世代を応援します! 市内に住宅を建設・取得する子育て世帯に最大100万円補助! かみのやまで新生活を始めませんか?

上山市ファーストタウン石堂  
新築宅地分譲予定! (全43区画)  
詳細はお問合せください。



### 山形第一不動産

住/上山市八町2-20 TEL/023-672-4579  
営/平日9:00~18:00、土曜9:00~15:00 [info@y-fudousan.net](mailto:info@y-fudousan.net)

## Life 想いをかたどる一資産価値になる住宅

**ア**クスホームは、将来資産になる住宅をめざします。構造や施工能力、デザイン性、スペックを一度もデルハウスでご体感ください。

PICK UP

### 来場予約キャンペーン実施中!

今からWEBからご来場予約のたびに  
10,000円分Amazonギフトカードプレゼント  
(アンケートの回答をお楽しみいただけます)  
●最新のイベント情報はWEBからチェック!



### AXIS HOME

住/天童市芳賀タウン北4丁目1-1 イオンモール天童店内  
TEL/023-665-4781 営/10:00~19:00(最終受付) 休/年中無休

## Life プロの技でくらしのきれいをサポートします

### エアコンクリーニングもes-oneにおまかせください

**と**ても暑かた今年の夏。大活躍したエアコンはカビ・ホコリを今シーズンのうちにクリーニングしておくのがおすすめです。表面パネルやフィルターは自分で掃除ができますがカビやニオイの元は分解して清掃が必要です。自動お掃除機能付きエアコンもフィルター内部にはホコリはたまると、内部は精密な作りになっているケースが多く、プロに頼むのが安心です。弊社では各メーカーのエアコンに対応可能です。



PICK UP

### サービス内容

キッチン/浴室/トイレ/洗面所、レンジフード/全自動洗濯機分解クリーニングなどハウスクリーニング全般。エアコンなど家電の修理や移設・交換も承ります。

### ●今だけキャンペーン

「maid見たよ」で  
エアコンクリーニング(壁掛けエアコン)  
1台 14,300円のところ **⇒ 13,200円**  
※フィルター自動お掃除機能付きは+7,000円  
※2台以上ご依頼の場合、割引させていただきます  
※2023年10月31日まで



### 株式会社Es-One (エスワン)

住/山形市小立3-11-8-8  
TEL/023-665-1932  
営/8:30~20:00 休/不定休



School 秋のお得な学習応援キャンペーン

新年度を見据えて今のうちに準備！ 9月19日から！

ジェムズ英会話にキャンペーン中にご入頂くと、入会金無料・2ヶ月間授業料が半額でスタートできます。もしくは10ヶ月分を一括払いで2カ月分の無料！年度途中でも安心して始められる。指導経験豊富なネイティブ講師が、クラスの特性・理解度に合わせて指導します。聞いて分かる・話せるレッスンだから、継続して楽しく英語を吸収します。生きた英語に触れて、将来に繋がる英語力を身に着けましょう！



PICK UP

☆各校お勧めクラス時間帯☆

年中・年長クラス	毎週金曜日 16:20-17:00(山形校)
	毎週木曜日 15:00-15:40(天童校)
	毎週土曜日 10:00-10:40(米沢校)
小学低学年クラス	毎週木曜日 16:00-16:50(山形校)
	毎週水曜日 16:10-17:00(天童校)
	毎週水曜日 16:00-16:50(米沢校)

無料体験申込はこちらから▼



※上記の時間以外にも様々なレッスンをしております。お気軽にお問合せください！

全国外国語教育振興協会加盟 ジェムズ英会話

TEL/0120-30-4911 営/土曜10:00-19:00、火～金曜12:00-21:00 休/日・月・祝  
山形校：山形市七丁目1-2-42 2階、天童校：天童市東本町1-15-22 1階、  
米沢校：米沢市門東町3-4-13 1階  
www.jemz.co.jp/jkworld/ ジェムズ英会話 検索

School 世界で活躍できる「自分」を手に入れよう！

プログラミングって何？ 難しいの？

ゲームもスマホもリモコンも、プログラミングがないと動きません。Swimmyは、IOT×AIプログラミングの教室です。マンツーマンで、お子様の個性・能力に合わせて、丁寧な指導を進めます。年長さんから始めても大丈夫。遊び感覚で親しみ、触ることを通して覚えられます。無料体験は、いつでもOK！ お父さん、お母さんも一緒に体験してみませんか？ 詳しいことは、HPを見てね！



PICK UP

プログラミングスイーの隣に  
コルプラス（児童発達支援スクール）が年内開校！

発達にでこぼこのある子どもの自己肯定感を育むことから始まります！ 出来ることが増えるのは世界が広がること、楽しいことが増えることを言葉に、子供が自ら幸せになる姿を目指します。



Swimmy 山形校

住/山形市浜崎7  
TEL/023-676-9988(土日)  
090-6338-8899(月～金)



School 幼児水泳教室、小学生水泳教室、キッズバレエ教室、生徒募集中！

10月から4年ぶりに幼児水泳教室、小学生水泳教室を再開！

山形市馬見ヶ崎プール「ジャパ」では、4年ぶりに幼児・小学生向け教室を再開。幼児水泳教室は就学前の児童が対象で、水慣れ・浮き身・パタ足等の水泳の基本動作を練習します。小学生水泳教室は小学1、2年生が対象で、水に慣れることから泳げるようになることを目指します。はじめてのキッズバレエは3～6歳（就学前）が対象で、ストレッチや簡単なステップからバレエの基礎を身につけ柔軟性やリズム感を高めます。



PICK UP

- 【水泳教室募集中】 費用：各3,300円/月(別途プール入場料200円)
- 幼児水泳教室(よこ組)/日時：金曜日15:00～16:15/対象：4～6歳(就学前) 定員：25人
  - 小学生水泳教室(金組)/日時：金曜日16:30～17:45/対象：小学1、2年生 定員：25人
- 【キッズバレエ教室募集中】
- はじめてのキッズバレエ 日時：金曜日16:30～17:30/対象：3～6歳(就学前) 定員：20人 ※先着順。定員にり次第締切。※期間は10月～3月。 ※全コース初心者向けになります。

山形市馬見ヶ崎プール ジャパ



住/山形市小白川町字原1237  
TEL/023-633-8989  
営/火～金曜 3:00～20:00、  
土・日・祝 1/2、3/12/29/30 9:00～17:00  
休/月曜(祝日営業翌平日休み) 駐/有



School 子どもたちに音楽との出逢いと喜びを

楽器がなくてもはじめられる！ 山形ヴァイオリン倶楽部

明るくて華やかな音色が特徴のヴァイオリン。習い事として一度は誰もが憧れますが、「楽器がないから」「難しい」とあきらめていませんか？ 山形ヴァイオリン倶楽部では、ジュニアから気軽にレッスンに通うことができます。大人になってからでも楽しく無理なく上達できるの、親子で始める方もいるそう。宮城を中心に全国で活動するプロのヴァイオリン奏者と一緒に、音楽の世界を広げてみませんか？



PICK UP

- 対象/ジュニア 3歳～17歳(ヴァイオリンは無料貸与いたします) シニア 18歳以上(年齢制限なし) ※ヴァイオリンのレンタル制度あり(有料)
- レッスン料/ジュニア…1,200円(20分) 3,500円  
シニア…1,100円(30分) 5,500円  
※組々のレベルによってコマ数・時間の調整可能
- 場所/山形市内(山形駅周辺)のスタジオ、レッスン室等  
※明後会館楽器体験会は事前予約制。ご希望される方は、レッス見学可能です。



ハナズキ音楽アカデミー (ハナズキ音楽事務所内)

住/仙台市青葉区通町1-7-24-2801  
TEL/070-2644-6015  
問い合わせはお電話または  
hanamizuki@ac.cyberhome.ne.jp



担当：日下(ササ)

## Cafe

## みんなが笑顔になれる 街の食堂

最初から最後まで しっかりと具材の味を楽しむおむすび

**体**に優しいお惣菜やお弁当で人気の「ニコル食堂」が、小白川町に移転しリニューアルオープン。「街に根づくお店になれよう、おいしい、手ごろに提供できる」おむすび」を用意しています」と話す店主の菊池さん。具材は定番から変わり種まで26種類。さばりやサムコムチーズなど、チャレンジしてみたくなるラインナップがそろいます。座敷席もあるので、お子さんと一緒に作りたいをイベントにして堪能しよう!



