

山形のお母さんがつくる子育て情報誌「マーメイド」

# mamaid

マーメイドとは、お母さんを意味する「mam(ママ)」と、援助や支持を意味する「aid(エイド)」を合成した造語です。

papa  
Special!



おやつ日和  
ママの1日  
子連れdeランチ  
教えてDr.  
誌上お悩み相談

6

2011 June

無料  
FREE  
PAPER

東日本大震災の被災地の皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

ガンパロー ● ニッポン!

本日より  
6/30(木)  
マテ!

今年もやります♪

「753」早期ご予約  
スタート!!

# 753

5周年  
特別企画!!

6/12(日)まで  
早期ご予約頂いた方へ  
ステキな5大特典

衣裳

お着付

撮影料

ヘア  
メイク

グレードアップ  
衣裳有り★

# 0円!!

六切写真1枚(台紙付)  
2,500円

1

千歳おもちゃ  
プレゼント

2

ドレス・タキシード  
お着替え無料

3

待ち受け画像  
プレゼント

4

一年間有効割引チケット  
プレゼント

5

ママにステキな  
プレゼント



天童市:のぶくん



天童市:ゆまくん



山形市:まなちゃん



山形市:あけみ・あきさちゃん



山形市:あけちゃん



山形市:ふうかちゃん



山形市:ゆたらくん



山形市:あけちゃん



山形市:こはるちゃん



山形市:ゆりちゃん



天童市:ゆきちゃん



パパ・ママ  
お着物レンタルプラン  
あります♪

## お出かけプラン

すべて無料! 12,600円-

- 前撮り時
- 後撮り時
- ヘアメイク
- お着付
- 衣裳
- +
- ヘアメイク
- お着付
- 衣裳

詳しくはお電話・見学にてお問い合わせください♪

5月6月  
限定!!



山形市:あけちゃん



山形市:あけちゃん



山形市:ゆきちゃん



山形市:しゅんくん

★振袖いちばん館の中にあるスタジオです♪ ★ビデオ、カメラ、携帯電話での撮影はご遠慮ください。



# studio 詩 - ポエム -

☎ studio-poem@iaa.itkeeper.ne.jp 〒990-2453 山形市若宮1030番地1  
TEL.023-647-8120 営業時間/AM10:00~PM7:00  
定休日/毎週水曜日

# komeko & vegetable donut



おやつ日和

「子どもといっしょに手作りおやつ」

oyatsu-biyori

家事に育児に毎日忙しいけど、  
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。

## 米粉と野菜の焼ドーナツ

ほうれん草とニンジンを使った  
ヘルシー野菜ドーナツだよ。  
はちみつが優しい甘さ＆  
米粉でもっちり♥  
お好みの食材を入れて作れば、  
楽しさどんどん拡がりそうだね。

### 作り方

- ① 茹でたほうれん草、ニンジンをおろし、ミキサーでペーストにする。(フードプロセッサーを使うと簡単) / パターはレンジで溶かしておく。
- ② ボウルに材料Aと溶かしバターを入れ混ぜる。生地を3等分する。
- ③ 3等分したうちの①にほうれん草、②にニンジンを選び、③はそのままだプレーンで。
- ④ ドーナツ型に生地を入れ、180℃のオーブンで15分焼く。
- ⑤ プレーンにはチョコでデコレーション☆

材料	約12個分	分量
ほうれん草、ニンジンなど		30g
バター		30g
ホットケーキミックス		100g
米粉		80g
A 卵		1個
はちみつ		大1
牛乳		100cc
デコレーション用チョコ		



【POINT】 ドーナツ型がない時は、絞り器で丸く絞ってもOK♪親子で楽しくデコレーションしたら、楽しいネ！

「パパって、どんな一日を過ごしているのかしら?」  
 パパたちのスケジュール、気になりますよね。

# issue 1 4人のパパたちのある一日

aのパパたち♪



ある一日

- 5:00 …起床  
仕事(事務処理・図面製作など)  
洗濯をし、予ず
- 7:00 …朝食(家族で)  
…奥さん&子どもたち出発
- 7:30 …出勤  
打ち合わせ
- 12:00 …昼食  
現場で作業
- 18:30 …勤務終了
- 19:00 …夕食(家族で)
- 20:00 …子どもとお風呂
- 21:00 …子どもを寝かしつけながら、家族で就寝



## Case.01

高木 孝治さん(35歳)

福島県出身。職業は建築業。古民家の仕事をやりたくて、山形の工務店に弟子入りし、修行。平成18年に独立。古民家ライフ(<http://www.kominkalife.com/>)を立ち上げ、幅広く活動している。共働きのので、洗濯や子どものお風呂、寝かしつけなどを担当。趣味は読書。

●現在の家族構成

本人・妻/佳奈さん  
 長女/友希ちゃん(7歳)  
 長男/哉周くん(6歳)



子育てと野球。  
 暇な時にバットに  
 書いておいたり、  
 動画も撮っているの  
 が面白いです。



読書が大好き。  
 小娘がとてつもない  
 シンボルは種痘い。



洗濯や子どもの入浴・寝かしつけといった家事・育児を、自分の生活サイクルの中に自然な形で取り入れている高木パパ。子ども達には身体を使ったことをさせたい。」という思いから、田んぼで稲作や農作業や薪作りなども体験させているそうです。

お子さんとどんなことをして遊みますか?

長男が補助輪を外したばかりなので、自転車の練習やバッティングをすることが多いです。本が好きだから、子ども達をよく図書館に連れて行ったりもしますよ。

どんな時が一番楽しいですか?

自分が作ったものを、お客さんが喜んで、笑顔を見てくれた時ですね。



家族からパパへ

ステキなお家建ててくれてありがとう。毎日でも忙しいけど、子ども達ともよく遊んでくれた本当に感謝しています。これからも家族に気をつけて、幸せな家族が増えるようにステキなお家を誇りに感じて下さい。

ある一日

- 4:30 …起床  
仕事(チラシ作成など)
- 6:30 …朝食
- 7:30 …出勤
- 9:30 …朝礼、打ち合わせ  
得意先訪問・新規開拓
- 18:00 …社内打ち合わせ
- 19:00 …帰宅
- 19:30 …夕食(家族で)・晩酌
- 22:00 …就寝

お子さんとどんなことをして遊みますか?

近所の公園に子ども達を連れて行って、一緒に遊んだり、眺めていたりしますね。

どんな時が一番楽しいですか?

結婚式や成人式といった、お客様の思い出にたずさわれた時。それから、家族とお客様がフルスマイルで喜んでくれた時ですね。



## Case.02

布施 将英さん(38歳)

山形市出身。創業363年の老舗・呉服屋に生まれ、現在、営業全般とHP(<http://www.kimonokinbeni.com/>)の更新などを担当。趣味は、子ども・温泉・読書・音楽・スポーツと多岐。家族との時間が取れないため、家族が揃う夕食の時間を大切にしている。

●現在の家族構成

本人・妻/由貴子さん  
 長女/綾子ちゃん(9歳)  
 次女/結子ちゃん(7歳)  
 三女/統子ちゃん(2歳)



親子で怪獣を  
 楽しんでいます。



仕事から帰ってきて、三女の統子ちゃんから「お節」をしてみることが、何よりの「癒し」という布施パパ。「忙しい毎日を支えてくれるのは、家族です!」と、奥さんとお子さんたちにも感謝していた姿が印象的でした。



家族からパパへ

おとうさん

ありがとう

ママと統子よび

おとうさん

ありがとう

綾子よび

おとうさん

ありがとう

結子よび

2011 Papa Special!! issue.1

## 2011 パパスペシャル

家族のために、毎日、一生懸命なパパ。そんなパパたちのある一日や  
本音トーク、がんばってる姿などをご紹介しちゃいます。  
これを見たら、もっとパパを応援したくなるかも。がんばれ! Yamagata



### Case.03

橋本 祐二さん(30歳)

白鷹町出身。映画館支配人として2年目を迎える。趣味は、映画鑑賞とマウンテンバイク。奥さんの両親と同居しており、育児面などでサポートしてもらう場面も多い。

●現在の家族構成  
本人・妻/美香さん  
長男/一輝くん(2歳)  
義父/正一さん  
義母/佳代さん



#### お子さんとどんなことをして遊みますか?

息子がミニカーや電車にハマっているので、一緒に遊んで遊んでいますね。あとは、ディズニーのアニメを見るのも好きです。

#### どんな時が一番楽しいですか?

映画館で集中して映画を見ている時と息子と遊んでいる時かな。



好きなことを仕事にできた幸せを感じつつも、息子の一輝くんとの時間がなかなかとれないのが、最近の悩みという橋本パパ。「少なくとも、密度の高い時間を息子と過ごしたい」と話してくれました。ちなみに一番好きな映画は「バック・トゥ・フューチャー」だそうです。

#### ある一日

- 9:00 …起床
- 9:30 …朝食
- 10:30 …出勤  
劇場受付や観客案内、  
映写機操作など
- 17:00 …帰宅  
引き続き、業務
- 22:00 …勤務終了
- 23:00 …帰宅・夕食(晩酌)
- 25:00 …就寝



一輝くんもママさん、一輝くんもママさん。



不規則+長距離通勤+支配人…毎日お疲れ様。幼稚園に通園してからは平日休みのパパと遊べなくて残念。一輝が大きくなったらパパに会いに映画館に通うのが夢☆お仕事頑張ってください!



