



みんなで一緒にこどもの未来と笑顔をはぐくむ

HUG HUG

12 [ハグハグ 岡山・香川版]
December 2019
vol.120
毎月25日発行

ご自由にお取りください

TAKE
FREE

モデル：サクラ
(feelNEO / HUG PRO所属)

[読者プレゼント受付期間]
11/25(月)~12/19(木)

今年も楽しいクリスマスになりますように
**ハッピークリスマス
ファミリースナップ**

HOC × INNOCENCE presents
my favorite collection

今月の住宅情報

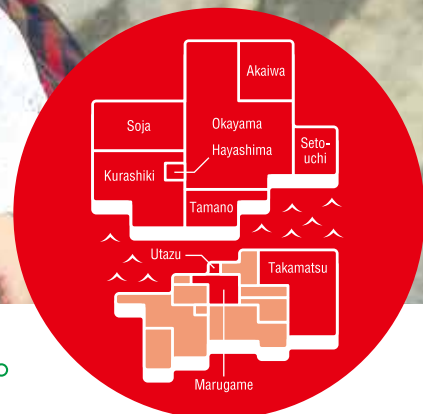
住宅購入OBはどんな人？
全国調査から考える我が家サイズの住まい

このお仕事知ってる？
「ボートレーサー」
日本モーターボート選手会
香川支部所属
近江 翔吾さん

“まさか”に備えて
今から学ぼう
インフルエンザの季節です

はぐべび
PHOTO STUDIO

はぐもぐ
離乳食講座
赤ちゃんの食事の量



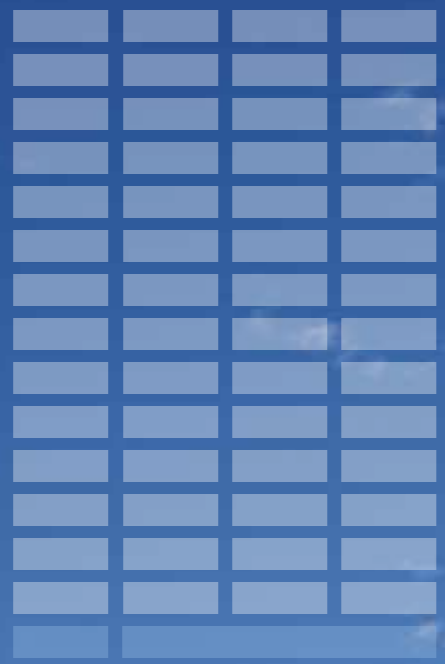
200,000部を以下のエリアを中心に配布しています。

岡山市 / 倉敷市 / 早島町 / 総社市 / 玉野市 / 赤磐市 / 瀬戸内市 / 高松市 / 丸亀市 / 宇多津町



予告広告

販売開始までの期間、予約ご契約のお申し込みはお受け致しませんので、あらかじめご了承ください。
販売開始時期：2019年11月下旬(予定)



晴れのち幸せ
日々をもっと軽快に、幸せに変える56のアドレス。
R G 瓦町駅東プロジェクト始動。

ロイヤルガーデン瓦町駅東

～アーバン・アーク～

新/発/表

満足のいく住まいづくりに貢献する「和田コーポレーション」が贈るロイヤルガーデンシリーズ



RG Kawaramachi-eki Higashi URBAN ARK

※完成予想図は設計図面を基に書き起こしたもので、実際とは多少異なる場合があります。※写真は、2019年8月に撮影したものです。

近日分譲開始(予定) 琴電「瓦町」駅・「今橋」駅2駅利用の好立地 | 丸亀町グリーン・瓦町FLAG徒歩圏内 | 人気の高松第一小・中学校区 | 駐車場設置率100%・EV電気自動車対応



4STYLES with 56STAGE

あなたの暮らしが、美しく輝きだす。ゆとりと寛ぎのステージ。

A TYPE ■住居専有面積：76.62㎡(約23.17坪) ■バルコニー面積：16.70㎡(約5.05坪) ■バルコニー面積：2.71㎡(約0.81坪) 合計面積：96.03㎡(約29.03坪)	B TYPE ■住居専有面積：66.82㎡(約20.21坪) ■バルコニー面積：12.30㎡(約3.72坪) ■バルコニー面積：1.56㎡(約0.47坪) 合計面積：80.68㎡(約24.40坪)	C TYPE ■住居専有面積：71.96㎡(約21.76坪) ■バルコニー面積：13.40㎡(約4.05坪) ■バルコニー面積：2.31㎡(約0.69坪) 合計面積：87.67㎡(約26.50坪)	D TYPE ■住居専有面積：85.58㎡(約25.88坪) ■バルコニー面積：25.92㎡(約7.84坪) ■バルコニー面積：2.85㎡(約0.86坪) 合計面積：114.35㎡(約34.58坪)
---	---	---	--

【凡例】WIC：ワークデスク、SIC：シューズインクロー、SR：サービスルーム、MC：マルチクローゼット、---：新上げ天井、---：通風、---：採光 ※間取りは設計図面を基に書き起こしたもので実際とは多少異なる場合があります。 ※写真は、マンションギャラリーを撮影した当社建築例のイメージです。



瓦町エリア

香川県最大の私鉄ターミナル「瓦町駅」を中心に広がるエリアは「高松の南都心」ともいえる場所。ビジネスや暮らしが快適に広がります。また「瓦町FLAG」など商業施設もあり、利便性も魅力です。



高松市のメインショッピングストリート「丸亀町商店街」をはじめ、瓦町界隈が徒歩圏内。晴れた日の休日に散歩がてらのお出かけも素敵。特別をフダンにする、魅力ある生活エリアです。

商店街エリア

ロイヤルガーデン瓦町駅東 マンションギャラリー

お問い合わせ・資料請求は、下記お電話または、ホームページにて

「ロイヤルガーデン瓦町駅東」マンションギャラリー
〒760-0079 高松市松崎町1051番地14 〔営業時間〕10:00～19:00〔定休日〕水曜

☎087-866-0711 | ロイヤルガーデン瓦町駅東 | 検索

https://www.royalgarden-wada.com/rg_kawaramachieki-higashi/

マンションギャラリー好評公開中!!

【物件概要(予定)】●名称/ロイヤルガーデン瓦町駅東●所在地/香川県高松市松崎町一丁目11番8●交通/ここでん琴平線・長尾線・志度線「瓦町」駅 徒歩10分、ここでん志度線「今橋」駅 徒歩2分●用途地域/商業地域●地目/宅地●地域/地区/非線引き都市計画区域 準防火地域●敷地面積/1,502.43㎡●分譲後の権利形態/敷地:専有面積持分比率による敷地権(所有権)の共有、建物:区分所有権●建築面積/438.33㎡(建築確認表示面積)●建築延床面積/4,835.40㎡(建築確認表示面積)●住居専有面積/66.82㎡～85.58㎡(スカイテラス面積含む)●バルコニー面積/1.56㎡～2.85㎡(間取り)●2LDK+SR～4LDK+WIC+SIC●容積率/300.00%●建ぺい率/80.00%●構造/規模/鉄筋コンクリート造、地上15階建て●総戸数/56戸(管理事務室を除く)●販売戸数/56戸●販売価格(税込)/未定●管理費(月額)/未定●修繕積立金(月額)/未定●修繕積立基金(一括)/未定●建築確認番号/第ERI-19013164号(2019年5月14日付)●除●ERI-19043401号(2019年10月18日付)●竣工予定/2021年1月中旬(予定)●入居予定/2021年3月上旬(予定)●事業主/業主/株式会社和田コーポレーション●設計/監理/有限会社 曾根建築設計事務所、株式会社 和田コーポレーション、株式会社 和田総合企画●施工/東亜建設工業株式会社 西日本建築支店●管理会社/株式会社 和人社計研究所(予定)●管理形態/入居後、区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社に委託●設計図書閲覧場所/株式会社 和田コーポレーション 本社、竣工後は管理事務室●広告制作日/2019年10月31日●広告有効期限/2020年1月31日

免状番号 国土交通大臣(特-29)第002429号
公益社団法人 香川県宅地建物取引業協会 香川県地区不動産公正取引協議会加盟

事業主(売主) **株式会社 和田コーポレーション**

本社/〒763-0034 香川県丸亀市大手町1丁目3番11号(和国大手ビル)
支店/岡山・高松・松山・徳島・高知・丸亀

施工 **東亜建設工業 TOEA CORPORATION**

西日本建築支店/〒550-0004 大阪府西成区本町1-4-12 本町富士ビル4F

一般ご家庭向け

eco電灯Aプラン はこんなにオトク!!

基本料金

0円 1kWhあたり 24.4円 (税込)

基本料金0円!使った分だけ、お支払い!!

使用電力量が多くなると料金単価も上がる従来型のプランではなく、
どれだけ使っても一律料金の納得できるプランです!