PICK UP

出来立てのおむすびのほか、カラダを内側から整えるお弁当、お惣菜も店内にて販売中。

●「マーマイドみたよ」でお味噌汁1杯サービス (1グループ3杯まで) ※10/14まで



ご家族ランチボックス1,000円、油淋鶏丼500円



## おむすびと発酵弁当 ニコル食堂

住/山形市小白川町1-5-23  
TEL/050-8890-5727  
営/11:00~14:00 休/不定休  
駐/近隣1台



## Life

## おいしいゴハンが食べられるいえ

おいしいゴハンが食べられる>日常の不安・心配・ストレス

**家**は、多岐にわたるストレスから開放される場所であってほしい。家の中だけ「ストレスフリー」で過ごしたい。「明日への力を充実に活力を補充する場所であって欲しい。」「家族と楽しく過ごせる」空間「家族を守り、安心できる」場所にしたい。誰もが願う家の目的です。この目的はただ家を建てて住むだけでは実現出来ません。家を計画する過程がとてま大切。私たちはそのプロセスをお客様に提案し、きつとお役に立つことに努めています。



PICK UP

家族が安心して健康的に暮らすことができる家



## 株式会社ハート・コーポレーション

住/山形市風見ヶ崎3-22-1  
TEL/023-682-8123  
営/10:00~18:00 休/不定休  
https://www.heart-co.com



## Recruit

## 山形ロイヤル病院介護スタッフ募集中!! (病院経験不要)

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病院です。現在、入院患者様の介助や看護職のサポートを行う介護スタッフを募集します。充実の教育体制で介護の資格がなくても安心です。また、介護福祉士の資格取得をサポート。働きながら資格を取得したスタッフが多数います。介護未経験の方やプランクがある方へのインターンシップや復職支援も実施中。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!**  
見学OK!  
心介護スタッフ  
お気軽にお問い合わせください  
TEL 0237-43-8080

PICK UP

募集職種 介護福祉士・介護員(常勤、パート問わず)

- 給与
- ①介護福祉士 常勤:月給183,200~(各種手当込み)
  - ②介護福祉士 パート:時給990円~
  - ③介護員 常勤:月給181,300円~(各種手当込み)
  - ④介護員 パート:時給870円~

勤務時間などに関しては下記連絡先へお問い合わせください。

## IMS (イムス) グループ医療法人財団 明理会 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)  
http://www.ims.gr.jp/yamagata-royal/



## Event

## 第3回 古着deワクテン in 山形トヨタ

世界の子どもたちにワクテンを。不要になった衣類をお持ちください!

**山**形トヨタ自動車ではSDGs活動の一環として各店ショールームに古着回収コーナーを設置、途上国へのワクテン接種資金とする取り組みを行っています。回収した古着は「古着deワクテン」サービスにより途上で販売する事で雇用を生み出し、世界の子どもたちへワクテン接種の資金として利用されます。詳しい内容は「ちよとよりみち山形トヨタ」のWEBページをご参照下さい(下記QRコードからアクセスを)。

山形トヨタで不要品と心を  
スツキリさせませんか?  
古着deワクテン 第3回  
世界の子どもたちにワクテンを!  
不要になった衣類をお持ちください!  
回収した古着は、途上国へのワクテン接種資金とする取り組みを行っています。  
回収した古着は「古着deワクテン」サービスにより途上で販売する事で雇用を生み出し、世界の子どもたちへワクテン接種の資金として利用されます。詳しい内容は「ちよとよりみち山形トヨタ」のWEBページをご参照下さい(下記QRコードからアクセスを)。

PICK UP

- 前回136袋、680名分のワクテン接種につながりました。ご協力を頂きありがとうございます。
- 場所 山形トヨタ自動車の各ショールームにて
  - 期間 2023年9月1日(金)より10月31日(火)まで
  - 利用料金 無料
- ※回収できるもの、できないものがあります。  
詳しくは左記QRコードよりサイトをご覧ください



## 山形トヨタ自動車株式会社

住/山形市南一番町11-16  
https://yt.jp/yorimichi/



## Life たのしく ゆたかなカーライフを!

### 地域と共に、愛される店を目指して

**持** 持続可能なクルマ社会の実現のために、より安全で環境に優しい電動車の普及に取り組んでいます。また歩行中の事故では7歳の事故が吐き出しており、県内の幼稚園や保育園に最寄りの店の女子社員が出勤、交通安全の正しいルールを紙芝居を通して学んでいただいています。地元大学での「課題解決型授業」、「ピンクリボン運動」への協力、店舗併設ギャラリーの無料開放等、これからも役に立てる活動を継続してまいります。



PICK UP

### わがままカーニバル開催!

9/16(金)・9/17(土)・9/18(日) 会場: いろり火の里(庄内)  
10/7(土)・10/8(日)・10/9(月) 会場: 山形ビックウイング&新庄店  
ご試乗でブルバクミニカープレゼント!  
皆様のお越しを社員一同、お待ちしております。



### トヨタカローラ山形

住/本社 山形市一番町1-15  
TEL/023-641-2120(代表) 営/9:30~18:00  
https://www.tc-ymt.jp



## Life 暮らしを支えるスモールカーで子育てを応援

### 生活によりそうクルマを多数ラインナップ

**子** 育て世代に人気のタント。軽自動車トヨタクラスの車内空間と両側スライドドアが特徴です。実際のユーザーからは、「子ども2人と一緒にでも扉に物が引っ掛かることなく乗り降りしやすいです。ストレスフリー!」水道遊びしぬれながらも、車のドアを開けて着替スペースにできます!などの満足されている声が届いています。山形ダイハツは県内に11店舗。まずはお近くの店舗で試乗体験を、車両のメンテナンスも安心しておまかせ下さい。



PICK UP

### 純正用品5万円分プレゼント!!

ダイハツの新车と純正用品55,000円(消費税別)分以上セットでご成約の場合、55,000円(消費税別)割いたします。  
※山形ダイハツ公式インスタグラムフォロー & 本誌をご持参下さい  
※新車をご成約いただいた方に限りです



### 山形ダイハツ販売株式会社

住/山形市白山3-8-30  
TEL/023-641-1551 営/9:30~18:00  
休/月曜(他、弊社カレンダーにより休日あり)



## Shop 山形県唯一の子ども眼鏡専門店「子ども眼鏡院」

### 私たちは、お客様の眼を守る眼鏡の専門家です

**子** 子どもの快適視生活を万全のアフターサービスでサポートする眼鏡店「子ども眼鏡院」が、ヴェルティアー山形店内に併設。トマトグラスシリーズ、オモドック、クラフトホック、ナイキ、コンパース、購入など、子どもたちが掛けたくる人気の子ども眼鏡が山形県最大級の常時300本以上、治療用眼鏡に最適な高品質レンズや機能レンズも豊富。まずは気軽にお問合せ、ご相談を。

### 子ども眼鏡院 KODOMO GANKYOIN



めがねはワクワクのともだち

PICK UP

### 安心の「子ども保証」で快適視生活をサポート

子ども眼鏡院は、安心の保証システムをご用意しております。  
①8歳未満のお子様は、2年間で最大3回までの無償レンズ交換が出来ます!  
②1年間のフレーム破損修理は無料!  
③メンテナンスはすべて永久無料  
治療用眼鏡、各眼科医院様・病院「眼鏡処方箋」も受け付けます



### 子ども眼鏡院 (ヴェルティアー山形店 店内)

住/山形市鉄砲町2-20-20  
TEL/023-625-5151  
営/10:30~19:00  
休/火曜日(祝日は営業)※臨時休業有



## Recruit 佐藤繊維のものづくりを支える事務スタッフ募集!

### 子育てとおしごとの両立できるパートタイム、ご相談ください

**石** 蔵を改装したセレクトショップ「GEA」を運営する佐藤繊維。糸作り、ニット製品作り、販売までの一貫体制で国内外へ向け、唯一無二のものづくりを発信しています。現在、一般事務職(パート)を募集。専用PCソフトとエクセルを使っての専用作業、書類作成などで製造現場の「稼」の下の手持ちが役割です。世界中のお客様が手に取り、笑顔になる自社開発の商品に関わるのも醍醐味です。新しいことに挑戦したい、山形のものづくりを支えたい方、ぜひご応募下さい。



PICK UP

- 募集職種：一般事務 (GEA内の自社工場に勤務)
- PC、エクセル操作、電話対応など一般的な事務作業が出来る方。
- 給与(パート)：時給900~950円
- 勤務時間：8:00~17:00の間で4~7時間程度。応相談。
- 社員割引制度あり



### 佐藤繊維株式会社

住/寒河江市元町1-19-1  
TEL/0237-86-3134





PROFILE 奥田 政行 (おくだ まさゆき) / 1969年福岡生まれ、2000年福岡市に「アル・ケッチャーノ」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。

## 山形と食べよう♪

AL-CHE-CCIANO CONCERT

# 親子で Bonappetit

ボナペティ

Lesson 27

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&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



干しいたけ

### Chef's Column



材の水分をカラカラになるまで乾燥させて、常温で数か月以上の長期保存ができる乾物。常備しておけばいざというときに役立ちますが、使い道がワンパターンになっていませんか？今回は、乾物だからこそ美味しさが増すレシピをご紹介します。使用するのは“干しいたけ”。乾燥させたこ

とで旨味が凝縮され、栄養価もUP。しいたけを戻したときの出汁は味の決め手となりますので、捨てずに活用しましょう。また、羽のような柔らかなハーブ“ディル”も爽やかな香りも味のポイント。スーパード簡単に手に入りますので、忘れずに加えてくださいな。

## MONTHLY RECIPE



### CHEF'S COMMENT /

フェデーリーニとは細い(1.2~1.4mm)パスタのこと。細めなので、オイル系のパスタとの相性抜群。手軽で栄養満点の乾物を、賢くおいしく活用してくださいな



### 今月のレシピ

#### いろいろキノコのフェデーリーニ

材料 1人前

フェデーリーニ	(1.4mm) 100g	なめこ	30g
干しいたけ	2ヶ	ディル	適量
しめじ	40g	EXVオイル	適量
エノキ	30g		

#### 下準備

- ・干しいたけは1ヶ150ccの水で3~5時間戻しておく(常温)。
- ・ディルをみじん切りにする。



#### 作り方

- 戻しいたけの石づきを取りスライスする。しめじ、エノキの石づきも取り、しめじは手でほくす。エノキは5cmの長さに切りほくす。エノキも5cmの長さに切り、手でさきむねす。
- パスタをゆでる。(表示された茹で時間より、2分早くあげる)
- フライパンにしいたけの戻し汁を入れて火にかけ沸騰したら火の通りにくいキノコから順に入れる。全て入れたら少量ずつ(2つまみ程度)入れ、沸いた状態をキープする。
- 2分早めにゆで上げた②を③に入れ、汁を吸わせるながら火を入れる(水分が足りなくなったら水を加えて調整)。パスタがちょうどいい固さになったら味見し、塩で味を整える。EXVオイルとディルを入れて全体を混ぜ合わせる。
- ④を皿に盛り、仕上げにもう一度EXVオイルとディルをかけて完成。