家族からパパへ

#### ある一日

- 5:30 …起床、ウォーキング
- 7:00 …市場に仕入に行く
- 9:30 …仕込み(配達弁当用)・調理
- 12:00 …ランチ客への対応
- 13:00 …昼食&休憩
- 15:00 …仕込み(夜の宴会用)・調理
- 20:00 …自宅に戻り、子どもと遊ぶ
- 20:30 …引き続き、仕事、片付け
- 23:00 …帰宅
- 24:30 …就寝

#### お子さんとどんなことをして遊みますか?

仮面ライダーごっこやウルトラマンごっこをして遊んだり、自転車の後ろに乗せて、サイクリングに出掛けたりします。

#### どんな時が一番楽しいですか?

自分のつくった料理をお客さんが喜んでくれた時と、あとは、仕事終わりのビールを飲む時ですかね。



### Case.04

原田 勲さん(28歳)

村山市出身。調理科に進学後、料理店で修業を重ね、現在、飲食店を経営。趣味は、サッカー観戦(モンテディオ・サポーター)・野球・ウォーキング。商店街・地域活動にも積極的に取り組んでいる。

●現在の家族構成  
本人・妻/絵里子さん  
長男/桜助くん(2歳)



切れ目のない仕事の合間をゆつ、保育園のお迎えや遊んだり出来ると張り、桜助くんとの時間を作りだしている原田パパ。飲食店を一から切り盛りする奥さんの助けと理解があるからこそ、仕事や地域活動にも集中できるのだそう。



家族からパパへ

仕事に対してとても情熱的なパパ。普段はおちゃめな面もある楽しい人です(^^)時間のあるときはおうすけと一緒に遊んでね(ママと母)

# issue 2

ラーメン、つけめん、ぼくイクメン!  
山形に住んでいる職業も年齢も全く違う3人のイクメンたちが、  
麵's BARにて、子育てについて、夫婦について、  
胸の内をすべてをさらけ出し本音で語り合いました。その内容とは?  
**イクメン座談会 in 麵's BAR DonDonTei**

## 司会・進行



夢見るチカラ大学 学長  
**鈴木史信**

長女(6歳)  
次女(6歳)  
三女(3歳)

## 参加者紹介



有限会社日向石材 専務  
**佐藤明夫**

長女(3歳)  
長男(7ヵ月)



吉田造園 代表  
**吉田 淳**

長男(3歳)  
長女(1歳)



山形市役所  
**大場俊幸**

長男(1歳)



## 子どもと遊んでいますか?

佐藤 ホームパーティーをたくさんしてつつかね同世代の子どもたちといっぱい遊ばせてやりたい、親同士も一緒に遊べる場所をつくつたいから、それがあるのだから旅行だった。去年、ドイツ・ランドに旅行だけ行く、去年は3ヵ月連続で行った一泊二日で夜中に出発して、開門前に並んで、開門と同時にダッシュして笑。

吉田 子どもには、季節感を大事にしてももらいたいです。家庭菜園とか、この季節にこの花が咲くんだとか、基本的には遠出とかあまりしないで、公園とか、自宅の庭とか中

## パパになってライフスタイルが変わった?

吉田 子どもが生まるとパパになる訳ですから、子ども中心にはなりません。特に睡眠時間ですね。

佐藤 独身の頃かなんにも変わってない(笑)。もともとライフスタイルが育児向きなのもしれない。夜9時頃寝るっていうのが、子ども生まれたからじゃなく昔からそうなのかも、だからなんにも変わった感じがしないなあ。

## お稽古、お勉強などを心がけることは?

佐藤 とくにお稽古が勉強強かかせてはいないけど、今のDVDレコーダーで副音声で録画できる機能がついていて、おさるのジョージとか「バイバイマン」の映画とか、子どもが興味あるものを英語の副音声で録画しておくんです。それをあとで子どもに見せておくと、なんの抵抗もなく英語のセリフ覚えちゃうしそれをほめてあげられなくてまた覚えて英語に対する抵抗がなくなるみたい。

吉田 習い事はうちもあまりさせたくないと思って、時間ある時はなるべく一緒に遊んだりしたいですね。

大場 ボクも子どもに英語を慣れさせたいと思って、英語の絵本を買って来て読んで聞かせてます。佐藤さんの副音声録画は、マネしてみようと思います。



## 自転車サイリング

自転車サイリングの習いで、普段から山や海沿いをサイリング。子どもと一緒に走る時は、お弁当をバックに入れて、時間をかけてゆくりと走るそう。サイクリングの良さは、目的地を通りついたら達成感。買望の下、広げて奥のお弁当は最高!なんだった。



## 子ども用デスク

山形市在住、長谷川パパ。アバウトな感じで、用意されたスペースにジグザグサイズの子ども用デスクを自分で作った長谷川パパの、そのほか、ちゃんにも「どうも長谷川パパの、そのほか、ちゃんにも」のりくエースとTVラック、テーブルなども作成したそうです。

愛する子どものために、  
パパたちこんなにがんばっちゃいましたよ〜♪

**パパ!**

**がんばったde賞**

# issue 3





## めいこママの1日



週1回ある幼稚園のお母さん弁当。ちよっと早起きして2つ作ります。



このピースはどこかな〜？



もうすぐ発表会。レッスンはがんばってね。



贈物の一つである「ピース作り」。ピースやネットクスのほか、子ども達のストラップなども作っています。

6:00	起床 朝食準備
7:00	みんなで朝食
8:00	パパ出勤
9:00	長女と次女、幼稚園へ 長男と遊ぶ
10:30	長男お昼寝 その間に掃除、洗濯など
12:00	昼食
14:00	長女と次女、 幼稚園バスで帰宅
15:00	子どもたちの買い事へ送迎
16:30	帰宅
17:00	夕食準備
19:00	パパ帰宅 夕食
21:00	子どもたち、パパとお風呂 子どもたち就寝
22:00	ピース作り
23:00	お風呂 就寝

# あるママの1日

1424

ONE DAY  
OF THE  
MAM ♡

未就学児3人の子育て真っ最中の伊藤めいこさん。子育てを楽しみつつ、上手にストレス解消しながら毎日を過ごしています。



## 伊藤 めいこさん

山形市出身。東北大学教育学部卒業後、山形市役所に9年間勤務。結婚を機に退職する。その後、ご主人の留学に伴い、約2年間アメリカオハイオ州で過ごし、長女を出産後、帰国。現在は専業主婦として、3人の子育てで大忙しの日々です。



## 3人の子育て真っ最中!



めいこママ自身は一人っ子。兄弟がいる生活に慣れ、結婚後5年間で3人の子宝に恵られました。子ども達の数だけたくさんのお喜びや楽しみがほしいですが、未就学児3人との日々は疲れたり、時にはイライラすることも…。近所に住んでいて何かと力になってくれる両親と、子供慣れたパパの支えがあったり毎日が過ごせることに感謝しています。

年子のお姉ちゃんたちは、毎日を指ひたり物を作ったりすることが大好き。日々の生活は一日24時間では足りないくらい忙しいのですが、子ども達にも覚えさせたいという気持ちで見て成長が感じられるように、リビングにたくさんディスプレイしています。「作品を取ってあって、子ども達も大きくなったと一緒に喜びたい」と思っています。」とめいこママ。これからは作品が増えていくのが楽しみです。

## 大好きな踊りでストレス解消



幼少時代から長女を妊娠するまでの約10年間、フラメンコを習っていためいこママ。先輩ダンサーと一緒にステップに立った経験もあります。子育てがスタートしてからはなかなか時間が持たず、「踊るのは子ども達の手が離れてからにしよう。」と思っていたんです。2年前に「子ども達にも踊る楽しさを！」との思いからバレエを習わせましたが、ママ自身、子ども達が楽しんでいる姿を見ながら体がウズウズ(笑)。幼稚園に通っている年中中にレッスンがはじまることもあり、めいこママも今年からバレエを始めたんです。同じ踊りでも、フラメンコとはまったく趣向が違うバレエに戸惑うこともありましたが、週1回でも汗が流せることもストレス解消ができています。また、親子で習い事をしていることがお互い刺激になり、バレエの話で盛り上がることも。

## 取材を終えて

子育てで忙しい中でも、家族の協力の下、一人の女性として職業を取り戻しながら頑張っているめいこさんに、こやかに笑顔から、毎日が充実している様子がよくわかりました。ここのかのお子さんの成長が楽しみですね♪



アメリカに住んでいたとき、お友達とよく「ポットラックパーティー(一品持ち寄りパーティー)」をして楽しんでいためいこママ。そのとき好評だったのが「たっぷりネギのせせ子コンソメ」。日本人はもちろん、外国のお友達も「美味しい!!」と食べてくれたそう。驚くほどお肉が柔らかく仕上がリ、めめたネギとの相性が抜群の一品です。

- 作り方
- ① 鶏もも肉を半分に切り、身の厚いところに切れ目をいれて厚みを均等にします。
  - ② ①におろしニンニクと塩をまぶし、1時間おく。
  - ③ 長ネギを太めの千切りにする。
  - ④ フライパンにごま油をひき、皮目を焼く。焼き色がついたら上下を返し、ふたをして5〜6分蒸し焼きにし、中まで火が通った後取り出す。
  - ⑤ フライパンに残った油で、ネギを鍋火でしんなりするまで炒める。
  - ⑥ 焼きあがった鶏肉を食べやすい大きさに切り、ネギをたっぷりのせて出来上がり♪

※ 作りかたは記事の通りです。





写真：オープンキャンパスイベント「もってこらん」

## Kid is an Artist. Mom is also an Artist.

こども芸術大学は東北芸術工科大学が運営する  
3歳から小学校入学前までの子どもと  
お母さんが通う幼稚園に遊ぶ施設です。  
豊かな自然の中で一人ひとりの育ちを大切に  
「感じる心」「感じあう心」「つながりあう心」を育んでいます。

来春4月の入学生を募集しています。イベントに参加してこども芸術大学を体験してみよう！

### オープンキャンパス 体験会

[さわってこらん] 5月29日(日) 10:00~11:30  
[しんぶんびりびり] 11月11日(土) 10:00~11:30  
21日(火)・28日(火) 9:30~11:00  
5月26日(木)・6月3日(金)・7日(火)・13日(月)  
こども芸術大学の日常の活動を体験します。興味のある方はぜひ一度足を運んでみてください。◎対象：平成19年4月2日～平成21年4月1日生まれの親子 ◎費用：無料  
◎申込先：開催日3日前まで電話またはメールで  
◎申込先：開催日2日(平日) 前まで電話またはメールで

【お申し込み・お問い合わせ】

東北芸術工科大学 ことども芸術大学 〒980-9530 山形市上塚田3-4-5  
TEL: 023-627-2280 FAX: 023-627-2350  
E-mail: kodomo@aga.tuad.ac.jp URL: <http://kodomogaidai.jp/>  
★ブログ「こども芸術大学」で日常の様子を紹介中！ → <http://gs.tuad.ac.jp/kodomo/>



〒980-9530 山形市上塚田3-4-5  
ことども芸術大学



# 子連れ de ランチ

TODAYS LUNCH MENU-01

アートと農業を「有機的に」結びつける、オープンなカフェ



立夏カレー(500円)  
イングリッシュ  
マフィン(300円)  
やまべ牛乳(250円)

季節の野菜をふんだんに使い食料廃棄を減らしたメニュー。完全農業者の野菜との相性も絶妙です。キッズには無添加ファンはいいかがバターと季節のジャム付。

PRESENT

お好きな  
ドリンク  
(お一人様)  
5名様

平飼、卵を使った  
シフォンケーキ  
(450円)  
カフェオレ(480円)