※燃料調整費・再エネ賦課金は含まれておりません。

3人暮らし

中国電力

432kWh 約 11,359円/月

※従量電灯A 432kWh/月ご利用の場合

毎月818円
年間9,816円もオトク!!

eco電力に切り替えると
10,541円/月

さらに / eco電力

に切り替えるとお客様の

住宅トラブルも 0円 でサポート

生活の中で緊急事態が起こって困ったことはありませんか?そういう時にプロの方にすぐ相談できて、
対応していただける方が24時間365日身近にサポートしていただけたらすごく助かると思いませんか?

「みまもりecoサービス」ではそんな緊急事態に対応したサポート体制を整えております。

「eco電力」に切り替えて生活の安心も0円でプラス!!!!

加入特典
あり

業界初! / 24時間365日 かけつけサービス + つながる修理サポート

みまもりecoサービス

※サービス提供会社：匠ワランティアンドプロテクション株式会社・サービス料金は通常200円(税別)となります。

ご加入のお手続き

ご登録は、右のQRコードを携帯電話・スマートフォンにて読み取っていただくか、下記のURLから手続きを完了してください。
お申し込みの際は必ず4ケタの申し込み番号をご入力またはお伝え下さい。



<https://www.eco-denryoku.jp/individual/entry/>

ご登録方法

●検針票をご用意いただき現在のご契約について、入力項目をご確認の上ご登録をお願いいたします。



eco電力

増税対策!!

家計見直しキャンペーン

新規でご契約の方に、

QUOカード

3000円
プレゼント!!

KAKEI MINA OSHI CAMPAIGN

キャンペーン期間
11/20~
2019年
2019年12月末日まで



- 新規でのお申込みのみ適用となります。
- お申込みの際は4ケタの申込み番号をご入力またはお伝えください。
- お申込み情報に間違いがあった場合、切替をキャンセルさせていただく場合がございます。
- 万が一、キャンセルになった場合はキャンペーン適用外となります。
- 規定人数が終了間近でもお申込みについては、切替えが早い方を優先とさせていただきます。
- キャンペーン対象期間:2019年11月20日から2019年12月31日お申込み分まで
- 本キャンペーンは予告なく変更することがございます。

eco電力

[香川オフィス] 〒761-0301 香川県高松市林町1957-1
[岡山オフィス] 〒700-0926 岡山県岡山市北区西古松町8-18

info@eco-denryoku.jp <https://www.eco-denryoku.jp>
小売電気事業登録番号:A0519

0120-325-155

受付時間 月~金(土日祝日・年末年始除く) 10:00~17:00まで

キャンペーン申し込み番号 8989

eco電力

検索

お申し込みの際は必ず4ケタの申し込み番号をご入力またはお伝えください。

CONTENTS

07 HUG HUG NEWS①
10周年ありがとう

09 HUG HUG NEWS②
ハッピークリスマスナップ

10 HOC × INNOCENCE presents
my favorite collection

13 子どもの“OOになりたい!”に“あの人”がお答えします!
このお仕事知ってる?
「ボートレーサー」
日本モーターボート選手会 香川支部所属
近江 翔吾さん

14 これから離乳食を始めるママへ
はぐもぐ離乳食講座
テーマ:赤ちゃんの食事の量

16 はぐべび PHOTO STUDIO

18 はぐはぐめいる
パコちゃんのまぢがいさかし

19 イオンモール倉敷 MaMaサークル
「ママと楽しむクリスマス」
クロスワードパズル

20 HUG HUGおすすめセレクション

22 HUG HUG ママスクール

23 “まさか”に備えて今から学ぼう
今月のテーマ:インフルエンザの季節です

24 ママの不安に一問一答
「咀嚼・飲み込みに関する悩み」

26 子どもが変われば 未来が変わる
「生え変わりトラブル パート2」

28 今月の住宅情報
住宅購入OBはどんな人?
全国調査から考える我が家サイズの住まい

40 高橋大輔選手を育てたフィギュアスケートコーチ
佐々木先生の 目指せオリンピック!!

41 求人情報

44 岡山県 休日当番医表

45 香川県 休日当番医表

46 読者プレゼント
11/25(月)～12/19(木)受付

47 読者コーナー



model : サクラ
(feelINEO/HUG PRO所属)
photo : JIN FUKUDA
(QUATRO PHOTO DESIGN)

編集・発行 株式会社リードオン
■本社 〒700-0926
岡山市北区西古松西町8-18
TEL.086-245-4350

印刷所 研精堂印刷株式会社

©2018 Lead on Co., Ltd.

※本誌掲載の写真・イラスト・記事等の
無断複写および転載を禁じます。



人気のスタイルがリニューアル

Provence style

プロヴァンススタイル

暮らしに憧れを詰め込んだ、呼吸したくなる家。

動線を短くし、家族の温もりが伝わる距離感のLDK。

毎日立つ場所だから洗面台はお気に入りの場所にしたい。

2階はフリープランで家族構成、ライフスタイルに合わせて、家族びったりの間取りに。

長い年月をかけて、家族を優しく包み込み、住むほどに増すお家への愛着……。



OPEN HOUSE

STORK GARDEN ストークガーデン 福田公園北

GREEN STAGE グリーンステージ 福泊V

倉敷市福田町古新田 & 岡山市中区福泊にて
予約見学会好評開催中!
平日のご案内も可能です。お気軽にお問い合わせください。

ご来場プレゼント
前日までにご来場予約の上、現地にてアンケートにお答えいただいた方に
ご自宅周辺のハザードマップ情報を含む土地レポートをご用意いたします!

昭和住宅株式会社
岡山岡山市北区表町1丁目7-15/パークスクエアSHOWA2F

tel.0120-32-9667
https://swo.co.jp/
■営業時間/9:00-20:00・水曜日定休

資料請求・お問い合わせ
ご予約は便利で簡単な
ネット予約がおすすめです!

大元小学校まで徒歩3分!
買い物病院もすべて徒歩圏内
岡山市北区今で実現する、
世界にたった一つのこだわりの5邸
ストークガーデン 今2丁目

<今2丁目分譲地概要> ■所在地/岡山市北区今2丁目3-111~115 ■交通/JR山陽本線「北長瀬」駅...約1,430m(徒歩18分) ■総区画数/5区画 ■開発面積/78790㎡(238.33坪) ■実測■土地面積/15757㎡~15758㎡ ■販売価格/2640万円 ※上下水道工事負担金、境界ブロック・フェンス工事負担金は、土地価格に含まれております。 ■地目/宅地 ■区域区分/都市計画区域内(市街化区域) ■用途地域/都市計画区域内(市街化区域) ■建ぺい率/60% ■容積率/200% ■専有面積/なし ■道路/北側市道幅員8m(今76号線) ■設備/中国電力、公営水道、公共下水 ■教育機関/大元小学校、桑田中学校 ■取引態様/売主・自由設計について、当社の定める構造及び、仕様の範囲内で自由に設計できますが、一部お客様にお応えできない場合もありますのであらかじめご了承ください。この土地は、土地売買契約後3ヶ月以内に当社と建築請負契約をむすんで頂くことを条件として販売します。この期間内に建築請負契約が成立しない場合は、売買契約はなかったことになり引渡し金、その他預かりした金額は全額無条件にて返還します。<グリーンステージ福泊V19号地販売住宅> ■所在地/岡山市中区福泊字小林3番23 ■販売価格/3,177万円(税込) ■水道・メーター加入負担金、ガス工事負担金、ゴミステーション負担金2が別途必要です。 ■土地面積/183.09㎡ ■延床面積/99.47㎡ ■構造/木造二階建てカラーベスト ■間取り/4LDK 交通/岡電バス「福泊」停留所約500m(徒歩7分) ■ストークガーデン福田公園北7号地販売住宅 ■所在地/岡山県倉敷市福田町古新田字六之割933番85 ■販売価格/9,991万円(税込) ■上下水道負担金、水道メーター加入金(20mm)が別途必要です。 ■境界ブロック費用+フェンス費用は別途必要です。 ■土地面積/175.31㎡ ■延床面積/100.96㎡ ■構造/木造軸組工法 ■間取り/4LDK ■交通/下電バス「古新田南」停留所約70m(徒歩1分) ■建物完成/2019年9月建築確認番号/H30岡七確建第502071号(2019年3月26日) 広告有効期限2019.12.31



写真はイメージになります。詳しくはお問い合わせください。



☎ 0120-927-576 〒701-0151 岡山市北区平野655-53 FAX:086-238-0602
(本社) 岡山市北区柳町2丁目4-23 山陽地所株式会社 カンパニーハウジング山忠

ハウジング山忠 検索

https://www.wood-stage.com

housing yamachu (ハウジング山忠)

施工例や家づくりのストーリーなど皆様の家づくりの参考になる資料をご用意しています。

CONNECT STUDIO
LINE@ 公式アカウント

イベント情報や、お得な情報をお届け!
ご相談、資料請求も承ります。





HUG HUG 10周年 ありがとう



おやこ情報誌「HUG HUG」は、たくさんの読者や地元企業の皆さまに支えられ、今月で10周年を迎えることができました。

岡山で生まれた誌面も現在では岡山・香川版となり、両県の皆様にさまざまな情報をお届けしています。発行部数も10年前では考えられないくらいに増え、設置だけではなく、各家庭へポストイングもするようになりました。

私たちが創刊当時から信念としているのは、「ママも、パパも、ばあばも、じいじも。みんなで一緒にこどもの未来と笑顔をはぐくむ」という言葉。

これからも子育てファミリーがホッと一息つけるような誌面になるように、スタッフ一同頑張っています。

株式会社リードオン おやこ情報誌HUG HUG編集部 編集長 花本 真介

てぶらでOK 大人も子どもも飛び込み参加 OK! 卓球

無料体験 しませんか?