手でさきむねす、茹でた後、切るよりキノコ本来の味がでるようになります



干しいたけ、しめじ、エリンギ、なめこ、エノキの順番で入れよう

### 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ら嬉しいですよね。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の悩みを解消するレシピを考案してくれますよ〜! [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な。

くるととラウン

感度の  
デジタルボールは  
ボールを当てて  
遊べるみたい。  
ママを遊んで  
みようかな♡



すべり台も  
トロッポラン  
もあるよ。  
はやくあそび  
たい~

大きな  
カラクリも発見!  
ここは音楽大観望の  
デジタルボール  
本だつて

カジャ

9月1日グランドオープンした「くるとと」屋  
内遊び場と外公園、子育て支援施設、図  
書館、カフェをそなえた“遊び”と“学び”の  
交流施設。かつては養蚕業が盛んだった  
長井市らしく、蚕をくるとと優しく大切にく  
るむ蘭のように、まあるい形の建物の中で  
子どもたちの成長を見守ります。

DATA くるととあそびば

住所 / 長井市本町1-1-1 開館時間 / 10:00~18:00  
TEL / 0238-87-3260 休館日 / 第2・4火曜、1月1日

利用時間 90分程度

※事前にくるとと公式LINEをお読み  
ち追加し、ご予約の上ご来ください。  
(当日受付可)



公式LINE

ちい旅

長井編

長井市オープン! 2つのNewスポット

1日中たっぷり体を動かして遊べると聞いて、  
くまざファミリーもさっそく出かけましたよ。  
新しいカフェやスイーツスポットもめぐって、  
楽しくておいしい1日を通しちゃおう!



おすすめ

旅のルート

(約40分~1時間)

山形市内

●東北中央自動車道

●または

●R13号

●南高島IC

くまざファミリー  
kumazawa family

2 ベビーパーク



ここから  
転んでも安心!  
カラフルな  
おもちゃも  
すてき



0~2歳のキッズは、やわらかいクッションフロアでたく  
さんハイハイをして遊ぶよ。ゲートで仕切られているか  
ら、周りを気にせず安心して遊ぶことができます。



「高鳴  
しちゃお!



AREA  
MAP

4 ほんの森



人工芝と大きなクッションでくつろげる中  
階のスポット。遊びかかれたら、親子でゆっ  
くり絵本をめくってみては?

ママ、  
この絵本  
読んで~



どれ  
どれ~

3 そうそうひろば



この  
アロックスは  
どうかな?

天然芝が広がる外公園には、大きなア  
スレチックやターザンロープなどが設  
置。よちよち歩きのお友だちも遊べるか  
わいしいシーンもあるよ。タイミング  
がよければ、長井鉄道を見ることも  
できるよ。

5 緑のひろば







## 6 長井市立図書館

吹き抜けの2階壁面にも書架が並び、まるで本に包まれているような雰囲気。ホテルのロビーのような館内は開放的で温かみがあり、リラックスして読書を楽しむことができます。



読書スペース

赤ちゃん絵本から大型絵本までそろった児童書コーナーには、秘密基地のようなベンチもあるよ。



ゆっくり本が読める

## 7 DOUTOR

リングのようにくつろげる落ち着いた雰囲気の店内。キッズチェアも用意があるので、みんなでランチやスイーツを食べ、また元気に遊ぼう。



小上がり



またここに来たいな～

赤ちゃん連れてカフェでゆっくりお茶がでそう

ちょっと寄り道

## 長井の Sweets Spot

### ちょっと寄り道 01 木村家本店



長井駅前で開催して103年。看板商品はおみやげとして不動の人気を誇る「ロールパン」ですが、昔から親しまれているやさしい甘さのコッペパンも大人気！お好みのフレーバーをチョイスして、自分みにカスタマイズを楽しもう。

あんずとクリームチーズのコッペパン 178円



自家製こしあんとマスカルポーネのコッペパン 188円



どれが5食食べたよっちゃんうう

くるま誌のフレンチトースト 1,200円(ドリンク付)  
パンよりもふわわりとした車庫かさのフレンチトースト。そっと蒸えられたピンクの花冠にキュン。



白玉生熟 三味 900円(加賀焼茶付)

自家製のみたらし、だたちゃ館、京都老舗贈子店の小倉を一度に味わえる甘味プレート。お餅よりも柔らかいので、お子様でも安心して楽しむことができます。

DATA 鮎和里

住所 / 長井市成田1440  
TEL / 0238-88-2551  
営業時間 / 11:00~17:00 (L.O.16:00)  
定休日 / 火、水曜 P / 有

### ちょっと寄り道 03 春まちカフェ

ランチからスイーツまで楽しめる心地のいいカフェ。店内には、大きめのテーブルやソファ席、トイレにはおむつ交換台もあるので、ファミリーで思い思いの時間を過ごすことができます。店舗での営業のほか、キッチンカーとしてイベントにも出店中。

いちごクレープ 580円

とちおとめを使用した人気クレープ。たっぷり生クリームと果汁たっぷりのいちごの甘さを、贅沢に楽しんでみて。





## NEW SPOT 02 ピオニーの森

## 1 ヤッホーブランコ

写真映え抜群のアクティビティ。青い空と雄大な田園風景に飛びこんでいくような感覚を楽しめる大型ブランコ。ここでしか体験できない爽快感を、一度味わってみて。



今年の春オープンした「ながいピオニーの森」。「トム・ソーヤのツリーハウスや、ハイジのブランコのように、大人から子どもまでワクワクするような場所になって欲しい」と話すオーナーの手塚さん。春は芝桜、初夏はピオニー(芍薬)、秋はコスモスが咲く花公園、ヤッホーと思わず声を出したくなる大型ブランコなど、日常を忘れてゆるやかに、のんびりとした時間が過ごせます。

## 2 花公園・ハーブ園

秋はコスモスが見ごろ。赤、白、ピンクと色鮮やかに咲くコスモスは、見ているだけで癒される。晴れた日は、フォトスポットとしてもおすすめ。



自然いっぱい  
のピオニーの森で、  
ファミリーで  
たくさんあそぼう！



オーナー 手塚さん

## 3 トレーラーハウス

アメリカの絵本に出てきそうなパステルカラーのトレーラーハウス。ホテルより開放的で、キャンプよりも快適な居心地なので、周りを気にせず子どもたちもびのび過ごせそう。手ぶらでも楽しめるBBQプランもあるので、手軽にアウトドア気分を味わえるのもうれしい。

5 長井あやめ温泉  
ニュー桜島

温泉の空間には  
食卓もあるん  
ですって



たくさん遊んだら、  
ここで体を  
洗ってさっぱり  
しよう

## 4 キャンプ場

ファミキャンからソロキャンまで利用できるキャンプ場。エリア内に車を乗り入れることができるオートサイトも充実しているので、お好みでチョイスして。

9/15  
10/30  
まで手ぶらで  
楽しんで！

## 芋煮会開催中！

## 芋煮会参加料金

- 大人2,500円
- 学生2杯、おにぎり、温泉入浴チケット
- 小人(10才まで)1,500円
- 芋煮1杯、おにぎり、ヤッホーブランコ1回付

(※要予約(1週間前まで)、プランは5名様以上承ります。)

ピオニーって  
何ーに？



バラの香りに  
似た芍薬の  
お花のことだよ

## MAP



住所 長井市寺泉4246-2  
TEL 050-3490-0222  
営業時間 9:00~17:00  
定休日 火曜

※ただし、花公園・ハーブ園は定休日でも自由にご覧いただけます。

ながい  
ピオニーの森  
NAGAI PEONY FOREST

ヤッホーブランコ  
営業時間 10:00~12:00  
13:00~15:00  
(雨天中止)  
料金 中学生以下200円  
高校生以上300円



キャンプ場、トレーラーハウスは予約制。詳しくはQRコードよりHPをご覧ください。▶

# 1. 安産、初宮、七五三



## 安産

5カ月目の戌の日に、母体の健康と無事誕生の願いを込め、神社で祈願を受け、腹帯をつけます。

## 初宮

赤ちゃん誕生後、男の子32日目、女の子33日目に氏神様にお参りし、出産の感謝と報告をします。(※)

## 七五三

代表的な人生儀礼のひとつです。3歳「髪置き」は男の子と女の子、5歳「袴着」は男の子、7歳「帯解き」は女の子が11月15日に氏神様にお参りし、健やかな成長と健康を祈ります。

※地域によっては日取りが異なることもあります。

# 2. 就学

入園、入学の際に、神社にお参りし学業成就、身体健全等を祈ります。



## ラン活が終わったら、ランドセル祈願を!

ランドセル祈願とは、新たに小学校に入学されるお子様の登下校時の「交通安全」と「健やかなご成長」「学業成就」を祈り、お子様とランドセルをお慰める祈りです。お子様の門出を祝い、お祈りするご祈儀ですのでご家族でご参加ください。



# 3. 成人



18歳で成人を迎えます。氏神様にご事を奉告し、今後のご守護を感謝の心でお祈りしましょう。昔は15歳で衣服を改め冠をかぶる加冠の儀を行いました。

# 4. 結婚式



神前結婚式では、長い人生を共に助け合うこと、また二人の未来いしあわせと子孫繁栄を神様に祈りお望する、人生の最も大きな節目としての意義があります。



# 5. 厄年厄祓、長寿の祝い

## 〈大切な人生の節目〉

	厄年	
	男	女
前厄	25歳	19歳
本厄	41歳	32歳
後厄	42歳	33歳
	43歳	34歳
	—	37歳
	61歳(還暦)	
九流し(苦流し)	49歳	

## 〈お祝いの名称〉

還暦(かんれき)	61歳
古稀(こき)	70歳
喜寿(きじゅ)	77歳
傘寿(さんじゅ)	80歳
米寿(まいじゅ)	88歳
卒寿(そつじゅ)	90歳
白寿(はくじゅ)	99歳
上寿(じょうじゅ)	100歳

大切な人生の節目にお祝いを受け、神様の御守りのもとで安全安心の暮らしをしましょう。

贈ってくれたのは...