東河江の朝農業くらぶで  
ん先様が焼いたシフォン  
ケーキもわり愛したまご  
ごです。美味しいカフェ  
オレとごちそういただきます。



## 穀雨カフェ コクウカフェ

山形まなび館内にあるアートデザインのクリエイターたちで営まれているCafe。学校の雰囲気と古い家具がマッチして、ちょっと懐かしい時代にタイムスリップ?心がほっこり、落ち着いた空間です。廊下では農家が試みに作った野菜や、傷が付いたり色が悪かったり、採りすぎたりして市場に出ない「規格外野菜」を販売するやおやさんも人気(水曜、土曜、10:30~売れ残り次第)。MENUはやおやさんと揃っている。旬の野菜たちを使っているの、おもしろさも季節ごとに日々変わっていくという訳。街なかでのんびりと、ランチやお茶したい時にフラリと訪れたい...そんなCafeです。

### DATA

コクウカフェ  
山形市本町1-5-19 山形まなび館  
[MONO SCHOOL]内  
営業時間/11:00~18:00  
定休日/月曜日(祝日の際は翌日休)



足踏みマシンやリカーなど、現代っ子は馴染みのないアイテムがあちこちに。おしいちゃんおんあちゃんと一緒にいるってのもいいね。まなび館内に授乳室も。

TODAYS LUNCH MENU-02

女性三人が切り盛りする 老舗茶そば店



茶そば  
(500円)

厳選した国内産と京都宇治の抹茶を練り込んだ茶そば。軽やかな緑色の湯やから乳、フルーティなこの抹茶。そば粉の甘みと抹茶の高級の独特なバランスを楽しめます。

PRESENT

500円  
利用券  
5名様

そばプリン  
(250円)

そばの風味がほのかに香る、とろ〜りなめらかなプリン。最高級なそば粉を使っ作りかけます。



## 新国亭 シンコクテイ

大正七年の創業時から、新庄っ子に愛され続けている茶そばの専門店。市内の中心部にある老舗です。母、姉、妹の女性3人で切り盛りする厨房は、いつも明るく親切丁寧な接待で一段と「そば」を美味しくさせているみたい。茶そばが有名なのはもちろん、新国亭のもうひとつの名物がカレーそば。天ぷらカレー(900円)、鶏カレー(680円)はスパイシーな甘みがあって、印象に残る味。金曜日限定の金山豚を使った豚豚カレー(680円)もメニューに加わり、ちょっとお得になるカレーの日やおそば好きの親子の日、是非是非オススメしたいお店です。

### DATA

新国亭  
新庄市沼田町6-39  
0233-22-3265  
営業時間/11:00~15:00  
17:00~19:00  
定休日/第1、3火曜日



小上がりスペースもあるので赤ちゃん連れも安心です。ベビーカーでの入店も可。お子様には「よい子のじ」もあるよ。

KOZURE de LUNCH

もっと知りたい、カラダのこと

ドクター

# 教えてDr

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關心を持っ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、母としておきたい基礎知識をおさえておきましょう。



今月のテーマは

## 震災後の心のケア(PTSD)について



アドバイスいただいたのは…  
阿部クリニック

院長 阿部憲史先生  
山形市榴岡西4-3-4 TEL023-624-1125  
http://www.4.ocn.jp/~abekuri/  
※診療は原則として予約制

### 01 経験して

### 東日本大震災を

未曽有の被害に見舞われた今回の震災。富岡や福島などの被災地から山形へ移り、避難生活を送っている方が受診に訪れていました。実際に被災した方々に限らず、山形のみならずも大地震や停電を経験したり、被害の悲惨さを目撃して不安になつたり眠れなくなつたり、まいりまいり心を通える人が少なくありません。心をケアする上で大切なPTSDについて話します。

### 02 PTSDってなに?

### PTSDとは

PTSDは強い恐怖感に伴う経験に心が傷ついたことで起ります。人間関係のストレスなどによる心身の不調と違うのは、震災や交通事故、被害者、戦争体験など生命の危険を感じたような恐怖体験が原因であること。次の症状が1か月以上続き、学校や仕事などの日常生活に影響が出てくる場合に診断されます。

予期せぬ重大な災害や事故に遭つたとき人は精神的ショックを受けて心のバランスを失います。転んできがするのと同様に、心も偶々正常に機能しなくなり、これを心的外傷(トラウマ)と呼び、そしてストレスを受けながら、これを心的外傷後ストレス障害(PTSD)といいます。



【再体験症状】原因となった出来事を悪夢しばしば繰り返す思い出し、夢に現るふしつたうけで思い出して動揺、悪夢、冷や汗、めまいなどの身体反応、悪夢、フラッシュバックなども。

【回避症状】その出来事を受け取り、話をこころを極力避ける、思い出させる場所やモノを避ける、物事の関心が薄くなる。無気力になり、離れられなくなる。

【過覚醒症状】つねに精神的緊張が高つた状態、何事にも必要以上に警戒して、ちょっとした物音の刺激にビクビクしてリラックスできなくなる。イライラ、眠れない、集中力がない、食欲がなくなる。

子どもの場合は母親から離れないなどの過行現象、赤ん坊や、睡眠中に突然起きて泣き喚ぶ、夜驚見られるケースも、震災の前になかった言動が出る。よってここではPTSDの疑いがある。

### 03 対処法

### したらいい?

PTSDの対応と予防は、次のことを心がけてください。大人が不安を

感じていたら、子どもにも伝わり、子どもに対しては、安心できる環境を整えることが不可欠です。親自身も無理せず自分のペースですでるようからしましょう。

【不安感を与える】「頑張って」「強くなれば」「守ってあげよう」と丈夫夫たよと言葉をかける必要はない抱きしめるなどのスキンシップを。

【いつも通りの生活を】「よく食べてよく眠る」ことが健康を取り戻す基本。学校の勉強、友達と遊ぶが、以前の生活リズムを少しずつ取り戻しましょう。

【子どもの気持ちに寄り添う】気が沈んでいるときは話したくありません。でも、無理に気持ちを細かく聞き出すことは避け、自発的に語り始めるのを待ちましょう。



PTSDになる人は心が弱いというわけではなく、同じ体験をしても症状する人とそうでない人がいます。誰かになるかわからない障害であり、誰にも自然に回復する、症状が軽い場合にも起こりうるです。症状が出るほどの症状が日常生活に支障がと出るほどの症状があるなら、心療内科や精神科の受診をお勧めします。

山形のママのための子育て応援ブック。mamaid 別冊

# ママの本3

## mama's book

コンビニ・書店にて絶賛発売中★

- A5サイズ ●フルカラー168P
- 950円(税込)

ママの本に関するお問い合わせは…  
(株)アイ・エム・シー ママイド編集部  
TEL.023-686-9575

おかげさまで1周年を迎えることができました

# 1st Anniversary!

5/28(土)・29(日)

自家製酵母の自然発酵を使った、4倍のモチモチ感と、ふわふわの食感を追求した、超ふわっふわの超ふわっふわのマカロン。

マカロン 5入750円 → 500円

うみたてロール 1200円 → 890円

pâtisserie avril  
パティスリー・アヴリル

TEL.023-679-5927  
山形市松見町 12-13  
9:30~20:00 不定休  
http://ameblo.jp/patisserie-avril/

# Let's grant a wonderful dream by Selecso House

Information  
驚くほどよく分かる構造見学会

37,000リットルの家

5.28 [sat] 29 [sun]

● 山辺町近江団地内 10:30~17:30



見学会場付近に案内看板が設置してあります。  
もし道に迷ったり場所がわからない時はお電話下さい。

☎090-3361-9089

セレソハウス 検索

詳しくはこちら

建主様が書く家づくりブログ更新中「B型の家」

楽しくて便利な、ちょっと要な家



ママの片手使いに  
LET'S GO!!



またかみで  
お風呂か?



山辺町に  
入ったぞー!!



到着!!  
ママー!!  
ごうめい来たよー!!

ぼく、ごうめい  
ぼくのママの片手使いは、  
お家を建てた日の片手使いと  
全然違うことなんです。  
やっぱり、お家づくりが  
つくってるママの力が大きいです。



[本社] 〒994-0063 山形県天童市東長岡三丁目7番5号 TEL.023-679-4820 FAX.023-679-4821  
山形県知事許可(般-19)第1018659号 日本住宅保証検査機構(JIO)届出事業者

子育て世代を応援する家づくり工房  
株式会社 セレソハウス

学研教室ってどんなところ?? vol.9

大好きな  
“わたしの先生”

女性の  
先生募集中!

あっという間にキャリアは23年。  
子どもたちのおかげで、元気でいられます!



学研教室山形駅前教室(山形市)  
佐原 恵美子先生  
☎023-684-7913

Q1.学研の先生になったきっかけは?

子どもたちの教育にかかわる仕事をしたいと、ずっと  
思っていました。義父が亡くなり、下の子が小学校に  
入ったのをきっかけに、一念発起(?)し開室しました。

Q2.最近のうれしい出来事は?

学研教室はそれぞれに合った教材を、個々の  
ペースで学習していくので、新学年になったから  
といって、一気に進級はできません。特に高学年  
は難しい内容が多いので、前学年の教材を終了  
するの大変です。そうやってがんばった子ども  
たちが新学年の教材を手にし、「やったぁ、進級  
できた!」と喜ぶ姿を見ると、私もうれしくなります。

Q3.子どもたちに望むことは?

「不思議だな!なぜ? どうしたらいいのかな?」  
と思ったことを、自分自身で調べたり、聞いたり、考え  
をめぐらせながら解決していくことのできる「知力と気  
力」を身につけていって欲しいと思っています。

先生のこと、  
もっと教えて!

Q4.これからの漆山駅前教室は?

教室を巣立っていった子どもたちが「こんなにはー!」と  
教室に顔を出してくれるのがとてもうれしく、私も若い時  
と変わらない気持ちで、元気に過ごしています。あと2年  
間に23年。キャリア(?)を生かして、もう少しがんばろう  
と思います。



須藤 洋子さん  
(中1、小5会員さんのお母さん)

小学5年生から入会した娘は今年中学1年生。入会前は学  
校の宿題によく戸惑い、聞かなくてもうまく教えられずに  
時間ばかりが、イライラすることが多くなりましたが、学研  
教室に通うことで解消しました。さらに学習への関心・  
意欲・考え方が身に付き、学校の宿題も自分で考え、次  
の日の学習をスムーズにこなすようになりました。



子どもが好きで、学研の先生のお仕事に関心をお持ちの女性の方へ

6月説明会のご案内  
『学研のせんせい』を  
募集しています。  
2月、10月、14日、22日  
(時間)10:00~13:00 / 会場)山形事務局

6月開校 早得コース お申込受付中  
●幼児・小学生 ●修習テスト4回の学習  
●新教材追加で毎月1万円から1000円  
【参加特典】★次級進級テスト  
★入会金5,000円OFFプレゼント!

フリーダイヤル 0120-889-100  
新しい習字を学びます。  
【受付】月~金9:00~17:00(祝日休会)  
学研教室 山形事務局 山形市南二番町7-8

能力を高めたい方への学習  
学研教室  
QRコード

新学習指導要領の学習は、早得コースで一歩リード!