今なら 先着30名様
 入金金 1,000円
無料!!



岡山リベッツ卓球スポット 卓球教室 入会金1,000円(税込)

岡山店は10時～、13時～、15時～、18時～(ジュニア)、20時～。
 倉敷店は10時～、13時～、18時～(ジュニア)、20時～。

回数	料金(税込)	備考
週1回(月4回)	6,260円	全コース1回2時間
週2回(月8回)	9,350円	
週3回(月12回)	11,550円	

教室のスケジュールは曜日によって変わるケースもございます。お手数ですが、詳しくは各店舗にお問い合わせください

初心者大歓迎!

卓球Tリーグでおなじみ「岡山リベッツ」私たちが丁寧に教えます。



白神 宏佑 (しらが こうすけ)

岡山リベッツ監督。岡山国体を含む国体へ7度出場。幼稚園児～成人、老若男女問わずおまかせください!



有田 洋巳 (ありた しょうみ)

岡山リベッツ選手。地元岡山国体でも岡山県代表選手として3位入賞に貢献。初・中級者が上手くなるコツをお伝えします。



波多野 聖子 (はたの せいこ)

岡山国体代表。インターハイ女子ダブルス優勝。H16年全国選手権女子ダブルス3位入賞。初級者から上級者まで丁寧に指導します。



岡 実寿紀 (おか みずき)

岡山商科大学卓球部。高校選抜やインカレに出場。卓球を楽しみましょう。

倉敷店 無料駐車場完備
 倉敷市四十瀬111-1
086-454-5400



岡山店 無料駐車場完備
 岡山市南区西市413-1
086-259-3161



今年も楽しいクリスマスになりますように

ハッピークリスマス

家族3人で過ごした、初めてのクリスマス! ささやかなコスプレしてちょっと良いステーキ買ってきてプチパーティー。
真良くん

サンタさんにプレゼントをもらって、お礼の手紙を書いたら、また次の日もプレゼントが届いて大喜び!
花音ちゃん 鈴音ちゃん

初めてのクリスマス! プレゼントはアンパンマンよけはじりカー♡
光汰くん

新しくクリスマスツリーを買いました。前より大きくて満足です。今年は小物を増やして豪華にしたいです。
美月ちゃん

朝起きてサンタさんからのプレゼントに大喜びでした!
健之介くん

サンタがプレゼントを渡したら当時2カ月の娘は怖くて涙。
菜愛ちゃん

初めてサンタさんに会ったよ! クリスマスって楽しいね。
壮佑くん

イブの夜、サンタさんが、プレゼントを届けに来てくれました。親もドキドキの思い出になりました。
咲里依ちゃん

サンタさんから図鑑をプレゼントされて笑顔のほろ酔いでした。
悠一くん

初めて1人でスポンジを焼いてクリスマスケーキ♡ クリームを塗るのはママに少し助けられました。
愛結ちゃん

去年はアンパンマン、サンタさん今年はトーマスのケーキがいいなあ☆
悠叶くん

大好きなアンパンマンに寝起きでも大喜び♪ 今年は何かな～
緋華ちゃん

立体クリスマスツリーケーキを作って食べました!
雅紀くん

サンタさんから図鑑をプレゼントされて笑顔のほろ酔いでした。
悠一くん

初めて1人でスポンジを焼いてクリスマスケーキ♡ クリームを塗るのはママに少し助けられました。
愛結ちゃん

お家でピース
恵令奈ちゃん

祖母と一緒に近くの庭園へ、サンタさんがいたので大喜びでした。
伶旺くん

今年もみんなでケーキ食べよう!
倫太郎くん

赤と白と茶色でクリスマスらしいコーデに!!
玲桜奈ちゃん 咲大朗くん

一緒にクリスマスツリーの飾りつけをしたよ! ツリーの前でハイポーズ。
奏来くん

Merry Christmas!!
叶歩ちゃん

Xmasツリー飾ったよ。サンタクローズにお手紙書くよ!
椿くん

小さなおてに、小さなあんよが可愛かったです
終哉くん

母がツリーの飾り付けをしていると、わたしも!! と駆け寄り一緒に飾り付け! 今年はサンタさんに会えるかな?
紗良ちゃん

去年はイルミネーション見に行ったね!! 今年も見たいね!!!
丈太郎くん 琴花ちゃん

クリスマスに、しまじろうコンサートに行きました。
梨瑚ちゃん

当店1押し

フルーツ大好きな子どもたちへ贈る……
くだもの屋さんが選んだ美味しいフルーツがた〜さん入った洋菓子Hashimotoの2019クリスマスケーキ

クリスマスいちごタルト
イチゴのプロフェッショナル・橋本清氏が一押し! の厳選いちごを借しげもなくふんだんに使用! 北海道産生クリームとサクサクのタルトでどうぞ。
16cm 3,000円〜時価(税別) / 18cm 3,750円〜時価(税別)

クリスマスフルーツタルト
厳選した盛りだくさんのフルーツを甘さ控えめの北海道産生クリームとサクサクのタルトでどうぞ。
16cm 3,000円(税別) / 18cm 3,750円(税別)

生クリーム
厳選した国産いちごのカットをたっぷりサンドし、トッピングした溢れんばかりの新鮮なフルーツを引き立てる上品な甘さの生クリームケーキをご堪能ください。
15cm 3,250円(税別) / 18cm 4,000円(税別)

限定30台

スノードーム
こだわりの国産いちごをふんだんに使用し、上品な生クリームとふんわり生地で味わえるリーズナブルなお薦めのケーキです。
生クリーム 12cm 2,250円(税別) / 生チョコクリーム 12cm 2,500円(税別)

※写真と現物は異なる場合がございますので、ご了承ください。

ご予約は **12/20(金)まで**
店舗または電話でご予約ください

お渡し日: 12/21(土)~12/25(水)

ご予約はこちら
☎086-250-5612

厳選フルーツいっぱいのごだわりケーキ
洋菓子 Hashimoto

岡山県岡山市南区西市 233-23
10:00~20:00
火曜(祝日の場合営業) 年末年始
P 3台

岡山で一番の絶景&絶叫スポット!!

ブラジリアンパーク 鷺羽山ハイランド

Feliz Natal!

Washuzan Highland

04 RIA, SOSHI
age9 age7



04

05 KARIN
age5



05



07 KINA
age8



CREATIVE STUDIO
HOC × INNOCENCE
presents

my favorite collection

THEME: Xmas | chapter.5 |

このページは、HUG HUG ONLINE CLUB(略称:HOC)誌面モデル登録の方を対象に、毎月違うコンセプトに合わせた写真を掲載します。モデルは、コンセプトや衣装サイズなどを基準に選出し、出演依頼をさせて頂いています。撮影にあたりお子様の安全面などを考慮し、保護者様のご同伴をお願いいたします。撮影に関する報酬や交通費などは発生いたしません。

06 AKANE
age5



06

締め切り
11/30(土)16:00

2月号は「マタニティーモデル」募集

撮影は12月中旬、岡山市近辺を予定しています。右のQRコードより、表示されるフォームからご登録ください。撮影が行われるINNOCENCEでは、ヘアメイクをプロのスタッフがお手伝い(衣装は自前をご準備ください)。さらに、撮影データ(1点)のプレゼントもあります!!