諏訪神社 権佐 堀村翔太さん



人生の節目に、感謝と祈願をこめて  
これを「人生儀礼」と言います。神様にこれまでの無事を感謝し、家族で祝います。

「人生儀礼」は、その人が生まれてから死ぬまでの間に訪れるターニングポイントに行われる儀式です。これには誕生・成年・結婚・病氣・厄年・年祝い・葬儀などの家庭生活の儀礼があります。節目ごとに神社に詣で、神主さんに祝詞をあげてもらうことは、今まで無事であったことを神様に感謝し、これからも新たなご加護をいただきますように祈る大切な儀式です。

人生儀礼に関するのお問合せは

お住まい近くの神社 または、

山形県神社庁山形支部

山形市諏訪町1-1-55 諏訪神社内

☎ 023-624-1550

神社庁山形支部インスタグラム



笑顔いっぱいのお祝いを!

# mamaidおすすめ! 写真館

「わが子の一番かわいい時期を一番すきに残したい。」  
最高の思い出を写真館の写真で残しませんか?

山形市

## 伊藤写真館

護国神社まで、歩いて5分のスタジオ! 創業100年を超える街の写真館です。「写真館が苦手」というお子様にもリラックスして撮影を楽しんで頂けるアットホームな雰囲気の写真館が好評です。お電話にてご予約を!

お子様にしかない可愛らしさを残しませんか。



### Information!

■七五三セット価格  
(六切2コース、各紙付・撮影料込)  
22,000円

- 特価
- 1 写真とお子さま用おちゃちゃセットプレゼント!
  - 2 七五三衣装無料
  - 3 各種ご用意しております。当スタジオではその場で撮影、お支度、そのまま神社へお参りができます。

☎0120-25-5562

山形市東藤町2-5-10  
営業/9:00~18:00  
休/火曜



諏訪神社でお支度し折袴  
そのままだロケフォト・スタジオ撮影も



山形市

## フォレスト

1番人気「諏訪神社スペシャルプラン」は神社内の広いお部屋でお支度、境内でのスタジオ撮影、そのまま折袴もでき、小さなお子様にも安心。大好評「ロケフォト」は境内を衣装着用のまま散策し、自然な笑顔をプロの技術で撮影します。



### Information!

10月~11月の6ヶ月限定!

押しくはかみから予約!

■大人1名 | 子供1名 | 衣装レンタル500円/名/1時間

(六切写真1枚(白紙付)・着付ヘアメイク・衣装レンタル込み)

7D 通常19,800円→17,600円(税込)

5D 通常17,600円→15,400円(税込)

3D 通常18,700円→16,500円(税込)

※ご予約時「mamaid 見たい」とお伝えください。

※ご折袴をご希望の方は別途 7,000円がかかります。

☎0120-69-4010

山形市中桜田3-1-9  
営業/9:00~18:00  
休/不定休



## 七五三は諏訪神社へ



ご折袴受付時間 ▶ 9:00~17:00

10月、11月の土・日・祝日は予約なしで随時受け付けをしておりますので、直前お越しください。平日、上記受付時間以外にご予約ください。



初穂料 7,000円からの御志 所要時間 約30分



和6年に御鎮座550年を迎える諏訪神社。地域を守る龍神様として、七五三期間も毎年多くの方にお参りをいただいております。「スタジオフォレスト」さんによる貸衣装・写真撮影のセットプランもごさいます(要予約)。詳しくはお問い合わせ下さい。



### 七五三基本のキ

#### 七五三って…?

【3歳・髪置】昔は髪の毛が病気が入り込むと信じられていたので、男女とも髪の毛を伸ばさず剃っていました。元気に成長した3歳は髪の毛を伸ばす区切り。

【5歳・袴着】5歳の男子の男が初めて袴を着るお祝い。所以は、11月15日に5代将軍徳川綱吉の子、徳松の袴着のお祝いを行ったことから。

【7歳・帯解】7歳の女の子のお祝い。子供は着物を着ると帯に帯ではなく紐。大きく成長した証としてこの時から帯を締めるように変えました。

### 諏訪神社

☎023-622-6358

住/山形市諏訪町1-1-55 駐/有



# もうすぐ753 —しちごさん—

## 山形市

### 写真館 コセキ

お子様が大人になっても色褪せない素敵な思い出として残る写真を心がけ撮影。お子様の様子をしながら無理のない多ショット撮影をしています。店内撮影衣装と着付けはいつでも無料。事前の衣装合わせをお願いします。



みんなの「うれしい」を大切に。素敵な思い出を残して下さいね。

### Information!

- 七五三給プレゼント!
- 平日撮影料1,000円OFF
- 撮影した着物でお出かけ可  
レンタル料 4,400円~
- 衣装持込も着付無料



☎ 023-647-0118

山形市宮室4-4-22  
宮ノ下500-1800  
休・火曜



## 河北町

### photo studio YOKOYAMA ヨコヤマスタジオ

谷地八幡宮に車で5分。人気No.1はすべておまかせ七五三バックです! 衣裳もロケーション撮影料も無料! 完全予約制だから安心して撮影できます。持ち込み衣裳もOK! データ販売あり。ご予約お待ちしております!

ロケーション撮影は徒歩10分! ひとりひとりのお客様を大切に撮影します



### Information!

■ 本店No.1すべておまかせ七五三バック  
(ヘアメイク・お着付け・写真2枚/お返付1枚)  
① 23,100円 ② 22,000円 ③ 25,300円

追加きょうだいおしらく  
3歳 5,500円 5歳 4,400円 7歳 7,700円

※お祝い  
7歳と5歳の場合: 25,300円+5,500円=30,800円  
ドレス、タキシードあり・写真は選べます

ご予約、ご相談はHPより  
LINEお友達 5%割引券がもらえる!  
七五三バックは一律1,000円割引になります

☎ 0237-73-3010

河北町谷地中央3-16-6(中央公園前) 宮ノ下900-1800(土日祝~17:00)  
休・水曜 日・予約撮影は可能です  
@yokoyamastudioyamagata



## 七五三は谷地八幡宮へ



七五三ご祈祷受付期間 ▶ 9月23日~12月10日

ご祈祷受付時間 ▶ 9:00~16:00

※完全予約制ではありますが、祈祷室でご祈祷の対応が可能です。事前にお問合せいただくのが安心です。

初穂料 6,000円からの御志 所要時間 約30分



### 国

指定の重要無形民俗文化財「林業舞楽」で知られる、河北町の谷地八幡宮。七五三のご祈祷を受けると、子どもの手形や写真を残す「七五三写真絵馬」を作ることができます。神社で大切に保管し、十数年後「二十歳の成人の日」に合わせてご本人に届けてくれます。パパママからのメッセージも記入できます。わが子の成長を祝い、未来に成長の証を残してみませんか。



### 谷地八幡宮

☎ 0237-72-2149

住/西村山郡河北町谷地224 駐/有



### 七五三基本のキ

#### 七五三って…?

### 平

安時代から続く、子どもの成長を祝う儀式。3歳の男児(髪置きの儀)、5歳の男児(袴着の儀)、7歳の女児(帯解の儀)が行います。本来は数え年ですが、満年齢でもお祝い可能な場合が多いです。七五三の正式な日には、11月15日ですが、湿毒を避ける意味でも期間を設けている神社が多いです。期間中、都合の良い日に参拝すればOK。年齢・期間ともにご祈祷を受けられる神社へ問い合わせるとよいでしょう。



YAMAGATAKEN

NAVIGATOR

「子育てするなら山形県」  
ワンストップ  
めぐりん



子育てするなら山形県

「気になってる」なら「気にせず」にご相談ください

家

家庭教育や子育ては「正解」がなく、誰もが悩みながら取り組んでいるもの。疑問や不安、気になることが次から次へと出てきます。一つひとつは小さなことでも、「こんなことで電話してもいいのかな」なんて気にせず、まずはお電話ください。相談員がお待ちしております。

問 山形県教育生涯教育・学習振興課  
☎023-630-3344

メールでの相談は  
QRコードから▶



家庭教育電話相談

ふれあい  
ほっとライン

TEL (023) 630-2876

子育ての不安や悩み、他にありませんか？  
話してみませんか？  
お子さまの成長や発達に悩まれているお母さま、お父さま、相談員が電話の向かって待っています

電話での受付【教育現場内】  
月曜日～金曜日 9:30～17:15  
相談員による相談受付  
9:00～16:15  
TEL (023) 630-2876