Life

## 自然素材住宅「私のしろい家」に触れるイベント!!

こだわりのある人にこそ、建ててほしいおうちです。

スイス生まれのまっ白な塗り壁、瓦屋根、羊毛を使った断熱材…。こだわりの自然素材を使ったおうちが、まもなく嶋地区に誕生します。待てない方は、ひと足先に完成したモデルルームで、自然素材の持つ空気感を体感したり、塗り壁や羊毛のふわふわが快適空間を生み出す秘密に触って確かめられるかも。新築の他に、お庭づくりやリフォーム、個性的なドームハウスも扱っている西建なら、家づくりの様々な悩みにこたえてくれそう。来る5/28、29、6/4、5には、塗り壁体験や自社製ビザ膏で焼いたビザ試食会など楽しいイベント開催しますよ。



### にしけんのイベントへGO!!

5/28(土)・29(日)、6/4(土)・5(日)  
10:00~17:00

【場所】(株)西建モデルルーム

(山形市妙見97-1)

嵐王インターそば、ドームハウスが目印。

◆塗り壁体験 ◆ドームハウス見学

◆ビザ試食会などイベント多数。



★(株)西建モデルルーム 山形市妙見97-1 TEL:0120-292-866  
http://www.yamagata-nishiken.co.jp/

Shop

## 大切なご家族を守る保険の形は三角です!!

パパが万一の時、お給料を保障してくれる保険をご存知ですか?

ご家族が増えることはとても幸せなことです。でも、その幸せはパパが一生懸命働いたお給料があるからこそです。パパが万一の時…想像したことはありませんか? 大切な家族の生活、お子様が希望する進路・夢が壊れていきます。備えあれば憂い無し。そんな時、毎月のお給料のように年金をお届けする保険が役に立ちます。その保険で心の傷を癒すことはできませんが、経済的な苦しみを取り除くことはできます。それともう一つ、今までの保険料を安くできるかもしれませんよ。是非、無料相談のご予約を!!



★保険コミュニティ 山形青田店 TEL:0120-102-566 山形駅西口店 TEL:0120-102-563  
保険コミュニティは総合保険代理店・株式会社セッツが管理運営しています。

Life

## 快適なバスタイムは「キレイな風呂釜」から!

何年も洗っていない風呂釜も、バス・フラッシュで根こそぎ解決!

浴槽やお風呂場は頻繁にキレイでも、風呂釜を洗った事ありますか? 見えにくいところは忘れてしまいがちですよね。実は、お湯が通る風呂釜も溜粉と同じように汚れています! 湯垢、皮脂、入浴剤などパイプの中は雑菌がいっぱい。そうなるなど熱湯でもおち、光熱費も上がりますし、何より身体によくありません。バス・フラッシュは、プロの技術で風呂釜内の汚れを安価&スピーディーに根こそぎスッキリ! 安心のバスタイムをお約束します! 小さなお子様や敏感肌の方はぜひ一度ご相談下さい。



「マメに見て見た!」  
限定20名様に特別価格でお試し頂けます!  
通常価格 ¥4,500円  
**20%off ¥3,600**  
お値引きは、お風呂でどうぞ  
023-666-6668

出張サービス地域: 山形・上山・山辺・中山・天童  
上記以外では出張可能ですので、ご相談下さい。

バス・フラッシュ洗浄はお宅にお伺いしての作業です。1時間ほどで高速洗浄致します。  
洗浄可能な風呂釜  
パイプ コアパイプ  
湯槽の内部に上記のような器具がつかない、強い洗浄力風呂釜のみ、(オイル化のものはお出来ません)

★バス・フラッシュ山形 山形市薬師町2丁目2-28TLPビル2F-E TEL:023-666-6668

Concept

## 0歳児にも、おとなにもたのしいコンサート!

ロバの音楽座が、伝国の社にやってくる!

「ロバの音楽座」は中世・ルネサンスの古楽器や空想楽器を創造し、子どもたちのために心温まる音の世界を演出している。大活躍中のグループ、午前の部は、0歳から3歳のこどものための小さなコンサート「ポロンポロン」、おさんぽの途中、音楽の広場に居合わせるというイメージ、楽器や音を間近に楽しめる。午後の部は、「らくがきピビのコンサート」。らくがきをするように音楽を遊べたらどんなに楽しいことでしょう! 見えないストーリーを子どもたちが自由に作り出す、楽しいコンサートを超えたコンサートです。



0歳から3歳のこどものための小さなコンサート  
「ポロンポロン」  
7/27(水) 10:30~11:15  
全席自由 ともなと 500円  
★0歳児からチケットが必要です  
※お申し込み 当日入りは申し込み不要、お申込み済みの方は当日会場までお越しください  
プレイガイド:伝国の社

古楽器と空想楽器と音遊びのクラクク音楽会  
「らくがきピビのコンサート」  
7/27(水) 14:00~15:20  
全席自由 おとな 1000円、  
こども(小学生以下) 500円  
★以上の場合は会場以下無料  
★必ずお申し込み  
※当日 各500円増  
※定員あり、入場人数超過はありません  
プレイガイド:伝国の社、インフォメーション、東京楽園、音楽アライヴ、伝国の社

★伝国の社 TEL:0238-26-2666(9:00~17:00)  
http://www.denkoku-no-mori.yonezawa.yamagata.jp/

ニューショップ、新商品、キャンペーン、募集など、  
新鮮で多彩な情報を紹介する情報市場

インフォメーションモール



もっとオシャレに…佐直写真館の七五三

七五三は早めが正解!豊富な衣裳、ゆったり撮影…良いとこづくめ★

佐直写真館では、6月より七五三キャンペーンをスタート!まだ早い!と思った、パパさん、ママさん。6月・7月はスタンダードプランが30%OFF!!でとってもお得なショー早撮りプラン。また、全ての衣裳で外出も可能ですよ。(¥8,400〜)さらに、キーホルダー・ストラップ・フォトカードの中から好きな商品を1個プレゼント!人気の秘密はまだあります!表情豊かでオリティの高い写真、豊富な撮影バリエーションと写真集。選び抜いた衣裳が沢山!パパ、ママの着物も準備してお待ちします♪



★スタンダードプラン★  
六つ切2ポーズ…¥18,900  
1階・セレクトシート付  
六つ切2ポーズ…¥25,200  
1階・セレクトシート付  
上記の料金は6・7月は30%OFF!!  
8月は20%OFF!!  
※753プランに追加付く足袋・履き物がセットで含まれております。  
※753プラン衣裳は全て、産前産後衣裳は無料です!

大人気の  
写真入り  
キーホルダー  
※携帯ストラップ  
※フォトカード  
この中から  
お好きな  
商品を1つ  
プレゼント!!



★佐直写真館 東根市神町東1-2-12 TEL:0237-47-1507 営/平日9:00〜19:00  
休/祝日 休/毎週水曜日 http://www.sajiki.com



パパお疲れさま♪焼き鳥でカンパニー!

鳥の焼き鳥で、パパの疲れをとってあげよう!

山辺町の鶏肉専門店「鳥や」、毎日さかれる国産の鶏は鮮度バツン!焼き鳥はもちろん、ポンボチ(テール)、こころ、エングワ、フォアグラ風レバーなどの珍味や、味噌カツなどのお惣菜も人気。メニュー豊富で、味にも納得のお店です。予算に合わせてオードブル(2,100円〜)やお弁当、お誕生会にもピッタリで、リピーターも多いそうですよ!父の日には、鳥やの焼き鳥とオードブルで日頃の疲れを取っていただき、また頑張っていてもらう♪新発売!手作りの厚焼き卵もあるよ!



おこさまに大人気の唐揚げに、オードブル(2,100円〜)。お誕生会にもいかが?

早めのご予約を!



★鳥や 山辺町大字山辺1446-18 TEL:023-664-6101 営/10:00〜19:30 休/月曜日



今すぐあなたもKick Off!!サッカーを極めたいならマルバで学べ!!

日本初のサッカーとフットサルを融合させた選手育成プログラム。年齢ごとに身に付けていく、身のこなしや技術を積み上げることをテーマに良い選手育成を考え精密に組まれたスケジュールにより確実な個人のスキルアップを行っています。只今、入金無料キャンペーン中!無料体験スクール随時受付中です!



スクールコーチ 矢島 康夫  
スタジアムいわて花巻(フリーグー)  
mava.fc、元フットサル日本代表候補

【チャイルドU-3(3〜4歳)】 火:16:30〜17:10  
水:14:40〜17:20  
【チャイルドU-5(5〜6歳)】 月:16:20〜17:10  
水:17:20〜18:10  
金:16:40〜17:30  
年費費:¥5,200 月費:¥420 入会費:¥2,200 ジュニアクラス(小・中学生)ジュニアユースクラス(中学生)もあり、お友達にお誘い合わせ下さい。

★malvaサッカー・フットサルスクール山形校 天童市津治東二丁目5-3(山形電波高校後校)★  
TEL:023-658-3625 E-mail:mavayamagata@info.yco.jp ★山形フットサルセンター



セミナー休止・および相談員募集のお知らせ



この度、被災地支援活動の為、しばらくセミナーを休止します。相談がある方は下記からメールにてご連絡下さい。被災地の無料相談会を開催するにあたり、相談員(弁護士、会計士等の有資格者)のボランティアを募集します。

(講師先下記アポイントメント申し込み、(携帯メール宛)お申し込み下さい。)「第一セクター」メールフォーム等をご利用ください。Vol.02などで山形県建設工場で検索、左上の社会をリンク先でトップより入室下さい。  
(担当員)一級、管理建築士・ファイナンシャルプランナー 大内 朝雄

★建築工務一般建築士事務所 山形市双葉町2-6-7 TEL:023-645-9021 E-mail:info@skb-j.com http://www.skb-j.com

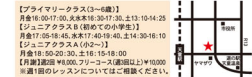


かわいいバレリーナになりたいな!



世界で活躍するプリマを輩出した劇路バレエアカデミー所属の教師が丁寧に指導します。見学・体験は随時受付中、mamaidを見て見学に来た方には、可愛いお花の手作りキットプレゼント!お問合せはお気軽に。憧れのバレリーナになろう♪

【アサシアンジュアールバレエ】  
〒980-0017(仙台市青葉区)027-232-1111 10:14-18:25  
【ジュニアクラス8(初めての小学生)】  
月曜日10:14-18:25 火曜日14:10-18:10 水曜日14:10-18:10  
【ジュニアクラス6(小学生)】  
月曜日10:14-18:25 水曜日14:10-18:10 金曜日14:10-18:10  
※週間のレッスンについてはご確認ください。



★アサシアンジュアールバレエ 天童市東本町1-15-21 TEL:023-673-9723(伊藤)



忙しいママへのご褒美にオシャレネイルを。

家事や育児で忙しいママへ、ネイルサロンビッグスマイルから指先のオシャレのご提案。家事をしても取れないジェルネイル(¥4,725-)、1ヶ月間有効なビューティーライズのみつ毛カール(¥3,150)がオススメです。もっとオシャレを楽しんでみませんか?