<撮影協力>
CREATIVE STUDIO
INNOCENCE
プライベート空間の本格ハウススタジオ

問屋町テラス店

〒700-0977 岡山市北区問屋町1-5-101
<https://www.cs-innocence.com/>

<要予約> ご予約・ご見学のお問合せはWEBまたは各店お電話にて。



ご予約はこちら▲

<Instagram>



01 MUGI
age4



01

02 NOA, MITO
age6 age4



02



07



03 NANATO
age8



03



Profile

おおみ しょうご ●1993年2月18日大阪府生まれ。0型。登録番号4643.107期。香川支部。中学卒業後、ボートレーサー養成所に入所。デビュー後なかなか結果が残せなかったものの持ち前のメンタルの強さでコツコツと勝率を積み上げ、2016年には最上級クラスのA1に昇格。香川支部を代表するボートレーサーとして活躍中。

「成績が上位になれば応援してくれるファンも増えて、たくさん声援をもらえます。レースで勝つことで喜んでもらえるファンの方がいるのは嬉しいですね。あとはやはり収入面でしょうか(笑)。ボートレーサーの平均年収は1600万円と言われています。デビューしたての新人でも年収500万円く

「観戦感覚で楽しめると思いますが、実際にレースを観てボートが大好きになり、選手になった人は少なくありません。最近では女性の選手も増えていて、男女ハンデなく、また10代から50、60代までが一緒のレースで競い合う、稀な競技をする職業だと思います。」

「全国に1校だけある、ボートレーサー養成所に入所することです。それ以外の道はありません。中学卒業後から30歳までなら、誰でも受験できます。もうすぐ次期の募集が始まるようですね。ほとんどの人はボートに関して未経験で養成所に入所します。その時点で全員がゼロからのスタートです。アマチュア選手としてボート競技をしてきた人もたまにいますが、1年後、卒業する頃にはレベル差はほとんどなくなります。もちろん、それなりの運動神経は必要ですが、養成所から選手になってからもしっかり地道な努力を続けられれば、誰にでもトップ選手になれる可能性があります。」

子どもの“〇〇になりたい!”に“あの人”がお答えします!
このお仕事知ってる?

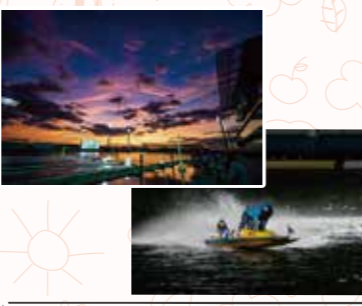
今日は **ボートレーサー**

日本モーターボート選手会 香川支部所属
「ボートレースまるがめ」で活躍中

近江 翔吾さん

岡山・香川のトップクラスの方から、お仕事について教えてもらう大好評連載です。知っているようで知らない人も多いプロスポーツ「ボートレース」。そこでボートを巧みに操り、順位を競う「ボートレーサー(競艇選手)」の近江翔吾さんにお話を伺いました。

「ボートレーサーってどんなお仕事でしょう?」
「ボートレーサーで賞金を稼ぐプロスポーツ選手です。ボートレースは6艇のボートが1周600メートルのコースを3周して着順を競う競技で、1つでも多くの勝利を目指します。」



新ボートレーサー募集
養成費用：無料
【募集人員】50名程度
【募集期間】第129期：2020/1/4～3/6 ※年2回募集あり
【入学日】2020/10/1
【問い合わせ先】TEL:0944(76)5051 一般財団法人 日本モーターボート競走会 ボートレーサー養成所 養成科
※募集要項など、詳細はHPで公開中
ボートレーサー募集

冬休みのボートレースまるがめは世界の遊具がいっぱい!
BOAT RACE まるがめ × BorneLund
冬休みは **Boat Kids Park** においでよ!!
2019. **12/21(土) ~ 1/5(日)**
2020.
場所 ボートレースまるがめ 3階わんぱくランドおよびその周辺
時間 10:00 ~ 19:00 *イベントの参加者が多い場合は人数・時間を制限させていただきます。
おとなも子どもも **100円** (税込)
※写真・イラストはイメージです。Copyright © 2019 BorneLund Inc. All rights reserved.

まるがめサタ 毎週土曜日はまるがめボートに行ってみよう!
イベント情報はこちら

第129期ボートレーサー募集
募集期間 令和2年1月4日(土)~3月6日(金)
主な応募資格 年齢:15歳以上30歳未満 身長:175cm以下
体重:男子47kg以上57kg以下、女子42kg以上50kg以下
視力:裸眼で0.8以上
【問合せ先】一般財団法人 日本モーターボート競走会 丸亀支部 TEL:0877-24-4560

現役ボートレーサーがやってくる! レーサーからアドバイスもらえるチャンス!
ボートレーサー募集イベントを開催!
令和2年1月4日から開始の第129期ボートレーサー募集開始に併せて、ボートレースまるがめでインフォメーションブースを開設します。ボートレースに関する紹介をはじめ、ボートレーサーの職業に関する紹介や試験体験、VRを使った疑似体験が出来ます。ボートレーサーは老若男女が一緒に競い合う唯一のプロアスリート。現役ボートレーサーも毎週ゲストとして来場します。興味のある方はご来場ください。
開催日 令和2年1月4日(土)・11日(土)・18日(土)・25日(土)
時間 10:00 ~ 13:00
場所 ボートレースまるがめ 2階インフォメーション付近
実施内容 ①ボートレースについての基本説明
②第129期ボートレーサー募集に関する案内
③ボートレース VR体験 ※対象…小学生以上(13歳以下は保護者の同意が必要)
④ボートレーサー 一次体力試験器具体験
⑤競技用ボート・モーター展示

おすすめ 離乳食レシピ

離乳食 初期 / 生後5・6ヵ月頃
 離乳食 中期 / 7・8ヵ月頃
 離乳食 後期 / 9～11ヵ月頃
 1歳～ / 12～18ヵ月頃

大根と高野豆腐のすり流し ゴックン期



- 材料**
- 大根…20g
 - 高野豆腐…1/6枚
 - 昆布だし…大さじ4
 - しょうゆ…少々
- 大根は皮をむいてすりおろす。
 - 高野豆腐は一瞬だけ熱湯に浸し、水気を絞ってそのまますりおろす。
 - 鍋にだし汁と大根、高野豆腐を入れて汁気が少なくなるまで煮る。
 - 少しだけしょうゆを加えてできあがり。

刻み白菜の白和え モグモグ期



- 材料**
- 白菜の葉先…大1枚(10g)
 - 絹豆腐…大さじ1
- 白菜の葉はやわらかく茹で、縦横に細かく刻む。
 - 豆腐は電子レンジで30秒ほど加熱してすりつぶし、白菜をあえる。
- 白菜は食べにくいようなら、軽くすりつぶすと食べやすくなります♪

納豆うどん カミカミ期



- 材料**
- 干しうどん…1/15束(20g)
 - 刻み納豆…1/2パック(20g)
 - 大根の葉…20g
 - 大根…10g
 - バター…小さじ1
 - しょうゆ…少々
- 干しうどんは1～2cmの長さに折り、沸騰した湯に入れて柔らかく茹で、水でもみ洗います。
 - 大根は皮をむいてすりおろし、大根の葉は刻んで茹でておく。
 - バターで大根の葉と大根おろし・納豆をさっと炒め、茹でうどんを加えて火が通ったら、ごく少量のしょうゆで調味する。

大豆・大豆製品は、鉄分やカルシウムが豊富なたんぱく質源。離乳食の強い味方です。
 豆乳や豆腐は離乳食初期から使うことができます☆

ふんわり大豆ケーキ パクパク期



- 材料**
- ホットケーキミックス…1/2カップ(50g)
 - 大豆(水煮)…30粒(20g)
 - とき卵…大さじ1
 - 水…大さじ2.5
- 大豆はうす皮をとり、粗くつぶす。
 - ホットケーキミックスにとき卵、水大さじ2.5を入れて混ぜ、大豆を加えて混ぜる。
 - 耐熱容器に入れ、電子レンジで1～2分加熱する(器の大きさで調節してください)。乾燥しやすいので、でき上がったら軽くラップをかけて粗熱をとる。

蒸し器を使うともっとふんわり仕上がります。
 かぼちゃやさつま芋を加えてもおいしくできます。

はぐもぐ 離乳食講座



監修 松本 美樹 先生

2011年岡山県立大学栄養学科を卒業後、三宅医院で管理栄養士として在籍。栄養指導やクラスなどを通して、お母さんやご家族の健康をサポートしています。食事で笑顔に☆明るい毎日☆

三宅医院 岡山市南区大福369-8
 TEL 086-282-5100(代)

テーマ：赤ちゃんの食事の量

離乳食を始めて、授乳量が減ってくる頃から気になるのが「食事の量」。その頃のお母さんからは「どれくらい食べさせたらいいのかかわからない」という声がよく聞かれます。たとえ兄弟でも、**食欲や消化吸収力は一人ひとり違う**ので、よく様子を見ながら、**その子の食欲や発達に合わせて**食べさせるようにしましょう。