●留守番電話・FAXでの受付  
月曜日～金曜日 17:15～  
土曜日・日曜日・祝日  
FAX (023) 630-2874

●電子メールでの受付  
メールアドレス ysbogaku@pref.yamagata.jp

※※※ 緊急時はお休みの日でもお電話ください。24時間受付センター  
TEL (023) 654-8181

県ホームページ「家庭教育電話相談「ふれあいほっとライン」」に掲載しています。お気軽にご相談ください。**山形ふれあいほっとライン** **検索**

MURAYAMA

雪とスカと花笠のまち・尾花沢市

尾花沢市 おばなざわし

徳良湖こども広場「おがぁ〜れ」

年

年間約25万人の観光客が訪れる徳良湖畔に、今年4月オープンしたこども広場「おがぁ〜れ」は、小さなお子様向けの屋内型児童遊戯施設です。気軽に遊びにきてください。



住 / 尾花沢市大字延沢3636-12 尾花沢市基幹集落センター2階  
営業 / 水～日曜日 10:00～18:00  
休 / 月・火曜日(祝日はオープン)  
問 / 徳良湖こども広場事務局 ☎0237-53-1710



NAVIGATOR

尾花沢市イメージキャラクター  
ゆきこころ



森と湖のふるさとファッションのまち山辺町

山辺町 やまのべまち

親子写真教室に参加しませんか？

県

民の森で親子写真教室を開催します。親子だけでなく、祖父母とお孫さんが一緒に参加することも可能です。お申込み受付は9月22日からです。ぜひお申し込みください。



日時 / 10月22日(日) 10:00～14:00  
会場 / 問 / 民の森 ☎023-666-2116  
住所 / 東村山郡山辺町大字畑谷1933-42 料金 / 1,000円



NAVIGATOR

山辺町観光協会公式キャラクター  
すだまりんちゃん



そば・バラ・徳内ばやしのみち

村山市 むらやまし

親子でヨガを楽しみましょう

お

お子さんと触れ合いを大切にし、日頃の運動不足を解消して、心地よい汗を流しましょう。首がすわってから生後12ヵ月のお子さんとママが対象です。ご予約お待ちしております。



日時 / 10月19日(金) 10:30～11:00  
会場 / 経堂プラザホール 住 / 村山市福岡五日町14-20  
料金 / 無料(要予約)  
問 / 村山市子育て支援センターポポーのひろば ☎0237-53-0901



NAVIGATOR

村山町キャラクター  
ムララ



将棋の国といで湯とフルーツの里  
“笑顔にぎわいしあわせ実感 健康都市”

天童市 てんどうし

ハロウィンを楽しもう

ハ

ロウインに向けてオーナメントや仮装の衣装を作って楽しめます。今年もハロウィンパーティーを企画しています。みんなで盛り上げていきましょう！詳しくはホームページをご覧ください。



場所 / 問 / キンダー水木育て支援センター  
☎023-616-4877  
住 / 天童市大学政生930  
営 / 9:00～16:30  
休 / 土・日・祝日・年末年始



NAVIGATOR

子育て支援課  
渡辺さん



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。  
イベントやお得立ち情報など、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

子どもたちの夢を育むまち  
～子どもたちに夢を～

### 遊佐町 ゆざまち

らくらく育児講座「リトミック」開催

**高** 橋ゆり子さんを講師にお  
迎えて、らくらく育児講  
座「リトミック」を開催します。ピアノ  
の音に触れながら、体を動かす楽し  
さを味わいましょう。みんなの知って  
いる歌もあるかな?お楽しみご。



NAVIGATOR  
イメージキャラクター  
米～ちゃん



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

牛さんを見に行こう!

**平** 田地区にある長堀牧場  
の見学に行きます。牛舎  
の中を見学したり、顔をあげたり  
する体験ができます。この機会に  
ぜひ親子でお申し込みください。  
可愛い牛さんが待っていますよ!



NAVIGATOR  
酒田市公益マスコットキャラクター  
あののん



日時 / 10月26日(木) 10:00～10:45  
会場 / 申込 遊佐町子どもセンター ☎0234-72-2809  
住 / 仙海町遊佐町遊佐字広美6-8 料金 / 無料  
対象 / 未就学の子 先着8組 受付期間 / 10月2日(月)～16日(月)



日時 / 10月5日(木) 10:00～11:00  
会場 / 長堀牧場 (10:00現地集合) 住 / 酒田市山元字坂本78  
料金 / 無料 (お25分開始) ※1歳以上のお子さんとその家族5組  
限 / 平田子育て支援センター ☎0234-61-7228



縄文の女神と若鮎の里

### 舟形町 ふながたまち

舟形町でワーケーション

**舟** 形町では、舟形若あゆ温泉  
を中心としたエリアに  
ワーケーションを楽しむための環境  
を準備しています。清流最上小国川  
や豊かな自然の中で過ごすひととき  
を堪能してみませんか。



NAVIGATOR  
縄文の女神PRキャラクター  
めがみちゃん



「住みよさ」をかたに

### 新庄市 しんじょうし

みんなで楽しむ、イベントの秋!

**わ** らすご広場内にある子育  
て支援センターでは、毎月  
楽しい企画をご用意しています。  
10/6(金)は運動会ごっこ、11/18  
(土)は年に一度の「わらすごワン  
ダーランド」を開催予定です。



NAVIGATOR  
新庄市イメージキャラクター  
かむてん



問 / 舟形若あゆ温泉  
☎0233-32-3655



住 / 新庄市本町4-33 ころっせ新庄4階 営 / 10:00～18:00 入場料 / 無料  
休 / 水曜日(祝日の場合は翌日休館)  
問 / 新庄市地域子育て支援センター・わらすご広場  
☎0233-22-5115

子どもの笑顔が輝くまち  
はくくみのさと米沢

### 米沢市 よねざわし

屋内遊戯施設「くても」オープン

**ア** クティー米沢に屋内遊戯  
施設「くても」が10月7日(土)  
にオープンします。迷路のように  
次々と展開する遊具で何度も遊び  
たくなるような施設です。みなさん  
ぜひ遊びに来てください。



NAVIGATOR  
東江流域マスコットキャラクター  
かねたん



確かな未来へ 夢はくむまち

### 南陽市 なんようし

菊まつりで華やかな気分に

**宮** 内と中央公園の2会場で  
開催されます。宮内会場で  
は熊野大社を舞台に、菊とコラ  
レーションしたフラワーアートが飾ら  
れます。普段と違った雰囲気熊野  
大社をお楽しみください。



NAVIGATOR  
南陽市マスコットキャラクター  
なんちゃん・ようちゃん



住 / 米沢市南大途1-5-5 開業時間 / 9:00～18:00  
定休日 / 毎月第2火曜日(祝日の場合は翌平日)・年末年始(12/29～1/3)  
利用料 / 無料(要事前予約)  
問 / 子育て支援課施設担当 ☎0238-22-5111

日時 / 宮内会場(熊野大社周辺)10月6日(金)～16日(月)  
花公園会場(南陽市中央公園)10月17日(火)～11月5日(日)  
問 / 南陽市商工観光課 ☎0238-40-8295 南陽市観光協会 ☎0238-40-2002



近未来型住宅展示場  
カナリエタウン 第2期始動!

東根市

来年度  
初夏 6棟 OPEN 予定!!

第2期モデルハウス  
オーナー様募集開始!!  
建設予定地決定!!

子育て世代注目の東根市。カナリエタウン住宅展示場第2期が初夏オープン。四季の変化の激しい山形ならではの家づくりを知り尽くす地元工務店6社が、たくさんのアイデアを詰め込んで設計施工したモデルハウスが、6棟完成予定。家づくりを何から始めたいのかわからない方、いちゃわりやすく丁寧にご説明いたします。新築住宅をお考えの方は、ぜひお問い合わせ下さい。

●詳しくは mamaid 次号(10/15発行の11月号)にてお知らせいたします。ご期待ください!

お待たせ! 同時に新築リフォームのご相談も承り中です。  
第2期事前説明会受付中

お問い合わせは TEL.0237-53-0123

●お問合せは TEL にて各社へご連絡下さい。  
※下記 QR コード (HP、インスタ) から申し込み可能です。

叶理家メンバー各社(6社)に、お気軽にお問い合わせください

有限会社渡辺工建設  
住: 東根市温泉町 3-14-36  
TEL.0237-43-4241

有限会社丸児建設  
住: 花菱次市大字扇屋 890-8  
TEL.0120-2960-91

株式会社ヒロ・アーキテクト  
住: 天童市老野路 1-15-20  
TEL.0233-665-1871

アップルハウス有限公司  
住: 東根市町東 1-20-30  
TEL.0237-48-3066

KANEKO KOMUTEN  
(有限会社兼子工務店)  
住: 天童市本目 3-7-1  
TEL.0233-653-7453

LIVE ARC  
(株式会社高橋建設)  
住: 東根市神町西 3-1-20  
TEL.0237-48-6668

お問い合わせ先は  
申し込み先 HP より



https://kanarie.jp/

Instagramも  
チェック!



@kanarie\_town



TEL.0237-53-0123

〒999-3707  
山形県東根市大字六田字庫ノ越763-2  
叶理家協同組合事務局

営業時間: 10:00~17:00 (受付時間 16:00まで)  
定休日: 毎週水曜  
E-MAIL: support@kanarie.jp  
カナリエタウン 総務

センターハウススタッフ募集中!

住宅展示場でマイホームの  
夢をサポートするお仕事です

東根市柏原ナチュラルタウン分譲開始!!