子育て応援バスポートを提示していたら、料金から10%OFF!!

キッズスペースがあるのでお子さま連れでも安心。

★Nail salon Big Smile 山形市中板町3-2-16 TEL:023-633-5387 営/09:00-18:00 20:00〜(予約のみ)開店の予約もご相談ください。 休/不定休 駐あり http://big-smile.me/

「だいじょうぶ みんながあなたのサポーター」県民運動

# 山形みんなで子育て応援団

## に参加しましょう!



さまざまな応援活動をご紹介します。

山形市 後藤 恵美子さん |「Baby&Kids ママサロン」運営

### ★親子の体の触れ合いは心の触れ合いにつながります!!

山形市内の保育園、公民館、子育て支援センターでベビータッチケア(マッサージ)や、絵本の読み聞かせ、手遊びなどを、ママと一緒に、0~2歳児を対象に行っています。「いろんな遊び方や触れ合い方を学ぶことが出来た!」「兄弟がいるので一対一で関われる大事な時間!」「親同士の情報交換の場!」という声をいただいています。同じ年齢の子供達に刺激を受けながら体を動かし、後藤先生と一緒に、皆さん、子供達との時間をもっと充実したものにしてみませんか?



#### Baby&Kids ママサロン

場 所 / 山形市社会福祉センター(山形コミュニティセンター)  
活動日 / 毎週水曜日10:00~水曜日13:30~水曜日10:00~(2時間)  
対象年齢 / 月・水曜日0歳児/木曜日1、2歳児/金曜日1歳児  
[活動内容]ベビースリング(だっこも指導)、お絵かき、工作、読み聞かせ、手遊び、運動、体操、タッチケア☆

山形市 須藤 るみさん |「ミラクルキッズ」代表

### ★シェイプアップでママも笑顔!子供も笑顔! ~深まる親子の絆~

子育て中のママ、赤ちゃんの脳科学開発を実践するプログラム、幼児の才能を引き出すプログラム、そしてママのシェイプアップと育児ストレス解消!それと同時に母子の絆を深めるフィットネスを、須藤先生の楽しい指導のもと行っています。「産後のおも~い体にも軽くなった!」「家に帰ってからも子供共に体操をするようになった!」という声をいただいています。「仲間と一緒に、元気に楽しく笑顔で子育てしましょう。」と話す、るみ先生とエンジョイフィットネスしてみませんか?



#### ミラクルキッズ(ベビー・キッズクラス)

場 所 / 山形市総合スポーツセンター  
活動日 / 毎週水曜日・隔週木曜日  
対象年齢 / ベビークラス(0歳児)キッズクラス(1歳~3歳幼児)  
[活動内容]ベビー・産後エクササイズとエアロビクス  
ウェブサイト~ミルミラネット 検索  
TEL.090-3369-4182



山形市 高橋 裕美さん |「みはらしの丘にこにこ子育てサロン」運営

### ★自らも子育てで真っ最中!! 多様な活動を通じて、ママ達を笑顔で見守っています。

山形県PTA連合会母親委員長・山形市ファミリーサポートの協力会員・社会福祉協議会子育てサロンボランティアで戴王サロンのお手伝い~など、多様な活動されている高橋さん自身も、子育て真っ只中自分の子育て経験や保育現場での経験も活かしながら、ママの様々な悩みに応えるお手伝いをしています。この日取材した参加者のママからは、「いろんな遊びを楽しめる上に、おやつを食べながら、高橋さんやいろんな方に悩みを相談できる。」「ママ友も増えて、手遊びや体操を覚えることもでき、家での毎日が楽しくなった!」などの声がかれました。高橋さんの笑顔が絶えず子育てサロンで接している姿に、勇気づけられるママも多いのではないかと感じました。



#### みはらしの丘にこにこ子育てサロン

場 所 / 山形市みはらしの丘ふれあいセンター  
活動日 / 毎月第1・3水曜日 10:00~12:00  
対象年齢 / 地域の水就園児  
[活動内容]ボールプールやブロック、おまごじ・手遊びや体操、絵本読み聞かせ、楽しいおやつ☆

愛称が決まりました。  
「めごりん」です!  
よろしくね!



子育てするなら山形県

使ってみよう!  
「子育てマクシー」

「子育て応援バスポート」使ってますか?  
妊婦さんから小学校6年生のお子まで1つの家庭の方ならどなたでも使えますよ。

このマークが目印!

事務局の小林です!

## 山形みんなで子育て応援団 事務局

山形県庁 子育て支援課

住 所 ● 〒990-8570 山形市松波二丁目8-1  
TEL/FAX ● 023(630)2668/023(632)8238  
E-mail ● ykosodate@pref.yamagata.jp

山形みんなで子育て応援団のサイトが  
できました!  
<http://www.pref.yamagata.jp/kosodateouendan/>

# 花咲かフェア

## IN さがえ

花と緑に囲まれた潤いある春を  
さくらんぼの季節も満喫!

**入場無料**  
●入場協力金(100円)  
ご家族全員が楽しめます。  
●雨天駐車場ご利用の方は100円  
(お急ぎの方を除く)  
ご家族をお楽しみします。

平成23年  
**6/11日 - 7/3土**  
午前9:30～午後5:00  
●会場 山形県寒河江市

### 楽しいイベント満載

●花壇に関する各種講座・体験教室  
●週末カーデナー教室 (申込要)

#### 花交流の部屋

朝飯前参加  
楽しくためになる緑化体験

#### 花火

花あかり月うたげ  
キョウトウのあかりで花火を照らします。  
**400発の打ち上げ花火**

粋な“神輿渡御”  
寒河江神輿会  
**400発の打ち上げ花火**

### ポットトレイン

毎週土日運行!!  
花の駅 <エントランス広場>

### 流水アートづくり

参加無料  
流水を使い、  
みんなの  
自由な発想を  
表現して  
みませんか。

### ハーブがおいしい

ハーブのたのしみ方  
ハーブを使ったお菓子作り  
ハーブティーの試飲  
ハーブクッキング

会場  
最上川ふるさと総合公園

■お問い合わせ先 花咲かフェアINさがえ 実行委員会 <http://www.city.sagae.yamagata.jp> ●寒河江市役所 / TEL0237-86-2111 FAX0237-86-7100

## こんなコンパクトを待っていた!!

スピードは控えめに。エコドライブで環境にやさしく。 後席もシートベルト。チャイルドシートも忘れずに。

# 三菱デリカD:2 誕生

1.2リットル、5人乗り、両側スライドドア

**両側スライドドアが便利!!**  
小さな子ども、おじいちゃん、おばあちゃんも。乗り降りがとってムラク。お買い物で、両手が塞がっていてもリモコンキーで荷物がラクラク。

**自転車も積める収納力!!**  
子どもが自転車で出かけたのに突然の雨。でも、デリカD:2の収納力なら自転車もラクラク積み込めます。

デリカD:2 X 2WD 車両本体価格 1200 DOHC 16V CVT **154.2万円**  
※4WDは、12.3万円高

エコカー減税  
取得額 差引額 **75%減税**  
**8.33万円優遇**

デリカD:2は  
G 2WD 車両本体価格 **139.3万円**～

※1:自動車サイズ・形状によっては積載できない場合があります。 ※2:75%減税の条件、「平成17年製ガスエンジン75%低燃費レベル」「平成22年度燃費基準+2%達成」  
※3:エコカー減税(環境対企業車等認定資格)自動車取得税は平成24年3月まで、自動車重量税については平成24年4月までとなります。 ●取得税、重量税の減税は、グレード・装備オプションにより減税額が変わる場合や対象外となる場合があります。適用条件が定められていますので、詳しくは営業スタッフにおたずねください。  
※4:サイクル料金、保険料、税金(除く消費税)、登録時に付加費用は別途申し受けます。※原価はすべて消費税込み価格です。

### 山形三菱自動車販売株式会社

本社 / 山形市五十鈴 3-1-6 ☎ 023-631-2020

山形店 ☎ 023-623-3035	新庄店 ☎ 0233-22-3003	サテライトショップ高島 (株)大河原自動車販売 ☎ 0238-52-6001
山形西店 ☎ 023-644-2111	酒田店 ☎ 0234-23-2121	サテライトショップ上山 (株)上山オート ☎ 023-672-6161
寒河江店 ☎ 0237-86-2460	鶴岡店 ☎ 0235-22-8001	サテライトショップ東根 (株)高嶋自動車 ☎ 0237-43-2468
天童店 ☎ 023-653-5235		サテライトショップ山形 (株)カフタ ☎ 023-684-7721
米沢店 ☎ 0238-23-6300		
長井店 ☎ 0238-84-1567		

Drive@earth

MITSUBISHI MOTORS

年間250組の  
相談実績

ライフプランナーによる無料個別相談会 (予約制)

Sony Life

家計応援  
プロジェクト

# 家計の節約術

大好評! 無料託児付

お金に関する疑問や悩みにお答えします。

## まずは、ライフプランニングを

「子どもの教育資金はいくらぐらい準備すればいいの?」「マイホームをそろそろ建てたいけど……」「今入っている保険って、わが家に合ってるの?」「将来に向けて資産の運用をしたいけど」。このような時に、頼りになるのが、「ライフプランナーによる無料相談会【家計の節約術】」となっております。

幅広い知識をもつFP資格を持つライフプランナー5名が、相談者の夢や希望がかなうよう、相談者の皆さんと一緒に考え実現に向けたアドバイスを行います。

まずはライフプラン全体とお金(収支)を結びつけて考える「ライフプランニング」を行い、生涯における「お金の流れ」をつかむことが大切です。その結果、教育資金や老後資金の準備しなくてはならない金額が明確になり、また、住宅購入のベストなタイミングや繰上げ返済時期・金額が明確になります。今だからこそ、「ライフプランニング」が必要なのではないでしょうか……。

また、無料相談会の会場は、大野目交差点近くの【感動ハウス(住まいる情報館特設会場)】となります。広々とした屋内遊具コーナーや熱帯魚がたくさんあるミニ水族館、屋外遊具施設など、お子様が十分に楽しめる会場となっております。さらには、大好評の保母さんによる無料の託児も承っております(要予約)。お子様のことを気にすることなく、ゆっくり相談することができる点も人気の秘訣となっております。どうぞご予約お待ちしております。