離乳食の進め方と1日の食品の目安量

下記の量はあくまでも目安です。子どもの食欲や成長・発達の状況や体調に応じて食事の量を調整しましょう。

月齢	食べ方の目安	固さの目安	1回あたりの量			授乳の目安	
			炭水化物	ビタミン&ミネラル	たんぱく質		
5ヵ月～ 6ヵ月頃	1日/1回 子どもの様子を見ながら、1日1回ひとさじずつ始める。母乳やミルクは飲みたいだけ与える。	なめらかにすりつぶした状態 ポタージュくらい	アレルギーの心配の少ない、つぶしがゆ(米)から始める。	すりつぶしたじゃがいもや野菜、果物なども試してみる。	慣れてきたら、つぶした豆腐・白身魚(たら、塩抜きしたしらす)などを試してみる。	離乳食の後の母乳やミルクは、赤ちゃんが飲みたいだけ与えましょう	
7ヵ月～ 8ヵ月頃	1日/2回 1日2回食で、食事のリズムをつける。いろいろな味や舌ざわりを楽しめるように、食品の種類を増やしていく。	舌でつぶせる固さ 豆腐くらい	全がゆ 50～80g	野菜・果物 15～20g	魚 10～15g 肉 10～15g 豆腐 30～40g 卵黄 1～全卵 1/3 乳製品 50～70g		離乳食の後に与える他に 母乳 ・赤ちゃんが飲みたいだけ ミルク 1日3回程度
9ヵ月～ 11ヵ月頃	1日/3回 食事のリズムを大切に。家族一緒に楽しい食卓を体験させる。	歯ぐきでつぶせる固さ バナナくらい	全がゆ 90～軟飯 80g	野菜・果物 30～40g	魚 15g 肉 15g 豆腐 45g 全卵 1/2 乳製品 80g		離乳食の後に与える他に 母乳 ・赤ちゃんが飲みたいだけ ミルク 1日2回程度
1歳～ 1歳6ヵ月頃	1日/3回 食事のリズムを大切に、生活リズムを整える。自分で食べることを楽しみを、手づかみ食べから始める。	歯ぐきでかめる固さ 肉団子くらい	軟飯 90～ご飯 80g	野菜・果物 40～50g	魚 15～20g 肉 15～20g 豆腐 50～55g 全卵 1/2～2/3 乳製品 100g		子ども一人ひとりの離乳の進行および完了の状況に応じて与える。

*厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」より

第24回 人権フェスティバル岡山

幸せの種をまこう！～心のふれあいおもいやり～

令和元年 **12月1日(日)** 10:00～15:00

会場 **岡山ドーム** 入場無料
 岡山市北区北長瀬表町1-1-1

ウオーターアート® **堀川玄太**
 風の紙芝居師 **たけちゃん☆**
 介助犬パフォーマンス & ふれあいコーナー

「えいごであそぼ」で有名な **キョウイルソン**
 「心で通じあおうよ!!」～Hello!みんな～ **ミニコンサート**

ひとりでも悩まないで! **STU48**
 トークショー&読み聞かせ
 沖侑果・峯吉愛梨沙・数下楓

人権イメージキャラクター **人KEN** まちる君
 人KEN あゆみちゃん

(問い合わせ先) **岡山市人権推進課**
 TEL.086-803-1070 FAX.086-225-1699
 E-mail. jinkensuishin@city.okayama.lg.jp

★消防車を近くで見よう ※緊急時には出動します
 ★チャレンジプレイコーナー (ポッチャ・フライングディスク・マジックバルーン教室など)
 ★参加体験コーナー (車いす・点字・高齢者疑似体験など)
 ★ワールド屋台・海外文化紹介 ★福祉のお店 など

主催：岡山市・岡山市教育委員会・岡山人権啓発活動地域ネットワーク協議会・岡山市国際交流協議会 共催：岡山市社会福祉協議会

栄養バランス 3つの要素

炭水化物
 体を動かすエネルギーの源
 体を動かす脳のエネルギー源となるので、赤ちゃんの成長には欠かせないものです。主にごはんやパン、めん類、いも類に含まれています。

ビタミン&ミネラル
 体の調子を整える
 体の調子を整え、免疫力を強化させるものです。主に緑黄色野菜や海藻、果物に含まれています。

たんぱく質
 体の血や肉をつくる
 筋肉や血液のもととなるので、赤ちゃんの体の成長を促してくれるものです。主に魚介類や肉類、卵、大豆製品に含まれています。

離乳食で注意したい食品・食材

- 1歳頃まで控えたい食品
牛乳・はちみつ(ボツリヌス菌)
- 離乳食に向かない食品
生もの、貝類・甲殻類、塩分の多い食品、甘みの多い食品、カフェインの多い飲物

事故防止のために避けたいもの

- 弾力がある固めの食べ物
こんにゃく、餅、グミ、丸いチーズなど
- 水分がなく固い食べ物
りんご片、ちくわ、ナッツ類、枝豆など
- そのまま飲み込める食べ物
プチトマト、ぶどう、鮎など

食中毒予防のために避けたいもの

- 生魚の刺身
- 貝の刺身
あわび、巻貝、生かきなど
- 生卵
- 生肉・加熱不十分な肉
とり刺し、レバ刺し、ユッケ、ハンバーグなど



HUG baby
PHOTO STUDIO

たくさんのご応募
ありがとうございました♪

おかげさまで創業85周年!
トータルスタジオフォセット

FOSSETTE
20th Anniversary

ご家族・兄弟姉妹
撮影料無料!

兄弟・姉妹の
お着付け無料!

七五三、後撮り。

お得がいっぱい七五三後撮りプラン
土日でも平日でもいつでも!!

いろんなポーズで撮影
衣装選び放題
ヘアメイク・着付け

無料
あとはプリント料だけでOK!

お子様用の足袋は衛生管理上、お持ち頂くか300円(+税)で販売となります。

初めてフォセットをご利用頂くご家族様限定

写真1枚
A4サイズ[フレーム付]
プレゼント

お写真としてご購入頂いたカットの中から、※FOSプランご利用の場合は本特典との併用はできませんが、既にプレゼント分のポイントが蓄まっております。

携帯待受画像&フォトカード、他豪華特典付き!

参拝用着物レンタルもおトク!
七五三撮影当日に撮影衣装でそのまま参拝の場合
お出かけ日
~11/26 平日 7,000円(+税) 土日祝 10,000円(+税)

2020年フォセットオリジナル年賀状!

「ネットde年賀状」
データで持っているお気に入りの画像ならなんでもOK★
令和記念
キャンペーン **40%OFF** 12/24(火) 締切!

85 おかげさまで創業85周年!

TOTAL STUDIO FOSSETTE

下中野店 ゆめポイントたまります
086-242-0753
岡山県岡山市北区下中野357-103
OPEN 9:30~18:30 (火曜定休) (駐車場完備)

倉敷店 ゆめポイントたまります
086-426-5753
岡山県倉敷市田ノ上1125-1
OPEN 9:30~18:30 (火曜定休) (駐車場完備)

まずはご予約!
ネット予約なら
ラクラク + 500円OFF

今すぐGO!

完全予約制 店内やロケーション撮影中のお客様による撮影はお断りさせていただきます。	プリント料金 (毎紙付き) (税増は20%OFFとなります) F6Kプリント 1枚 4,100円+税 F6プリント 1枚 5,100円+税 F4プリント 1枚 5,980円+税	トータルスタジオフォセット www.fossette.jp 表記価格は全て税込価格です。 ※ご予約は撮影を希望される店舗へお願い致します。※全イベント撮影用衣装・小物及び背景は店舗によって異なる場合がございます。※送料は税込540円お客様にご負担頂いておりますが、2万円以上ご購入の場合は無料で発送させていただきます。
---	--	---

2月号の写メを掲載させていただいた方全員に
生後6カ月のハーフバースデー、1歳・2歳のお誕生日に使える

F6サイズ写真(台紙付)
プレゼント券を1枚差し上げます!

○写真サイズ約16×24cm ○5,100円(税抜)相当
※ご応募の際に必要な情報が抜けていた場合はお送りできませんのでご了承ください。

2月号 写メ募集中!

掲載ご希望の方は、写メを添付の上、下記メールアドレスまで
①保護者様のお名前 ②住所 ③赤ちゃんのお名前とふりがな
④撮影時の月齢(1歳未満)または年齢(2歳未満)
⑤赤ちゃんへの一言メッセージを添えてご送信ください。
抽選で最大50名様を、誌面に掲載させていただきます。

☑ baby-snap@hughug-web.com

※次回応募期間は12月末までです。

イオンモール倉敷 MaMaサークル

12月のテーマ **ママと楽しむクリスマス**

毎週水曜日開催中!!

ママの悩み相談

体験教室

12月4日 水

参加無料 定員: 各回お子さま20名 整理券あり: 当日10:00より配布

ツリーに飾ろう♪ **写真を使ったオーナメント作り**

花の形をした可愛いペーパーを貼って、ツリーのオーナメントを作りましょう♪ 写真を1~3枚お持ちください。(無くても作れます)

【時間】 ①11:00~11:30 / ②14:00~14:30
【講師】 亀山 利律子先生 (kamekame教室主催)
【会場】 専門店2階 サウスコート

ママのお悩み相談

12月11日 水

参加無料 定員: なし

子どもと楽しむパーティーレシピ講座

パーティーシーズンに嬉しい♪ 子どもと簡単に作れるレシピと、野菜を美味しく楽しく食べられるアイデアをご紹介します!

【時間】 ①11:00~11:30 / ②14:00~14:30
【講師】 森川 浩美先生 (管理栄養士)
【会場】 専門店2階 サウスコート

ママ友交流

12月18日 水

定員: 親子20組さま限定 要予約 ※定員に達し次第受付終了

クリスマスパーティーをしよう!

ドトールコーヒーとキムラヤのパンのクリスマスケーキ、サーティワンアイスクリームのアイスクリームが試食できます!