東根市

# Natural town 柏原

のびのびゆったりとした環境が魅力の住宅地。近くにはドラッグストア、コンビニもあり買い物も便利

- 所在地 東根市柏原一丁目 3008-1657~1660
- 学区 大富小、大富中
- バス停 柏原バス停約770m(徒歩10分)
- 駅 JR 神町駅まで約3km
- 地目 宅地
- 用途地域 無指定
- 建ぺい率 70% ■容積率 200%
- 接道 南位置指定道路幅員 6m以上約9.7m接する
- 水道 公営 ■排水 合併浄化槽
- 引渡し 即日可能(売主、建築付付)

※附属付きとは一土地の売買契約後、3ヶ月以内に(売主)建築工務店との間で建築執照取得を完了することを条件に記しています

東根市立大富小学校  
約1.7km  
(徒歩25分)

ツルドラッグ  
約700m

東根市立大富中学校  
約0.6km  
(徒歩7分)

ファミリーマート  
約800m

JR 神町駅  
約3km

おとこみ保育園  
約700m

坪単価約 8.5万円

No.1 200㎡ (60.5坪) 514.25万円	No.2 200㎡ (60.5坪) 514.25万円	No.3 200㎡ (60.5坪) 514.25万円	No.4 200㎡ (60.5坪) 514.25万円
-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------



リニューアル!  
Open!

天童市北目住宅展示場



是非見学にお越し下さい



KANEKO  
有限会社 兼子工務店

TEL.023-653-7453

天童市北目3丁目7-1  
info@kaneko-k.net  
http://www.kaneko-k.net

建設業:山形県知事許可(特-29)第101088号 宅地建物取引業:山形県知事(第)第263号

HP



Instagram





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〜

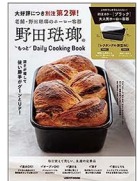
## Book



**八文字屋 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/>

### 野田瑛那の もっとDaily Cooking Book

KADOKAWA 2,970円



プロの料理家から主婦まで幅広い層に人気を誇る野田瑛那の「ノウハウシリーズ」。山型の食パンから、大きな地肉もそのまま調理できるサイズ感の深型訳注カプラーが、ムック本として登場。オープン料理や蒸し料理、温火での調理など、毎日の調理事務員としても活用してくれるので、レパートリーが一段と広がります。ふた付きでそのまま保存できるのもうれしいポイント。ついでに他のサイズもそろえたい。

### なでてごらん

幻冬舎 1,210円



海の砂で描かれたやさしいタッチで、フアースブックにびびった1冊。ねこさん、うさぎさん、こりさんなど、かわい動物たちをなでてきたらどうなるかな？ すずすず、びびびい…おや？ いらん声が聞こえてくるよ。本に登場する動物たちも親子で一様になでてしまおうと、心がはたとあたたまるかも。読み終わったら、きとお子さんを抱きしめたか読みますよ。スキップしながら読み聞かせてみましょう。

## Home Theater

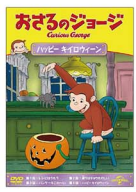


### それいけ！ アンパンマン ばいきんまん秘密メカシリーズ いっぱい来たぞ！ バイキンロボ



ばいきんまんの秘密メカが登場する人気シリーズの最新作。「それいけ！ アンパンマン ロボイイとばかばかプレゼンター」で大暴れした「大スター」にだんた「や、えんぴつと島に飛んだ」「エンピツロボ」などオリジナルロボが大集合。青い涙をふらせるウソ泣き名人・ドキンちゃんの、キュートで心温まるエピソードも盛りだくさん。様々な不思議の国で繰り広げられる冒険を応援しよう。

### おさるのジョージ



黄色い帽子のおじさんと一緒に住んでいるジョージは、好奇心いっぱいのごさる。何でもかきわけて、調べてみたてたまりません。お鍋でめてみるかかかものものは？ 園でかくるものは？ 迷子になった時、元の場所に戻る方法は？ つい手を出して、いつも騒動を起こしてばかり。でも、ジョージはいつだって楽しんでも、失敗してもとにかくニコニコ。今回は、どんなことに挑戦するのかな？

## Cinema



### MOVIE ON アバレンジャー 20th 計 されざるアバレ

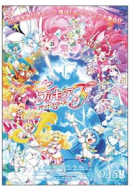
9/1 公開



アバレンジャーが地球を守りぬいてから20年。アメリカに渡っていた伯益の帰国が決まり、かつての仲間たちがパーティーの準備を進めていた。そこへ、トリノイド第24号アバレンジャーが出現。ダイアブラスから逃げつけた3人が立ち向かうが、彼らの運命に劇烈な転機を浴びる社会学者が現れる。地球を死の星にするために作戦を進めるアバレンジャー。窮地に追い込まれたアバレンジャーたちはいかに…。

### ソラリス MOVIE ON イオンシネマ 映画プリキアオールスターズF

9/15 公開



プリキア全員大集合！ と思いきや、みんなバラバラになっちゃった！ ソラガ目を覚ますと、そこに広がっていたのは、まひろたちがいない不思議な世界。ゆいやまっつ、たかさんのお友だちと出逢ったけど、なぜかみんな記憶が薄れてる。まひろもこの世界に戻ると、お城を目指して大冒険へ飛び出そう。プリキア20年の集大成、ミラクルライドを持って、みんなで応援しよう。

**MOVIE ON**  
TEL 023-682-7235(直通)9:00~18:00  
【住所】山形市鶴北1-2-2

**フォーラム**  
▶山形 TEL 023-632-3220  
【住所】山形市菅野町2-8-1

**東横** TEL 0237-433-8080  
【住所】東横市大字堂字1797-1

**ソラリス**  
TEL 023-674-0035  
【住所】山形市城南町11-1 農城セントラルB2F

**イオンシネマ**  
▶天童 TEL 0233-665-1166(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。

### ソラリス MOVIE ON イオンシネマ フォーラム 9/15 公開

### ミステリと言う勿れ



天然パーマでおしゃべりな大学生・久能整は、美術展のために広島を訪れる。そこで、大宮殺戮の知り合いという女子高生・狩集と出会う。とあるパト車を押さけられる。それは、狩集家の長女と遺産相続を巡る謎。先祖代々続々と相続はわくわくで、狩集の父親も8年前に交通事故で死亡していた。次期に継がれていく相続に隠れた真実。そこに、世代を超えて受け継がれる、一族の闇と秘密があった。

### ソラリス MOVIE ON ミュータント・タートルズ

9/22 公開



見た目はカメ。でも心は普通の高校生。今どきの15歳と聞くと驚かして、遊んで、携帯やSNSを使いこなす新世代・タートルズ。普通のティーンエイジャーとして暮らしたい。その願いをかなえたい。新たな友人の力を借りて。この犯罪組織と戦いに躍り出す。そんな彼らの前に現れるのは、ミュータント化した敵の集団。果たして危険な存在である人間たちと共存して生きていくことができるのか？ そして、戦いの行方は？

袖貴(すそぎちゃん)8歳  
鷹信(たかのぶくん)5歳  
維心(いっしんくん)1歳(天童市)



海をバックに夏の思い出☆



煉央(れんおうくん)1歳(上市市)



健康で賢い子になれますように...  
の願いを込めて、かぶついでました。  
このあとギャン泣!

たくさんのカワイイ写真を編集室に  
送ってね~! みなさんの投稿待ってます~!

vol.  
84

Oya-baka  
写真館

未央(みづかちゃん)7歳 伶衣(れいちゃん)5歳 羽奈(はなちゃん)3歳  
一葉(いちようちゃん)4歳 風香(ふうかちゃん)3歳(川西市)



お祭りに行くぞー! 仲良し姉妹ちゃんたち。

椿彩(つばさちゃん)2歳(山形市)



はじめての川遊び、冷たいけど  
ハマリそう♡

凌久(りょうきゅうくん)5ヶ月(新庄市)



ママのお膝の上で、  
ピアノをジャンジャン弾いています。

小梅(こづめちゃん)3歳(新庄市)



いちごアイス、だ〜い好き!

慧(えいちゃん)1歳(東根市)



タッチタッチして笑い笑顔。  
1歳おめでとう♡

璃都(りんとくん)2歳  
明日翔(あすあきくん)0歳(酒田市)



いい! わたしがおねえちゃんよ♡

旺里(わうりくん)1歳(東根市)



ドンドン カンカン!  
なんでも 太鼓に変身しちゃうよ。

俐橙(れいちくん)1歳(天童市)



ねえ見てー! 石!!!

依采(いさいちゃん)1歳(山辺町)



エースを狙え!

風希(ふうきちゃん)3歳(庄内町)



お祭りだ!! かき氷うまい☆

蒼空(そうらくん)1歳(天童市)



プッチギレ!