●ご予約・お問い合わせはこちら

TEL 022-296-5472

E-mail takashi\_tsuchiya@sonylife.co.jp  
携帯電話 090-9538-2463 FAX 022-296-5474

## 家計の節約術・無料個別相談会 要予約

**開催日時**  
【5月】24日(火)、26日(木)、  
28日(土)、29日(日)、30日(月)  
【6月】2日(木)、4日(土)、  
6日(月)、7日(火)、10日(金)、  
12日(日)、14日(火)、15日(水)、  
18日(土)、20日(月)、22日(水)、  
24日(金)、26日(日)、28日(火)、  
30日(木)



**時間**  
●10時～●11時～  
●13時～●14時～  
●15時～●16時～

**会場** 感動ハウス  
住まいる情報館特設会場



## お客様の声

※2011年2月開催の相談会参加者より

友人からの紹介で参加しました。ライフプランニングって本当に大切ですね……。(36歳女性)

知らないことがありすぎました。今回、知ることが出来て良かったです。Fさんありがとうございました。(44歳男性)

2年ぶり2回目の相談会参加でした。2年前とは状況が変わっていたので、アドバイスも安心できました。2年って短いようですがいろいろなる変化ってありますね。(34歳女性)

住宅購入について、いろいろとアドバイスをいただきました。住宅ローンも紹介いただき助かりました。今後ともよろしくお願ひします。(29歳男性)

携帯からはこちらへ  
PCからはこちらへ

ソニー生命 土屋 様 検索  
http://www.doyakel.com



ソニー生命保険株式会社

仙台ライフプランナーセンター 第2支社 第1営業所  
ライフプランナー 土屋 様  
〒983-0852 仙台市宮城野区榴岡4-2-3仙台MTビル15階  
募集文書登録NO. 9L11-3630-0036

# mamaid ko・ko・roプロジェクト VOL.2

みんなの「何かしたい」心(～kokoro～)を、  
必要としている人へ届けよう。

ハンドメイド作家さんによる作品と、  
スタッフから寄せられた物品のブースをそれぞれ設けて、  
チャリティバザーを行う企画。月に一度のペースで開催していきます。  
これまで、4月7日、30日の2回開催されました。  
次回は5月24日、感動ハウスで行います。ぜひ遊びに来てくださいね。  
なお、売上の一部は、日本赤十字社を通じて被災者の皆さんのために使われます。

## kokoroプロジェクト vol.2 レポート♪

4月30日、山形市みはらしの丘「はらっぱ館」において、第二回目のイベント開催されました。はらっぱ館さんと共催で、クッキーやアクセサリー、工作のワークショップなど様々なコーナーがあり、にぎやかな催しとなりました。



【メッセージフラッグ】コーナーを会場の一角に設けました。このメッセージフラッグは、来場者のみなさんにメッセージを書いてもらい、裏面に布で遊べる仕掛けを施し、被災地の子育て支援施設などに届けようという企画です。まだまだ記入スペースがありますので、今回のイベントでみなさんも参加してくださいね。



フラッグの裏ん中にロゴも入って、バージョンアップ!



メッセージもだいじょうまつてきました。

私たちのブースでは、ハンドメイド作家さん3組と、スタッフによるフリマ、アートパルーンのたけさんによる実演が華を添えました。来場者は300名近くとなり、盛況のうちに終了。今回は20,839円の義援金を集めることができました。



布のおもちゃが中心のひなたさんのブース。



ブランド名hifumiは布の組み合わせ、作品数もたくさん。



ランドセルカバーなど素材に、特徴のあるamiブランド。



アートパルーンのたけさんコーナーには、長蛇の列が...



## mamaid ko・ko・roプロジェクト次回予告

vol.3

5月24日(火) 10:00～15:00

開催場所…感動ハウス 住まいの情報館特設会場(山形市芳野)

vol.4

6月23日(木) 13:00～16:00

開催場所…タントク東根(東根市)

募集中!

- プロジェクト運営ボランティアスタッフ ■ イベント設営や準備、企画などをお手伝いいただける方。
- フリーマーケットの出店 ■ ご自身で管理できる方に限ります。
- 支援先・絵本寄贈先などの情報 ■ 子育て情報誌なので、ママとお子さんに役立つようなところに支援したいと考えています。その情報をお持ちの方、ご協力お願いします。
- すべての問い合わせ・応募先は、マメイド編集部(info@mamaid.net)まで。※件名に「プロジェクト」と記載して下さい。



安心美味しい  
ヘルシー  
レシピ

春は、安心美味しいヘルシー食を提案する新コーナー。旬の食材を使ったヘルシーな春メニューと、2ヶ月分のお弁当(豚肉)を使ったヘルシーな朝食メニューをご紹介します。

## “春”をいただく、一汁三菜メニュー

アサリ、春キャベツ、アスパラ、五月菜を使って、  
彩も美しいワンデニッシュスープの提案です。

たまには、カフェのような盛り付けて、楽しく食卓を演出しましょう！



おが  
ちゃん

料理大好創食べるの大好きお酒はもっと好きな食育インストラクター。最近では“まんじゅう山形県と食の応援隊”の一員として活動中。近い将来、自分で飲食店を出せば、一歩進める二児の父ちゃんプロが「みんなのんない」  
<http://ameblo.jp/hawallan-bigfoot>

## アサリの味噌汁 牛乳仕立て

【材料(3~4人分)】

アサリ	300g(砂抜き済みのもの)
水	400ml
牛乳	200ml
味噌	大さじ3
和風だし	小さじ1
小ネギ	少々

## 作り方

## HOW TO MAKE

- 鍋に水と和風だしを入れ沸騰したらアサリを加える。
- アサリが開いたら牛乳を加え沸騰する寸前で火を止め味噌を溶かし入れる。
- 器にそよい小ネギを散らせば完成です。



**POINT!!** アサリに塩がある場合があるので味噌を入れる前に味噌をして味噌の量を減減して下さいね。

## アスパラと豚肉のイタリアングリル

【材料(3~4人分)】

アスパラ	4本
豚肉(しょうが焼き用)	4枚
カットトマト水煮缶	1缶
とろけるスライスチーズ	4枚
塩・コショウ	少々
薄力粉	少々
オリーブ油	大さじ1

## MEMO

アスパラに含まれるアスパラギンは骨密度に効果あり。先月の賞がキュと絞まったものをえらばい!

## 作り方

## HOW TO MAKE

- アスパラは半分に切り、根元の方の硬い部分があればピラで削いでおく。
- 沸騰したお湯にひとつまみ塩を入れ茹でる。
- 豚肉に塩コショウ・薄力粉を軽くふり、食べやすい大きさに切る。
- フライパンにオリーブ油を引き豚肉を焼く。火が通ったらフライパンの中で一人分ずつ寄せ分け、その上にカットトマトを豚肉が隠れる程度乗せる。(今回は大さじ3で作りました)
- その上にとろけるスライスチーズを乗せ蓋をして蒸し焼きにする。
- チーズが溶け周りに香ばしい焦げ目が出来たら、先に茹でておいたアスパラを中央から2割に割って皿にしき、焼きあがった肉をその上に乗せれば完成です。

**POINT!!** 豚肉にするお塩は気持ちしっかり目にした方が味がしまりがたですよ。

## 【今日のポイント】

山形県の実美味しい春野菜が出る季節になりました。今回はその食材を使って、簡単で見た目にも華らしく、食事のバランスを考えた一汁三菜(汁物1品、おかず3品)メニューで作ってみました。今日の料理を通じて、地産の美味しいものや旬のことを活かしながら家族みんなで食卓を囲んでみてはいかがでしょう。



## 春キャベツのネギ塩タレ

【材料(3~4人分)】

春キャベツ	1/4個
長ネギ	1本
塩	小さじ1
ゴマ油	大さじ1
サラダ油	大さじ3
桜えび	少々

## MEMO

春キャベツは外の葉が緑色で水っぽくみずからしたものがgood!

## 作り方

## HOW TO MAKE

- キャベツは芯を抜き4等分にしてアロもしくは、トスターで軽く焦げ目がつまで焼く。(ウチのグリルでは7分位でした)
- 長ネギの白い部分をみじん切りにし、塩、ゴマ油、サラダ油を混ぜ合わせる。
- 焼きあがったキャベツを器にそよ塩タレをかけ、桜えびをちらせば完成です。

**POINT!!** 塩ダレはよく混ぜることで味がなじみまろやかに!

## 五月菜のオムレット

【材料(3~4人分)】

五月菜(葉先の部分)	1束分(葉の方はおたしに...)
タゴ	4個
塩・コショウ	少々
水溶性片栗粉	50ml

## MEMO

五月菜は山形の春野菜の代表! ビタミンが豊富で栄養満点の。

## 作り方

## HOW TO MAKE

- 五月菜は下茹でをし、1cmくらいに細かく切る。
- フライパンにサラダ油を引、軽く塩コショウして炒める。
- 卵をときほぐし水溶性片栗粉を加えフライパンに流し入れる。
- 五月菜が均一になるように盛り、蓋をし卵が固まるまで弱火で蒸し焼きにする。(今回は厚みが出るように直径20cmのフライパンを使用しました)
- 焼き上がったおむレットお皿に盛り、お好みでケチャップなどをかけて完成です。

片栗粉を加えるとふっくら仕上がります





やすらぎと緑が育む ほっ都タウン



# みのりの樹団地



**ご紹介者キャンペーン**  
ご紹介頂いた方に(ご紹介の方がご成約された場合)  
**現金10万円プレゼント!**

**ご成約特典キャンペーン**  
ご成約の方(1区画毎)に  
**現金30万円プレゼント!**  
さらに**10万円分の商品券進呈!**

保留地好評分譲中♪

子育てするなら…東根市

みどり豊かな東根市神町地区で宅地分譲を行っています。  
春には爽やかな風が吹き、  
初夏には真っ赤なさくらんぼがたわに実り、  
秋は河原での芋煮会もにぎやかです。  
さくらんぼtantokuruセンター(子育て支援施設)に近く、  
新たに開校した大森小学校、区域に接している神町中学校など、  
子育てにすぐれた快適な団地です。  
区域内にスーパーマーケットもあり、お買い物にも大変便利です。



毎日の生活や  
子育てを  
サポートする  
充実の住環境



東根市大森小学校(団地内)  
(平成23年4月開校)



JRさくらんぼ東根駅(車で5分)



ヤマザキ神町店(団地内)



さくらんぼtantokuruセンター(車で5分)  
(子育て支援・保健福祉施設)

ご購入の面積については  
ご相談を承ります

■分譲価格  
**870万円～3,741万円**

■分譲価格(坪)  
12.9万円～16.1万円

■分譲面積(1宅地)  
216.6㎡(66坪)～  
931.92㎡(282坪)