【時間】 11:30~12:30
【会場】 専門店1階 第2イオンホール
【参加料】 親子1組500円(税込) ※支払いは現金のみです。 ※各種ポイントカードのポイントはつきません。
エンジョイ親子クラブ お名前(親・子)、電話番号、参加人数、年齢を全てご記入の上、エンジョイ親子運営事務局にて要予約 クラブ運営事務局へメールにてご連絡ください。 ※締切12/16(月)12:00まで

体験教室

12月25日 水

参加無料 定員: なし ※会場の都合により人数制限をする場合がございます。

クリスマス リトミック♪

岡山で大人気のリトミック教室がサンタを連れてやってくるよ♪ Xmasコスチュームでの参加大歓迎☆ みんな遊びに来てね!

【時間】 ①11:00~11:30 / ②14:00~14:30
【講師】 横畑 一美先生・大倉 小百合先生 (ミュージックブーケ音楽教室)
【会場】 専門店2階 サウスコート

Enjoy キッズパーク

12月7日(土) ①11:00~11:30 / ②14:00~14:30

内容: 中国学園大学 こどもサポートまつり せいさくあそびてびり楽器

会場: 専門店2階 キッズプレイス

参加無料

イオンモール倉敷でいそいそクリスマスを楽しもう!

クリスマスキッズパーティー

2019.12.14 10:00~17:00

専門店 1F センtralコート

※詳しくはイオンモール倉敷のホームページをご覧ください。

エニ-のスマイル

お花の園へようこそ!

ダンスキャラバン

毎月2回! 幼稚園・保育園に訪問中!

※詳しくはイオンモールのホームページをご覧ください。 ※イベントは予告なく変更・中止となる場合がございます。 ※会場の都合により定員制限させていただきます。

family Site

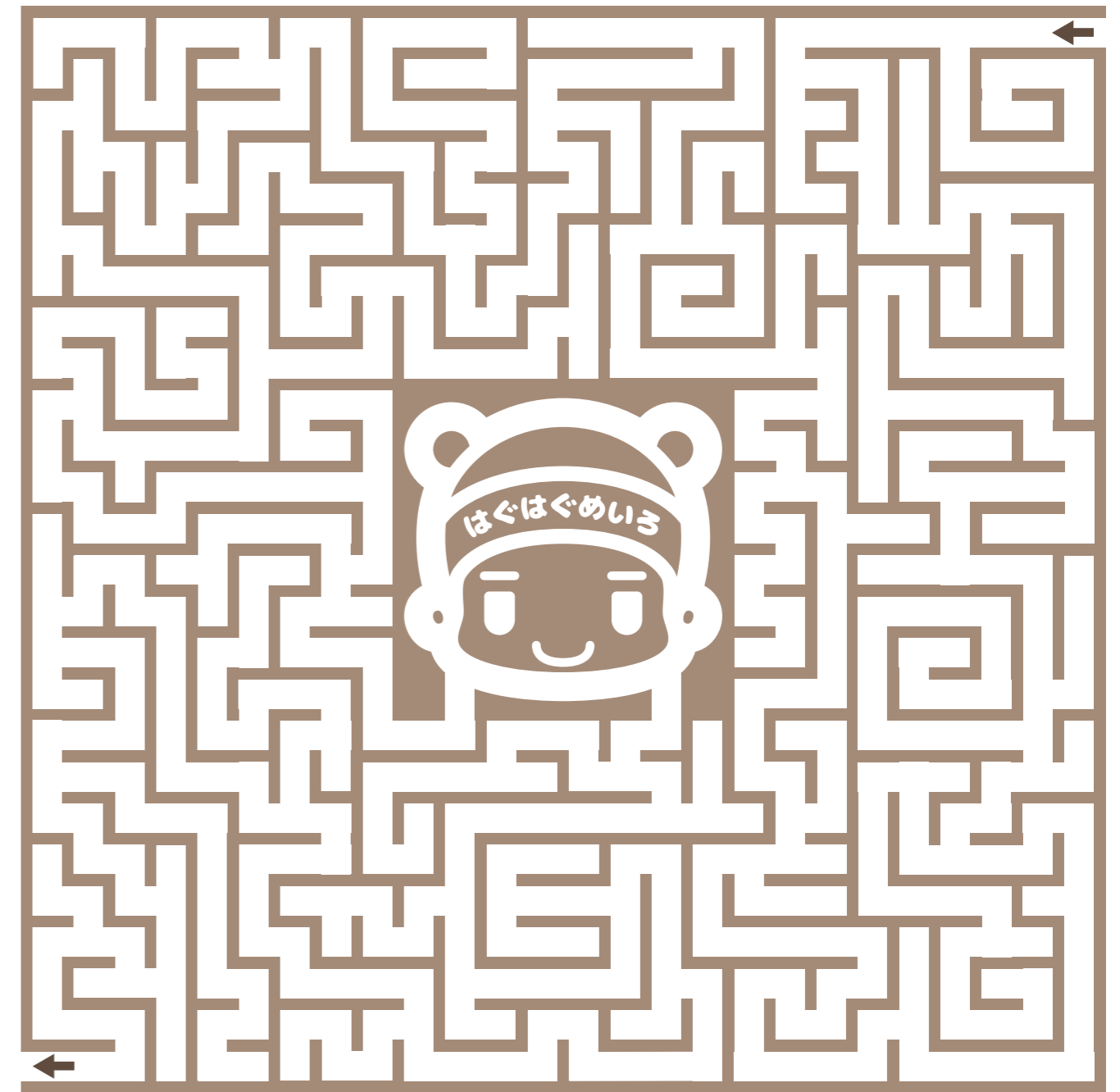
イオンモール倉敷 検索

http://kurashiki-aeonmall.com

お問い合わせ先

エンジョイ親子クラブ運営事務局

enjoy_oyako_club@globalp.co.jp



クロスワードパズル

⚡タテのカギ

1 軽トラック、縮めて言うとき?

3 「乾燥」を英語で

4 返済の時、余分に払うお金

5 舌みたいな形のヒラメ

7 元素記号Au

10 筒の形をした短いバスタ

11 お葬式で飾られる花

12 「Mark」欧州のお金の単位

13 未婚の女性に付ける敬称

14 世界一大きくて大きい花

15 割ると中から赤ん坊が?

17 昆虫の足の数

18 1から81までの掛け算

20 …線、…ルール、…放送

21 ゴリラが好きなフルーツ

22 ものごとの起源やいわれ

23 地下茎はレンコンになる

25 日本の伝統料理。巻いたり押しったり握ったり

⚡ヨコのカギ

2 鞭毛と葉緑体を持つ微生物

6 ○○がいい=元気、新鮮

8 ○○植物⇔被子植物

9 ○○○○焼き…居酒屋の定番。お好み焼きではない

11 岡山銘菓・○○団子

12 寝具。投げあうことも

13 鉄分、ナトリウム、カルシウムなどの栄養素

15 「蛾」を英語で言うとき?

16 サンタが背負っているもの

18 広島市街。「ご」ではない

19 全ての色を混ぜると何色?

21 「ビール」の漢字読み

23 イチジクの実は本当はこれ

24 アメリカの一番北の州

26 公園の遊び場。山や川を作ったり、落とし穴を掘ったり押しったり握ったり

27 石川県特産の魚醤油

A~Eに入る文字をつなげて言葉を完成させよう! ※答えはp47へ!

A B C D E



岡山県内
全域 飛竜



鍋に入れるだけでペのラーメンに「鍋用ラーメン2玉入」
もちっとした食感にこだわった、鍋にぴったりの生ラーメンです。鍋にそのまま入れて煮込むだけで、本格的なペのめんが楽しめます。また、通常のラーメンとしても美味しく召しあげられます。
〈赤木製麺所とは〉
赤木製麺所とは1941年に設立された弊社の前身となる製麺業社の名前です。一に原料、二に設備、三に技術と初心に振り返り、より高品質の商品をご提供する新しい飛竜ブランドです。
希望小売価格200円(1パック2玉入/税別)
Tel 086-293-1171
URL <http://www.hiryumen.co.jp>
Mail info@hiryumen.co.jp

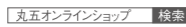


倉敷市 丸五オンラインショップ



【お問い合わせ】
株式会社丸五 担当:小田
Tel 086-428-0230
【HP】<https://www.marugo.ne.jp>

子ども足袋「たびりらキッズ」
割れたつま先と、しなやかで薄いソールが特徴の地下足袋シューズ「たびりらキッズ」。足指を使う事で土踏まずの形成を促し、元気な体作りをお手伝いします。お子様に増えている外反母趾や浮き趾予防にも効果的です。