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。

●撮影は保護者、もしくは保護者に了解の上で撮影されたものと判断いたします。●記入(入力)もれのある場合は、無効となる場合があります。●携帯で撮影した画像サイズは低画質があります(なるべくブレ  
ないものでお願いします。)\*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。●原則として次号の録り直し掲載はいたしません。●より多くのお子さんを紹介させて頂くため、連絡のご応答はできない場合があります。あらかじめご了承ください。

写真投稿用QRコード



# 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

最近「モチ」を少し意識するようになった息子(8歳)と、ぬいえに夢中な娘(6歳)の子育て真っ最中。

## 65. お腹の記憶

でも子どもたちと川の字で眠るわが家。電気を消してから目を閉じるまで、たわいもない話をするのがルーティーンです。ある日。私のお腹にそっと手をのせ、「はやく産まれておいで～」と言いだした2人。まぎわしい体形ですまん。この先どんなに待っても産まれないよとケラケラ笑いながら、話題は「お腹にいた時の話」に。

遠い昔、ある惑星で2人は出会っていたらしく、宇宙戦争のせいであらばら(ウルトラマンと同設定)。ある日目を覚ますと、知らない人から1冊のカタログを手渡され、そこには世界中のママたちの名前と顔が載っていたのだそう。偶然再会した兄と妹は、同じカタログをめくりながら1番優しいママをチョイス。そのママにつながる長いしごを最初に兄が、その後妹が降りてきたのだとか。おそらく宅配食材のカタログをめぐる私の姿が元ネタなのでしょうが、一緒に選んできたという表現にうろたきました。すると娘が、「もしママがしんじやって、違う世界でカタログめらったら私を選んできてね」。予想外の発言にドキッとしましたもの。しんじやファンタジーな妄想につき合うことに、「ママが赤ちゃんになったら、今の記憶はなくなる?」「そうだね。じゃ、もし桃が好きなら子どもだった

ら「ママだよ」という合図にしよう」と盛り上がっていると、隣にいた息子がタオルケットをかぶって鼻をすすり始めたのです。「どうしたの?」と声をかけると、より勢いを増してはいく鳴咽。背中をさすってあげると、「ママがいなくなるのがこわい」そう言いながらおいと泣き続けたのです。しばらくすると、「やっぱり今のママがいい」と娘も涙。なんなの!このドラマチックな寝かすつけは!

当分カタログはめくれないと思うと同時に、私の「生」を純粋に望んでくれる子どもたちへ、小言は少々控えめに、好きは多めに伝えようと思うので。せっかく選んでもらったんだもの、せめてものお礼です。



息子が「ママがいなくなるのがこわい」と泣き続けたので、しばらくはタオルケットをかぶって鼻をすすり始めたのです。

# “真夜中のダイニングテーブル”

文/ YOCCO 家族3人+2匹の犬のきやみり日記。みんな得意な料理を1日1日作りあつた私のお料理に込められた。



## Epi.11 ほめ言葉のギフト

近자에差しさるを増すイヤイヤ期。その表現方法も多彩で、のけぞり、突っ伏し、抱頭蹴、ひっくり返り、髪を毛くしゃくしゃ、逃亡、おもちゃぶん投げ、これら7つの型をイヤイヤと呼びやり過ごしています。今日はそのスタイルできたのね、と笑う器がないやとでいられません。おしゃべりも大好きで、誰に似たのか一秒も照っていません。妙に静かだと思っは、真夏の子育てホラーあるあるで、ウオシュレットの雨が降っていたり、襖に絵を描いていたり、良からぬことが起きています。そんなやんちゃ坊主と外出すると、「おしゃべり上手で賢いわね」「元気いっばいで将来はスポーツ選手ね」など過分にお褒めいただくこともしばしば。その時、皆さんならどう返し

ますか? 私はすぐに「そんなことないですよ」と否定する癖が。謙遜を美德としてきた母に育てられたせいもあるかもしれません。でもよく考えれば、誰を謙遜するかは大事。私は息子を主題に謙遜してはいたので、せっかく褒められて目が輝いていたのに、そのせいで彼の眉がへた字になるなら、自分を謙遜するのがいいのかな。「おしゃべりに似ないといけどね」と言うのと、「口だけ達者でうるさくて」は全く違います。シンプルにお褒めの言葉を受け取るのがいいのでしょうか。昭和生まれとしては、なんだかこそばゆくて、つい謙遜癖がしみついてしまっています。

でもせっかくだく褒め言葉のプレゼント。「いえいえ、いりません」と返すようにはせず、素直に「ありがとう」と受け取りたいと思いました。自分のことはつまみずく、でも息子のことは素直に「褒めてくれる=彼のファン」とらえて、感謝を伝えていこうと思います。大人の世界では、言葉の裏や文脈を読んだり、真意を探ったりも、時に大切ですが、読み過ぎてこじらせる私に似ないように、たくさんのギフトを受け取って素直に成長して欲しいのです。それにしても、子は謙遜していたのに、今や孫自慢が板についての母の変わりぶりもまた、見ていて面白いです。



息子が「ママがいなくなるのがこわい」と泣き続けたので、しばらくはタオルケットをかぶって鼻をすすり始めたのです。



みんなで解決!

# お悩み 相談室



NAYA-mail

先月の悩ママ  
ももんさん

2歳になる息子が、最近昼寝をしなくなりました。午後の時間が長く、結局テレビをみて過ごしています。正直ずっと遊び相手になるのは体力的につらく、何か良い遊び方や過ごし方があれば教えてほしいです。



## 読者の皆さんからのアドバイス



### O.Sさん

ももんさんのお気持ちお察しします。2歳くらいだと心も体もぐんぐん成長して自我も芽生える頃ですよ。昼寝をなくなくなったということは、息子さんの成長かも。新たな1日のスケジュールを直しやすチャンスかもしれません。今の時期だと、天気がよければ水遊びをしたり、公園で思いきり体を動かしてみてもいい? 我が家は日々日課にしていたので、その分夜はぐっすりでした。

### S.Aさん

とりあえずいろんなパターンのおもちゃを用意する! バズルや水遊び、おままごと、ブロック、うちどりルも。テレビを見るのも悪だと決めつけず、うまく活用しましょう。

### S・Mさん

夜ぐっすり眠っていて、日中は活発に動き回っているのなら、無理にお昼寝をさせなくていいと聞いたことがあります。とはいえ、1日中お子さんの相手をするのも疲れますよね。わが家はお昼を過ぎると「ゴロゴロタイム」と決めて、ベットのなかで過ごすようにしていました。最初は嫌がっていたけど、相手にしないようママもじつがまん(笑)。私が静かに過ごしていると、子どももあきらめるようで、いつの間にか本人も横になりました。ゴロゴロしながら遊んでいました。ママも休憩時間が必要なので、1日の中でメリハリをつけて過ごしてくださいね。

### はる坊ママさん

わが子(1歳4ヶ月)もお昼寝はなかなかしなくなりました。お昼から寝てもらうように、午前中は外で遊ばせたり、追いかけっこしたりして遊んでいます。そうすると不思議と午後は寝てくれますよ。ぜひ試してみてください。

### あくびさん

うちの子ども一度昼寝をしなくなった時期がありました。まだ睡眠が必要と感じたので、ドライブで寝かしつけていたので、お昼寝の習慣が復活。今は5歳になり、ドライブでも寝なくなったのでお昼寝は卒業と考え、今度は夜の寝る時間を2時間早めて寝ています。

### S・Kさん

早起きさせてみるのはいかがですか? 我が家の子どもでも2歳を過ぎてからお昼寝せず、上の子は早起きさせても絶対お昼寝をしませんでした。ちなみに、下の子は早起きさせてもお昼寝してくれません。午後からはとても時間が長くて大変なので、自分にごっこや読書を用意して乗り越えています。一緒に頑張らしましょう!

### Mさん

保育園の活動をイメージして、制作、ねんど、紙を与えたとことん破らせてあげて遊ばせていました。息子はおやつ、夕ご飯作りが好きなので、一緒にキッチンに立つことで時間稼ぎしています。

### わんさん

まだ1歳になっただけですが、うちは体力がありあまって家にこもっているのが大変なので、支援センターに行っています。職員さんに相談もでき、私もおしゃべりできるので、息抜きになりフレッシュ! 子どもは目一杯体を動かせるので、一石二鳥かな?

### S・Mさん

お悩み、とてもよくわかります~! 今は小学生。習いになった我が子たちですが…入園するまでは本当に毎日何して過ごそうかと悩んでいました。子どもの遊びに付き合うって精神的にも体力的にも疲れますよね。午前中の遊びに付き合ったら、午後は反対に付き合ってもらう時間と割り切って、親子で家事をするのはどうでしょう? 洗濯物や調理など、お手伝いしてもらうと逆に時間がかることもあります。これも遊びのひとつと思えば家事も済ませられますよ。

### O・Kさん

我が家が数年前に全く同じ状況になりました。テレビ離れをさせた私は、速攻で習い事を調べ、週に2回からスタート。習い事先でできたお友達も、ママさんたちの話を聞くときわが子が全く一緒だったので、習い事が無い日でもその子と遊びました。幼稚園も遠方ため、放課後遊びのは本人同士でなくて新鮮だったようで、夢中になって遊んでくれましたよ。同じ境遇の子は習い事の先にいる可能性大です!



Next NAYA-mail  
今月の悩ママ  
ゆっこさん

先月子どもが1歳になり仕事復帰をしたので、よく風邪をもらってきて仕事を休む日が続いています。覚悟はしていましたが、気持ち折れそうです。先輩ママのみなさん、どうやってこの時期を乗り越えていますか? アドバイスをお願いします。



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、ペンネームまたはイニシャルを書いて送ってね。皆さんからたきんのメール、お待ちしております。



This month

編集長 Guu の本誌に関係あったり、なかったり...