## 東根市子育て応援!

1. 子供の遊び場整備事業への着手 (平成25年度オープン予定)
2. 東部子育てサポートセンター整備事業への着手 (平成26年度開所)
3. さくらんぼ保育所を指定管理者制度に移行するのに合わせ、延長保育を充実し休日保育を実施します。
4. 大森小学校の開校に合わせて同校団地内に学童保育所を開所
5. ミニ公園遊具整備事業 (平成22年度～)
6. 小学校低学年医療費無料化事業 (平成22年7月～)
7. ころこのり事業
8. 育児相談充実事業 (平成22年5月～)



東根市は、子育ての経済的負担の支援はもちろん、  
おに子供成長に立った考え方で子育て支援について政策を展開しています。

お申込み  
お問い合わせ

東根市神町北部土地区画整理組合  
TEL・FAX 0237-47-3316

<http://www.minorinoki.jp>

東根市神町東一丁目2-1  
定休日/土曜日・日曜日・祝日

みのりの樹団地

検索



# ケーキバイキングと共に 理想の住まいを考えよう！



子どもの  
学区は  
どうしよう？

ローンは  
どれくらい  
借りられるの？

検討中だけど  
決めかねている

地震に強い  
家になりたいけど  
どうしよう

これからも  
賃貸でいいの？

山形で人気の  
エリアはどこ？

エコな家って  
どんなの？

みんなが考えている  
金額の平均って  
どれくらい？

これからマイホームをお考えの女性同士  
ケーキバイキングを楽しみながら、  
意見交換をしてみませんか？  
もちろん、お友達同士の参加もOK！  
山形のママ達が、実際どう思っているのか  
本音を知るチャンスです。  
後日、みんなで話し合った内容を  
マーマイドで発表致します。



日時 **6月21日(火) 13:30~** 定員 **10名様限定** 料金 **無料です!**

会場 **ホテルメトロポリタン山形  
ロビーラウンジ「ゆう」** 申込 **6月10日まで、下記電話番号へご応募下さい。**  
定員になり次第締め切らせて頂きます。  
(受付時間9:00~18:00)  
TEL023-615-6397

### 嶋モデルハウス

毎週土・日・祝、ご覧に  
なって頂けます。

ヨウパニマル ● フレンスボ  
かつば寿司 ● メンズユニオン ● キー・ビーム  
しんぼろ ● ケンズスタイル ● 山形駅前  
ドコモショップ ● 山形本店  
現場

※外観

かつば寿司さんすぐ裏

### 東根市オープンハウス

5月28日(土)・29日(日)  
時間/10:00~17:00

市立神町中学校  
市立神町小学校  
現場

住信歯科 医院  
フルーツライン  
名木山  
くらら 保育園  
神町 保育園  
陸上自衛隊 神町駐屯所

※外観

ユニバーサルホーム 山形東店

株式会社ベースホーム ☎023-615-6397  
FAX023-615-6398 山形市元木2-10-42 (ユニバーサルホーム) 検索  
●http://www.universalhome.co.jp ●http://www.basehome.co.jp  
メールでのお問い合わせは customer\_support@basehome.co.jp



# Sakura Scope

父の日-2011-

6月19日は父の日ですね～☆  
 プレゼントの用意はOKかな?今年は何を贈ろうかな～  
 親子でプレゼントを選ぶのも楽しいネ。大好きなパパに愛を込めて??



1 段をデザート用にしても◎食欲旺盛なパパには、3段使って大容量のボリュームランチはいいが、  
 ☆3段ランチBOX(2,100円)



2 汗かきパパには必須アイテム!サッカー、野球、ゴルフ～パパの趣味に合わせて荷物を運ぶのが楽しいネ。  
 ☆ハンカチ(各526円)



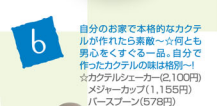
3 ecoパパには、ちょっとカッコいいボトルにドリンクを入れて～アウトドアに、スポーツにお出掛けしよ。  
 ☆ドリンクボトル(0,382 3,150円)



4 存在感たっぷりな太～い筆。削り仕上げがとても手に馴染み、使いやすいヨ。  
 ☆筆(黒一金棒/683円 黒りん坊特筆/830円)



5 今夜はビールがそれとも焼酎?気分に合わせてグラスも選んで。  
 ☆ビールの王道ジョッキ(1,859円)  
 焼酎グラス[レモン](1,239円)



6 自分のお家で本格的なカクテルが作れたら素敵～☆何とも男心をくすぐる一品。自分で作ったカクテルの味は格別～!  
 ☆カクテルシェーカー(1,100円)  
 ☆シェーカー(1,155円)  
 ☆バー Spoon(578円)



7 お料理好きパパにはマルチに使えるノンダングと、ギョルソニアエプロンのセット。美味しいご飯を作るの★  
 ☆エプロン(1,890円)  
 ☆ラッピング(1,260円)



8 手の形をした検査さと、シボがコルク抜きになったブタちゃん。どちらも使い勝手バツグン。お酒好きなパパにピッタリ。  
 ☆ブタのシボ抜き(490円)  
 ☆ハンドパワー検査き(504円)



9 暮らしのひとときは一日の終わりにスタイム!マッサージしながらリラックス  
 ☆和/スギフト(1,050円)



10 かわいいウサギ型のアイビローで優しくいたさ～COOL DOWN。暑い夜もこれでスッキリ☆  
 ☆ひんやりアイビロー(1,050円)

撮影協力/ラカーサ山形店 山形市馬見ヶ崎4-9-10 TEL023-682-7565

営業時間 [月～金] 10:30～19:00 [土日祝] 10:00～19:00 (時間短縮営業) <http://www.zakka-lacasa.jp/>

# 「生命保険の基礎を学ぼう！」

ケーキ  
&  
お茶付

無料セミナーで、先進医療から教育資金の貯め方まで、家族のためになる情報を!

参加無料  
先着順



## お金と生命保険の基礎を勉強しよう!

デフレや低金利が続いていますが、こんな時こそお金のことをしっかり考えたいものです。

お金に関する基礎から、「今加入中の保険、これでホントに大丈夫?」、「先進医療ってなに?」、「保険会社が破綻したらどうなる?」といった、知っているようで知らない疑問に、ファイナンシャルプランナー(FP)が初心者にも分かりやすく解説します。中立公正な立場で講義をするので、講座内での金融商品のPRや勧誘もないので、安心して勉強できます。

## 個別に相談もできます!(無料)

セミナー後、保険の見直しやお金の貯め方など、具体的に相談したい方には、個別相談会(無料)も実施します。この機会にぜひご参加ください!

### (講座内容)

デフレ時代の生命保険の考え方  
先進医療に対応した医療保険  
外貨建て保険の有効活用  
低金利時代の教育資金の貯め方  
保険会社が破綻したら?  
年金問題 他

### セミナー開催日程 (無料・定員各30名)

開催日	時間	会場
7/1(金)	10:30~12:30	パレスグランデール (山形市荒雁町1-17-40)
7/2(土)	10:30~12:30	
7/2(土)	14:30~16:30	伝国の社(米沢市丸の内1-2-1)
7/5(火)	10:30~12:30	グランドホクヨウ(米沢市金池2-3-7)
7/10(日)	10:30~12:30	東京第一ホテル鶴岡 (鶴岡市錦町2-10)
7/11(月)	10:30~12:30	

### 個別相談会開催日程(無料)

ご希望の方には、ファイナンシャルプランナーによる個別相談会を実施します。個別相談会のみへの参加も可能です。セミナー当日にも申し込みできます。

会場	時間	開催日
マネースクール101事務局 (山形)	10:00 ~ 19:00	7/1(金)、7/2(土)、7/3(日)、 7/5(火)、7/7(木)、7/9(土)、 7/10(日)
	10:00 ~ 19:00	7/5(火)、7/7(木)、7/8(金)、 7/9(土)
マネースクール101事務局 (米沢)	10:00 ~ 19:00	※5/火はグランドホクヨウで開催になります。
	10:00 ~ 19:00	7/10(日)、7/11(月)、7/15(金)、 7/16(土)、7/18(月)、7/21(木)

※相談時間は約60分です。※セミナー当日のみ14:00~19:00の時間帯になります。

### お申込み方法 (メールまたはFAXにて受け付けます。)

#### メールでの応募方法 (携帯電話でもOK)

- ① [ymg@r.ms101.jp](mailto:ymg@r.ms101.jp)へ空メールを送信。
- ② 自動返信メールにあるURLをクリックし、必要事項を入力。

#### FAXでの応募方法

「セミナー」か「個別相談会」(または両方)希望を明記し、希望日時/郵便番号/住所/氏名/年齢/電話番号/同伴者名を明記の上、  
FAX:0120-260-436へお送りください。

※個人情報は、セミナーの開催およびセミナー内容に関するご案内・ご連絡のためだけに利用させていただきます。

ケーキ  
&  
お茶  
付き!





●加藤 敦子さん  
のこ  
夏瀬 ちゃん(1歳10ヵ月)  
凜とした活発な子に育ってね。



●小川 めぐみさん  
のこ  
ひよりちゃん(3ヵ月)  
「日和」という言葉と音の響きで、明るく心のあたたかい子になって欲しいな。



●原田 佑美さん  
のこ  
結良くん(1歳9ヵ月)  
人と人との心を結んでくれる優しい人になって欲しい。パパとママの心も結んでくれました♡



●長瀬 幾久子さん(おばあちゃん)  
のこ  
和佳ちゃん(2歳8ヵ月)  
元気で健康な子になりますように。



●齋藤 春美さん(おばあちゃん)  
のこ  
礼旺くん(1歳9ヵ月)  
動物が大好き!人にも動物にも優しい男の子になって下さい。



●廣瀬 理恵さん  
のこ  
優月ちゃん(1歳6ヵ月)  
優しく明るい子になりますように...と願いを込めて。

# 街かど Catch

「名前の由来」を  
インタビュー

vol.69

子育て支援センターを中心に、子連れで遊ぶスポットへ取材スタッフがお邪魔します。元気に楽しく遊んでいる親子をキャッチ!!

## 川西町子育て支援センター



常設の支援センターになってから1年という川西町子育て支援センター。おうちとは違ったおもちゃがたくさんあり、子ども達はもちろん、ママ、おばあちゃん達も楽しんでいます。月に2~3回開催される「ルンルン子育て広場」では、ふれあい遊び、ミニコンサート、読み聞かせなど、毎月メニューは様々。イベントを思いっきり楽しみたいという親子にはオススメです。その他、育児講座や緊急時の一時預かりもお願い出来るので、気軽に相談してみね。



【住所】東豊郡川西町大字吉田5476-3  
(吉島幼稚園内)  
【TEL】02-83-44-2822  
【開館時間】月曜日~金曜日  
9:30~12:00/13:00~16:00

マーズイット2011フォレスト SummerCollection  
エンジェル Angel Photo Gallery  
フォトギャラリー

マーズイット6月20日号を  
飾るエンジェル大募集!!  
申し込み締切:5/31(火)  
撮影:6月6日(月)

1ヶ月~1歳くらいまでの  
天使の笑顔  
を無償撮影  
いたします!!