丸亀市 レオマリゾート

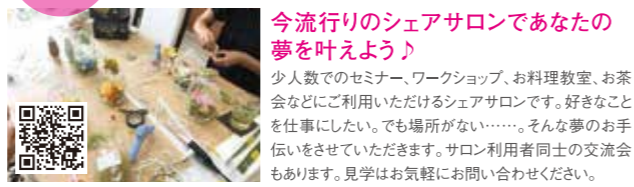


『レオマインターイルミネーション2019』
11月2日(土)スタート!
中四国最大級250万球のイルミネーションで園内が光の世界に包まれる。今冬は、花火も楽しめる「奇跡のオーロラショー×花火ファンタジア」(11/9~12/22の土日祝及び12/24~1/4)や、中四国最大級22mのツリーが登場!
ツリー付近を舞台に新たに始まる新感覚エンターテインメントショー「Wishing ~聖なる願い~」も必見。(3/1までの土日祝及び12/21~1/5毎日)

NEWレオマワールド
親子ペア特別入園ご招待券プレゼント!!
詳しくは、P46のプレゼントページから応募してね



倉敷市 シェアサロンFerris~フェリス~



今流行りのシェアサロンであなたの夢を叶えよう!
少人数でのセミナー、ワークショップ、お料理教室、お茶会などにご利用いただけるシェアサロンです。好きなことを仕事にしたい。でも場所がない……。そんな夢のお手伝いをさせていただきます。サロン利用者同士の交流会もあります。見学はお気軽にお問い合わせください。

12/19(木)まで「HUG HUGを見ました」で
通常利用料金 1時間 1,000円 → 1時間 800円(税別)
初回利用料金

岡山県倉敷市白楽町317
Tel 086-697-5568
(お問い合わせは 9:00~18:00)
◎ 9:00~20:00 ※ご希望に合わせて対応します
◎ 不定休 ◎ 3台



第1回 世界ジュニア体操競技選手権大会
3歳から無料体験やっています! 詳しくはHPへ

団体 金メダル
個人総合 金メダル 岡 慎之助 (徳洲会・当スクール卒業生)
銀メダル 土井 陵輔 (関西高校3年・当スクール卒業生)

キッズクラス (3歳~就学前)	ジュニア1クラス (5歳~小学生)	ジュニア2クラス (小学生)	トランポリン	ステップアップ	アクロバット教室 (小学4年生~)
14:45~15:45(水) 9:30~10:30(土日)	16:00~17:00(水) 16:30~17:30(木) 10:30~11:30(土日)	17:00~18:00(水) 17:30~18:30(木) 11:30~12:30(土日)	18:00~18:30(水) 9:00~9:30(土)	18:30~19:45(水) 16:30~17:45(土)	19:45~20:45(水)

おかやまジュニア体操スクール 岡山校
〒700-0944 岡山県岡山市南区泉田328-5
☎ 086-239-1177



子どもの可能性は無限大。幼少期の習い事は、将来かけがえのない財産になります。
子どもに合った習い事を探すには、無料体験や短期教室などがおすすめです。賢く活用して、子どもにとって一番の教室を選びましょう。
※掲載内容は予告なく変更になる場合もございます。
※お問い合わせ・お申込みなどは各教室に直接ご連絡ください。

岡山市 岡山市立少年自然の家



日応寺の豊かな自然の中で、さまざまな自然体験活動を楽しみませんか?
岡山市立少年自然の家は、自然環境の中で野外活動や自然探究などを通じて、自律・協同・友愛・奉仕の尊さを体験的に学習し、豊かな情操を培うとともに、創造的な活力ある青少年の育成を図る社会教育施設です。

■宿泊施設利用料金	小・中学生	高校生以上	
	419円	943円	
■寮料	一人当たり 210円		
■食費	朝食	昼食	夕食
	419円	524円	629円

※野外炊事もできます

岡山県岡山市北区日応寺4番地
Tel 086-294-3461
Fax 086-294-1465
◎ 8:30~17:00 ◎ 月曜、祝日、年末年始
※詳細についてはHPをご確認ください
岡山市立少年自然の家 検索



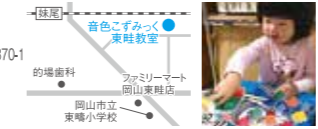
岡山・早島・倉敷 リトミック研究センター認定教室『音色こずみっく』



子どもたちの「好き」を見つけます!
見えない力がたくさん身につく!リトミック!
お友達・お母様とのレッスンの中で、楽しみながら挨拶・順番・お片付けなどを覚えながら音感・集中力・想像力を身につけ、自己肯定感を高めていく3歳クラスまでのレッスン。4歳クラスより縫いざしやはめこみ図形で指先が器用になり、筆圧もしっかりつくので、小学生にあがるまでには、2B(HB)でもしっかり書けるようになってきます。指先だけでなく身体全体を使いレッスンをするため、使い方が上手になります。

3回1,000円 1ヶ月体験実施中!
※初回体験日~1ヶ月間有効。12/31(火)まで

Tel 080-6265-7789(講師:黒崎)
[東趾教室] 岡山県岡山市南区東趾
[早島教室] (水曜)ゆりの倉1F練習室 岡山県都窪郡早島町前瀬370-1
[倉敷教室] (土曜)岡山県倉敷市大内1237-1
◎ 日曜・祝日
Otoirocosmic 『音色こずみっく』 検索



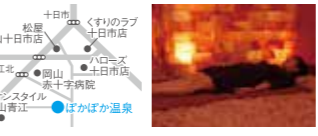
岡山市 ぽかぽか温泉



お風呂と岩盤浴で ゆったり&リラックス
入浴料 大人 小学生~幼児 430円 160円 70円
ぽかぽか温泉は「14種類の湯快なお風呂」に加え、「6部屋6種類の岩盤浴」を併設しております。温浴施設だけでなくレストランや韓国エステもあり、一日中ゆっくり楽しめます。お風呂と岩盤浴はフリータイム制で一日中入り放題! 県下最大級の癒しの空間を、ぜひ体感してください。

12/19(木)まで HUG HUG12月号をお持ちの方 <フリータイム入り放題> お風呂12種類+岩盤浴5部屋 1,600円 → 1,300円 ※サウナ・タオルセット除く

岡山県岡山市北区青江2-4-15
Tel 086-221-0010
◎ 9:00~24:00(受付終了23:30)、土日祝8:00~24:00(受付終了23:30)
◎ 第3木曜 ◎ 200台
URL <http://pokaponet> 『ぽかぽか温泉』 検索



子育てファミリー必見!

HUG HUG

おすすめセレクト

岡山の子育てファミリーにおすすめな、あれこれを一挙紹介します!
飲食店、サロン、写真館、温泉、ラーメンなど、HUG HUGが自信をもってセレクトした、岡山のおすすめを集めました!

特典付き 子育て世代に嬉しい特典がいっぱいです! ぜひ利用してみてください!

岡山市 KNOT Tea&Farm Kitchen



ランチ北長瀬に親子で楽しめる紅茶とオーガニックレストラン
2019年10月30日ランチ北長瀬にオープン!
地元契約農家さんが育てた無農薬野菜や瀬戸内産のお肉を使ったこだわりのメニューと、スリランカの高級紅茶ブランド「ムレスナティ」とコラボした人気のフレーバーティーを常時80種類以上ラインナップ。淹れたての紅茶がティーフリー(飲み放題)でいただけるのも魅力。「本物のおいしさ」を追求した、安心・安全・親子で楽しめるレストランです。

岡山県岡山市北区北長瀬表町 2-17-80
ランチ岡山北長瀬 S110区画
Tel 086-236-6665
◎ 11:00~22:00 (ラストオーダー21:00)
knot_tea



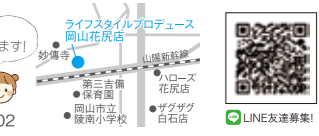
岡山市 ライフスタイルプロデュース岡山



来年に痛みを持ち越さない!一緒に原因・悪いクセ探します!
~身体の土台である骨盤を整えることはとても大切~
◎産後のぼつりお腹やたるんだお尻を引き締りたい
◎腰痛、腹痛、むくみや疲れやすさをなんとかしたい
◎できるなら妊娠前より美ボディをGETしたい……
そんなお悩みがある方はぜひ一度お試しください。

1年お疲れ様割♡ 12/19(木)まで「HUG HUGを見ました」で <頭痛・肩こりケアコース> 通常 初回6,000円 → 半額!!(税別)

[岡山花尻店]
岡山県岡山市北区東花尻137-1
Tel 086-250-7036(2店舗共通)
◎ 9:00~18:00 ◎ 不定休 ◎ あり
[倉敷店]
岡山県倉敷市大島286-1 オアシス倉敷B棟202



パパにも MERRY CHRISTMAS

2019年もあと少し。子育てに奮闘中のママ&パパ、1年間お疲れ様でした。ママが頑張っているのはもちろん分かってはいるのですが、一緒に頑張ったパパにも素敵なクリスマスプレゼントをご用意いたしました。スッキリすべすべのお肌で、2020年に向けて新たなスタートを切りましょう!!