# #instagood

vol. 54



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...、誌面に載せられなかった話、はたまたインスタにも載せていない内容など、このコーナーで紹介しちゃいます。

#instagood #instadaily #instastake #instapic #instalove #instafood #instalike

1. 緑が濃くて、空も青くて、木葉も新芽のような色だし、真夏ってこんな感じだったの？って思っながら昨日でした。それでも真夏の暑さを感じたのもアリちゃんたちが番舞。17時から19時までの期間限定のプランにもchallenge 今年の夏の思い出〜だね。
2. モンチの高圧に行きました。(私は専らドールでしたけど)。一緒にきょうりゅうの影にきたら、コシ食べないとな〜って日陰も居ないから。花を植えて植えて、そしてその会場で生花を各自プレゼントが超キレイ！一休様を増します。こちらも夏の思い出。#みんなで遊ぼうMontelo
3. 今年は山形に到着した友達のおもてなしというよりもあの形に形にきたら、コシ食べないとな〜ってことで、いち早く楽しめたいから、舞臺にたつた、ゴボの入り、豆入れ、作り手や地産品で入れるのも違うの魅力的だね。#山形秋の陣物博
4. 米に10月02日の新スポット「くても」いち早く潜入取材してきました。元気に遊ぶ子ども達に笑われる場面... 最初は少し緊張していましたが、みんなが笑顔になってる。7〜8歳の子だにこっこ遊びもできました。詳しくは来月のmamaidをお楽しみに〜です。
5. 長井のくるとんとはかわいいね。おもちゃがいっぱい！！みてみてこのお着せ替え、イクラの準備とか、めっちゃかわいイ。これは大人でもお着せ替えさっことしたくってちゃうな〜笑！直轄エリアに子育てスポットが充実ですね。
6. 子どもの頃からだからキライ Guu ちゃんでも最近少しずつ慣れてはせようってこの宿舎をやりとりして、ちんちんよのびのびと遊んでます。おまじりもらえるおまじり〜ってなってる。おまじりも家に連れて行ってください。#Guuちゃん日記

mamaid公式Instagram [mamaid123] で検索!

mamaid Instagram: フォローよろしくね♪



10月9日(月・祝)

10:00~15:00

シエルトークインクルージブpreis  
コパル

山形市片谷地580-1

## アプルス スポーツマルシェ



スポーツの日に、みんなで一緒に汗を流そう。要予約のプログラムは9月22日より受付スタート。予約方法やタイムスケジュールは、コパルまたはアプルスホームページへ。

アプルス



コパル



## mamaid 20周年スペシャルイベント

いつも応援していただく読者のみなさまに感謝の気持ちこめて、1日だけのスペシャルイベント。当日は、アプルススポーツマルシェも開催!! イベントの詳細、申し込みは各公式ホームページまたはmamaidのインスタグラムをcheck☆

みんなを  
まってるまめー

## おいしいグルメも 大集合



いま話題のスイーツから、お腹いっぱい食べたいランチまでキッチンカーが大集合。りどるじゃむ×mamaidとのコラボランチBOXも登場予定なので、当日をお楽しみに。



※写真はイメージです  
※コパル内への入場は予約が必要となりますので、来場の際はご注意ください。



mamaid表紙パネル展  
もあるので  
みんなに見に来てね。





# mamaid表紙 MAKING

今回は、長井市にあるピオニーの森にて表紙撮影を行いました。気持ちのいい緑がどこまでも広がる景色に、みおちゃんもいくんも走り出したくてたまらない様子。撮影スポットにはハイズの世界に迷い込んだようなプランコもあり、ゆとりとした時間を過ごしました。暑い中での撮影、みなさんおつかれさまでした。



Before  
まずはママとハイポーズ。とっても暑い1日だけど、どうしようよし。



1 甘い人柄のいくん。ママのメイク中もお顔にちょん♡



2 わたしもママにあいたくわいてほしいな〜



3 やほーい〜と叫びたくなるような見事な景色、僕らもママにない!



4 「暑い中、よくがんばった!」撮影終了後は、みんなでもアースを食べに行こう。

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テイクPhotoなども!



## ACCESS. QRコードからYoutubeのmamaidチャンネルにアクセス!

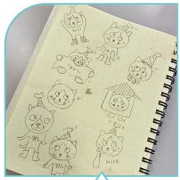
【Cover model】宮坂 美和子さん、美穂ちゃん(7歳)、瑛生くん(3歳)  
【撮影協力】ピオニーの森 長井市青森4246-2 TEL/050-3490-0222  
【Hair make】鈴木 晴香 (Hair Salon HAKU/SOU)  
【Photographer】菊池 元樹

次号のお知らせ  
次回11月号(10月15日発行)は、みんな大好き「パン特集」です。おなかを減らしてお待ちください。どうぞお楽しみに!



## 編集後記

【Editorial Staff】  
Yoko Inoue  
Miki Ishizawa  
Yasuka Yamada  
Chiaki Matsuda  
Asuka Honma  
Michiko Moriya  
Maya Miura  
Yukari Kaneko  
Yoko Kunii



ネコ好き編集長×豆好き営業Aの可愛いなつこが、それにしてはデザイナーさんって、なんでも作っちゃうの、すごいなー。

mamaid10周年記念の新キャラクター「まめねこ」。実はこのような原案のいたずら描きから、デザイナーさんにスチキにブラッシュアップしてもらい生まれたという誕生秘話が…!! 全長50cm、私の足元についているらしい(妖精かなw) “まめアンテナ”の感度ピンビンにして、楽しい情報をとくさんお届けしていますので、よろしくね♡ みんなでたくさん可愛がってもらえると嬉しいな。

20年って、長いですね。オキヤンとお生まれた赤やんがお酒飲めるようになってうらやましい長い期間、マーマイドが続いてきたのは、読んでくださるみなさんの支えのおかげです。編集部一同楽しみながら(時にヒーヒー言いながら)役立つ情報をお届けしたいと日々奮闘しています。この先も、山形の子育てライフの相棒として、おそばに置ってくださいね!



おいしいワインとおいしい料理で話し続けること7年(初)。専業主婦という名の編集長が私たちの活力です。

## 【Guu】

## 【みきぼん】



取材費でおいしいスパイスカレー。を探すがマイアーム、ママのフォォォォと返しては、ニヤニヤ、おしいって賢いわ

独身だった頃、友人と占いにに行きました。「あなたは、子どもに関する仕事か天職だよ」と言われたけど、正直いまいピンとこず…。あれから15年。2人のママになりmamaidに関わるようになるとは! 人生何が起こるかわからず子育てを楽しむ1人として、読者づくりに励んでいますね。

子育てしながら読者づくりに務わり、mamaidと共に育ったような我が家の子どもたち。そんな息子はとくに社会人にそして下の娘はまさに、今年成人式を迎えました。こんな日がくるなんて、生まれた時は全く想像もできなかった…笑。絶対子育てで真ん中のババ、ママたち、今のたいへんであろう時間は必ず暮ら愛おしい思い出に変わるはず! いいいっぱい今を楽しんでくださいな〜

## 【クロエ】

## 【mitico】

高子にも次女ハチタの娘、そろそろ子育てでも本気で参加します笑



## 設置場所

山形銀行各支店・きらやか銀行各支店・雷城セントラル・イオン各店・スーパーおーばん全店・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  
山形市立谷川2-486-14  
Tel.023-686-4331  
info@mamaid.net



大江町は/  
子育て・移住定住を全力応援!

小中学校  
給食費  
無料化



## 『うまーい!』町自慢の幸せ給食

おいしい給食は、子どもたちを幸せにしてくれます。

町内産の安全安心な食材をたっぷり使った完全自校調理の給食は格別のおいしさですよ!

大江町は意外に暮らしやすい!

移住者・新婚世帯  
家賃補助

若者・子育て世代  
住宅ローン補助

空き家利活用  
支援補助

大江町は移住を考えている方を応援しています! など

おおえぐらし  
Oo town life

TEL.0237-62-2111(代)

〒990-1101 西村山郡大江町大字左沢882-1  
<https://www.town.oe.yamagata.jp/>

大江町 検索 HPIはこちら





県内4つの森にて、  
「momaidを見た!」と  
言っていただいた方には、  
粗品を差し上げます。  
※詳細は各森館にお問い合わせ下さい  
※アンケートへの回答をお願いいたします。

# 県内4つの『森』に 行ってみよう



## 〈県内4つの森のイベント情報〉

詳しくは各県民の森の二次元コードからご確認ください。参加については、事前にご予約下さい。

**県民の森  
(山辺町) 10/29日**

「森と空の秋まつり」

森の体験や気球搭乗体験など  
搭乗については、直接県民の森へ

場所 / 東村山郡山辺町大字畑谷1933-42  
☎023-666-2116



他のイベントは  
HPをチェック



**遊学の森  
(金山町) 12/9日±10日**

「冬の森感謝祭!」

正月飾り、そば打ちなどの体験  
定員5名程度 参加費500~1,000円

場所 / 最上郡金山町大字有屋字長野沢1761  
☎0233-64-3305



他のイベントは  
HPをチェック



**源流の森  
(飯豊町) 10/8日**

「森林のようちえん」

森での遊びを幼児とその保護者で  
午前午後各6組20名程度 1人500円

場所 / 西置賜郡飯豊町大字須郷669-3  
☎0238-77-2077



他のイベントは  
HPをチェック



**眺海の森  
(酒田市) 12/3日**

「森はもうすぐホワイトクリスマス」

リースやハーブのエアフレッシュナー作り  
定員30名 参加費1,000円

場所 / 酒田市土洲字基治郎向20-1  
☎0234-62-3323



他のイベントは  
HPをチェック



県民みんなで  
支えを繋ぐ!



やまがた緑環境税

## やまがた緑環境税

税額 個人…年1,000円  
法人…年2,000円~80,000円(資本金等の額による)

荒廃のおそれのある森林の整備や、県民参加による森づくり活動  
に取り組み、「豊かな水を育む」などの森の働きを助けるため、  
県民の皆様から広くご負担いただいております。

◎詳しくは県ホームページをご覧ください

やまがた緑環境税  検索