毎月、ご応募頂いたお子さまの中から抽選で5名様を、青春通りにある写真スタジオ「フォレスト」にて無料で記念撮影いたします。さらに、その写真をマーズイット紙面ギャラリーに掲載します!

Here! MAP  
エンジェル撮影ポイント  
フォレスト写真スタジオ  
山形県東豊郡川西町

お名前、年齢、性別、住所、電話番号、メールアドレスを明記の上、下記へ1回申し込むメールにて応募ください(6月31日必着)  
写真スタジオフォレスト  
(山形県東豊郡)

990-2422 山形市中6番3丁目1-9  
TEL:023-624-5636  
E-Mail:info@studio-forest.jp

れいちゃん

みなとん

ももはちゃん

かほちゃん

りあちゃん



大切な家族の健康と  
やすらぎを実現する住まい。

## 自然素材×MAPLE HOMES

家は森と同じようにやすらぎと健康を求め大切な場所です。  
メープルホームズでは、ご家族の健康とやすらぎを支える住まいづくりのため  
本物の素材は自然素材の採用をご提案しています。



窓、床、ドア、階段、キッチン、モールド  
ディングなどメープルホームズの住  
まいを構成する材料の多くは、豊  
富な森林資源がある北米から輸入  
しています。

木目が美しいダグラスファー、木の  
節が付いたパイン材など、高品質  
な無垢材の中からあなたのお好み  
の樹種をお選びいただけます。



MARVIN (米産サツク)

World Door Collection MERIT KITCHENS  
「WDC」(米産アガ)



モニターハウス募集中! 詳細はお問い合わせ下さい。



## メープルホームズ 山形店

お気軽にお問い合わせください。 ☎ 0120-088-507

TEL.023-642-5620 FAX.023-615-7989

元気(パートナー) 新築(木造) 〒990-0023 山形県山形市北沢1-7-36

<http://yamagata.mhggroup.jp/>

素敵なデザインいろいろメープルホームズ山形 <http://yamagata.mhggroup.jp/>

メープルホームズ山形 建築部



美容外科・形成外科・皮膚科・歯科

# クリスタル美容外科

お電話に  
お電話下さい

0120-107-379

<http://www.crystal-biyou.com/>

山形

- 完全予約制・年中無休
- 営業時間10:00~19:00
- カード、医療ローン取扱い
- 山形市本町1-3-14-3F東北電力交差点角

美容相談Q & A



- 各種カウンセリング承ります ●
- **ワキガ・多汗**のご相談
- **肥満(脂肪)**のご相談
  - ・顔・顔面・顔部・尻部・太もも
  - ・ふくらはぎ・足首・背中等など
- **皮膚**に関するご相談
  - ・しみ・そばかす・くすみ・しわ・たるみ
  - ・ニキビ・ニキビ跡・ほくろ・いぼ・傷跡
- **しわ、たるみ**に関するご相談
  - ・頬などのたるみ・口のまわり・目尻・額など
  - ・再生医療多量血小板血漿に関するご相談
- **お顔(目や鼻など)**のご相談
  - ・二重まぶた
  - ・目・鼻・口・耳・輪郭など
- **歯**に関するご相談
  - ・歯の黄ばみ・色染み沈着など
- **胸**に関するご相談
  - ・乳房の大きさ・形・乳輪
  - ・乳頭の大きさ・形など
- **頭髪**のご相談
  - ・HARG治療(薄毛治療)
  - ・発毛・育毛注射
  - ・薄毛・抜け毛の最新再生治療
  - 「症例数国内NO.1で発毛率99%」
  - 「患者満足度94.4%」
- **その他、美容に関するご相談**

ホワティング  
歯並びについて  
受付中!

最近またおやつのたるみが気になります。治療方法としてどんな方法が  
ありますか?術後の腫れや痕跡なども心配です。(41歳;サービス業)

お答え  
します

またのたるみに対して、皮膚を引かずにはんたのわずかに1mm程度の穴から糸を埋め込んで余った皮膚を引き上げる**デュララフトリフト**法や、またたを切開して皮膚を取り除く**切開手術**があります。小さな穴から糸で引き上げる方法はほとんど腫れもありませんので、お身体のためにはおすすめです。また、切開しにくい原因である頬のたるみに対しては、毛乳頭立ちのついた糸を用いて皮膚を引き上げる**フェザーリフト**法はほとんど腫れもなく可能な手術です。近年のローコストアップとしても、ACC治療法という自分の細胞を用いた再生医療で肌のハリを取り戻す方法や、皮下に255度の熱を注入することで皮膚を硬化させる**糸手術**もほとんど腫れもなく治療をおこなうことができます。たるんだ皮膚や皮下組織を取り除いて引き上げる**フェイスリフト手術**も効果的ですが、たるんだ皮膚を引き上げて、すっきりすることと元気で健やかな自分を取り戻してください。

ワキの汗の悩みです。汗の量も多く、  
においが強いためとても気になります。  
よい治療方法はありますか? (31歳女性;製造工場勤務)

お答え  
します

汗の原因である汗腺にはアポクリン腺とエクリン腺の2種類があります。主に臭いの原因となるのは、主にアポクリン腺です。効果的にこの汗腺を取り除くことで治療を行います。治療として、注射で行う方法と手術で行う治療法があります。ワキに直接注射を打つことで汗を出す用の神経を少し切開し、そこで汗腺を破壊する。またワキの皮膚を傷が目立たない程度に少し切開し、そこで汗腺を破壊する。汗の原因である汗腺を完全に取り除く**ダブルレーザー手術**もあります。見所麻酔で行う日帰り手術ですのでご安心ください。

お答え  
します

クリンニックで美容整形を相談し、失敗したと言いたい結果があまり出なかった治療を受けてしまった方が、修正をするために当クリンニックを受診することが多いため、このような美容整形を**リメイク整形**としています。まずは、ご自分のイメージ、ご希望と共にご相談を医師にご相談ください。

皆さまへ

あらゆる処置について、術前にきちんと医師から説明を受け、術後の検診についても手術をした医師が検診をするのかなどをご確認ください。最近、看護士や白衣を着た医師のふりかいたカウンセラーが手術の説明や抜糸を行ったりすることがあります。クリンニック遊びにご注意ください。







2011  
**七五三**  
カタログ  
できました♡

資料請求QR



“2011七五三衣裳ご予約会”始まってます!!  
日焼けする前に撮影しちゃお〜♪



先着55名  
特別価格  
7/31日までに撮影の方限定  
今すぐお電話下さい!!

撮影料  
通常7,500円 → **ゼロ円がついて!**

撮影料金  
通常7,500円 → **500円**

衣裳  
ヘアメイク  
着付

さらに六ツ切写真1枚付き!!

※ランクアップ衣裳もございます。  
※お一人等しのお写真になります。



**七五三 セットプラン**

6ページアルバム  
(27枚写真+2枚CD+4枚CD)

CD-R  
(ご購入データ)

通常 31,575円!

キールター  
(ご購入データ)

**30,000円**

※この他にもお得なプランがいっぱい!!

**スタートダッシュ!! 12大特典**

1. 六ツ切写真1枚 **プレゼント**
2. 平日和装・洋装お着替え **無料**
3. お着付け衣裳 **14,000円引**
4. お父様お母様 **お着付 無料**
5. 家族写真撮影 **無料**
6. お楽しみ袋 **プレゼント**
7. データ **プレゼント**
8. 待ち受け画像 **プレゼント**
9. 希望はプリント料金 **30%OFFチケット** **プレゼント**
10. デザインフォト **プレゼント**
11. 全データが **購入で無料**
12. モモリアウォールペーパー **プレゼント**

**大好評**

ママプラン **3,000円**

パパプラン **5,000円**

※この他にもお得なプランがいっぱい!!



山形北店 0120-978-402  
http://www.shaleny.com

山形市馬見ヶ崎2-12-19 イオン山形北店2F Tel.023-682-0655  
営業時間: AM10:00~PM8:00 定休日: 年中無休 撮影期間: ~2011.7.31(日)

写真代 子供プリント料金

キッズ	小学生	中学生
3,000円	4,500円	6,000円

メール会員になるとお祝いがいっぱい!!  
詳しくは、店頭スタッフまで。

私たちな **シャレ友 CLUB スタート!!**♡入会費無料♡年会費も無料

残り16区画

住む人をやさしく包み、暮らしを支える

きになる街。

建築条件  
下水道および  
水道負担金  
なし

タウン内に大型の  
ショッピングセンターが隣接♪



スーパーおーばん山辺店 ツルミドラッグ山辺店 コメリ山辺店

小中学校も徒歩  
15分圏内(1.2km)

山形市街地まで  
車で15分

# 山辺町緑ヶ丘ニュータウン

YAMANOBEMACHI MIDORIGAOKA NEW TOWN

お求めやすい価格でご家族のマイホームの夢を応援します

保留地分譲申込受付中 分譲価格 **810万円台より** 221.99㎡(67.2坪)

●標準価 約10.8万円/坪～約14.6万円/坪 ●分譲面積 220.00㎡(66.6坪)～587.66㎡(177.7坪)

緑ヶ丘ニュータウン概要●事業所/山辺町崎/前山地区画整理組合●事業面積/22.4ヘクタール●事業完成予定/平成24年3月31日●地目/宅地●用途地域/第1種住居地域●建ぺい率/60%●容積率/200%●計画人口/計画人口1,700人、計画戸数400戸●学区/山辺小学校1km(徒歩15分)、相模小学校1km(徒歩15分)、山辺中学校0.4km(徒歩10分)●交通/JR左沢線、羽前山辺駅1km(徒歩15分)、山形中央IC車で5分●水道/最上川中部水道企業団より提供●排水/山辺公共下水道にて処理●ガス/プロパンガス●電気/東北電力●広告有効期間/平成23年6月30日

山形県指令部第23号(平成13年10月23日)

売主・事業主体 **山辺町崎/前山地区画整理組合**

ご相談・お問い合わせ先 ☎023-667-1180

http://y-midorigaoka.jp/ 緑ヶ丘ニュータウン 検索

〒990-0321 東村山郡山辺町大字横野504番1 FAX(023)667-1181 E-mail: info@y-midorigaoka.jp

詳しくは  
ホームページを  
見てね!