岡山市 メンズ専門脱毛&エステサロン men's MOU



男性が生涯ひげ剃りにかける時間約5か月! 生涯ひげ剃りにかける金額平均120万円!!
男性が20歳から60歳まで毎日ひげ剃りをしたとして、それにかかる時間と費用を考えると男性にこそ脱毛が必要なのは……と思わずにいられません。今なら、痛くない、早い、脱毛を無料で体験できます。お子様とのスキンシップも、会社での印象も変わります♪ 清潔感いっぱいのお肌をぜひ体験してください!

12/19(木)まで「HUG HUGを見ました」で <目下下のひげ脱毛> 通常 6,500円(税別) → 無料!

岡山県岡山市北区西古松2-24-15
ステップビル2F
Tel 086-728-5992(完全予約制)
◎ 11:00~19:00(最終受付) ◎ 日曜
◎ あり ◎ mens_mou ◎ @042absco
men's MOU 検索



“まさか”に備えて
今から学ぼう

私がお答え
します

やまもとこどもクリニック
院長 山本 明子先生

今月のテーマ

インフルエンザの季節です

子どもの急な病気は親がかなり焦るもの。辛そうな子どもを見ながら検索して、慌てて病院に駆け込んで、ベストな対処ではなかったと後で分かって反省した経験もあるのでは。そこで、そんな時に備えて「やまもとこどもクリニック」の山本先生に、何でも質問できる連載をスタートしました。2019年9月に開院したばかりの同院は、最新の院内設計ととても優しい先生がいる「安心して受診でき、優しい気持ちになれる」クリニック。「こんな質問してもいいの?」と思うことを、この機会にどんどん聞いていきます! 先生への質問も募集します。ご応募、お待ちしております。

山本先生の一言コラム

インフルエンザウイルスは何時間生きている?

衣類や紙のような凹凸の多い表面では8〜24時間ウイルスは生き続け、感染力を持つているのは2時間程度と言われています。ただ、ドアノブなどの凹凸の少ない表面だと24〜48時間生存し、8時間くらい感染力があります。

その間に別の人がドアノブを触るとその手にウイルスが乗り移ります。だから感染予防に50〜60%に保つことが大切



同院のように、「一般診療」、「健診」、「インフル等の感染症専用」感染力の強さに応じて3つの待合室と診察室があれば、誰もが院内で待つことができます。受付と車の往復で親子ともにグツリ……という状況を避けたい人も、感染が心配で定期接種や健診をこの時期に避けがちな人も、どちらも安心して受診することができますね。

Q 一般的な医療機関で行われているインフル検査は、発熱から6〜8時間経っていませんと偽陰性となってしまう可能性があります。です。お子様の体調に余裕がある場合は出来れば発熱後12時間(少なくとも8時間)以上経ってから受診するのがよいでしょう。

Q シーズンに2回、インフルエンザにかかることってありますか?

一般的な医療機関で行われているインフル検査は、発熱から6〜8時間経っていませんと偽陰性となってしまう可能性があります。です。お子様の体調に余裕がある場合は出来れば発熱後12時間(少なくとも8時間)以上経ってから受診するのがよいでしょう。

Q 急な発熱……。インフルエンザかも! 受診のベストなタイミングはいつ?

インフルエンザの確定診断のための迅速検査は、発熱から6〜8時間経っていませんと偽陰性となってしまう可能性があります。です。お子様の体調に余裕がある場合は出来れば発熱後12時間(少なくとも8時間)以上経ってから受診するのがよいでしょう。

一般的医療機関で行われているインフル検査は、発熱から6〜8時間経っていませんと偽陰性となってしまう可能性があります。です。お子様の体調に余裕がある場合は出来れば発熱後12時間(少なくとも8時間)以上経ってから受診するのがよいでしょう。



バランスのとれた食事、十分な睡眠、手洗い、加湿(加湿器、マスク等を使用)等が風邪はもちろん、インフルエンザ予防にも。生活を整えて健康に冬を越したいものです。

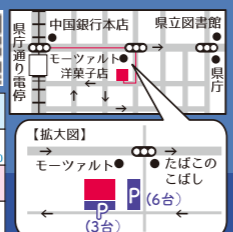
やまもとこどもクリニック

岡山県岡山市北区内山下1-3-13 (P:9台あり)

http://www.yamakodo.jp/

TEL:086-238-3305

外来受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
13:30~15:00 予防接種/乳児健診専用(母子)	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●



院内にはキッズコーナーや授乳室、おむつ交換室を完備



街中に駐車場完備の小児科クリニック
かわいいロゴが目印です

インフルエンザ予防接種随時受付中
13歳未満は2回接種、1回目3,000円、2回目3,000円
お子様と一緒に来られた大人の方も接種可能です。

※一般診療時間内も、健診/予防接種の枠もあります。詳しくは電話で問い合わせを

お申し込み方法

1. インターネットでお申し込みできます。



PCやスマホなどでアクセスし、フォームに従って必要事項を入力してください。

http://seminar.hughug-web.com

2. 当選は先着順になります。

先着順にメールをお送りします。講座の日程が近づきましたら出欠確認のお電話をさせていただきますのでご了承ください。また定員に満たないなど開催できない場合は、メールで中止のご連絡をいたします。

●キャンセルについて

○ご都合により参加できなくなった場合は、なるべく早くご連絡ください。
○無断でキャンセルされた場合は、次回から参加をお断りさせて頂く場合がございます。

急な連絡が必要な場合は、株式会社リードオン/マースクール担当までお電話ください。
(TEL:086-245-4350)

●会場はこちら



株式会社リードオン
HUG HUGオフィス
岡山市北区西古松西町8-18
086-245-4350

楽器を習う前に音楽力を育む! 0歳からの親子教室 Music Together® 体験レッスン

日 時 12/10(火) 10:00~10:45
場所:倉敷物語館
ご成金は別会場になります
体験のその場でご入会費 2,000円(税込) 無料!!

定員 先着6組 応募締切 12/9(月) 対象 0~5歳の親子
持ち物 なし 受講料 500円(HUG HUGイベント価格)

知育ママに大人気! アメリカ発祥「Music Together®」の日本クラス「Music Together Zoom-Zoom!」がこの秋、岡山市・倉敷市にデビュー!!!
Jazz、ラテン、ブルース、アメリカ民謡やマザーグース等、バラエティ豊かな楽曲をお届けする0歳~の音楽プログラム。お子さんの音楽性を育むだけでなく、音楽好きのパパやママにも楽しいプログラムです。乳幼児期は耳の敏感期。英語のシャワーと音楽のシャワーを同時に浴びせ、お子さまの生来の素質を育てていきます。

1月より冬タームの定期レッスンがスタート。冬のレッスン料が10%OFFになる特典付き!

豊かな人間性を育む0歳から始める親子教室 英語知育スクールママアカデミー

日 時 12/19(木) 10:00~11:00 11:30~12:30

定員 先着で各組5組ずつ
応募締切 12/18(水)
対象 ママと0~3歳のお子様
持ち物 バスタオル
受講料 1,500円(HUG HUGイベント価格)

12月はクリスマス特別企画!
クリスマスソングや、絵本など実際のレッスンの一部をお楽しみいただけます。さらにクリスマスプレゼントとしてお子様一人一人の発達や特性に合った育児アドバイスをします。

講師 加藤 優子先生 (Mama Academy 主宰)

乳幼児親子教室の運営ほか、プロママコンサルタントとして活躍中。現在は岡山と玉野にて開講。マスター認定コーチ資格(特定非営利活動法人岡山コーチ協会)子育て支援員取得。

HUG HUG ママ スクール

あんなことや、こんなことも、知ってる! できちゃう!

そんなステキなママになれるスクール

習い事って面倒……でも、もうちょっとだけ勉強したい。そんなママにおすすめのHUG HUG ママスクールが開講! 今まで知らなかった、ちょっとした知識や方法・コツを知るだけで、あんなことやこんなこともできるようになります! ほとんどの講座は参加費が無料だったり、材料費や教材費だけなので、気軽に参加してみましょう!



お金の悩みをみるみる解決!? 子育てママのための やさしいお金の勉強会

日 時 12/10(火) 10:00~11:30
ご希望の方には、2大特典!/
無料個別相談
ライフプラン作成

定員 先着7名
応募締切 12/9(月)
対象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付)

(2大特典)
生活費、教育費、住宅ローン、老後資金……など、先々必要となるお金に関して、貯金や節約方法など、子育てママはお金の不安がいっぱい。漠然とした不安はありませんか? 角山先生が、お金の考え方や保険の選び方など中立的な立場から教えてくれますよ!

講師 角山 大尚先生(ファイナンシャルプランナー)

約15年前より独立し、ファイナンシャルプランナーとしてセミナーや個別相談会を全国各地で開催。個別で勉強して身につけた知識をどう実生活に活かしていくのかをアドバイスしている。

貯金2000万!? 育休中のママ必見!! 心と家計の負担が軽くなる保険のハナシ

日 時 1/8(水) 10:00~11:30

定員 先着7名
応募締切 1/7(火)
対象 ママ(保育士在中)
持ち物 なし
受講料 無料(飲み物付き)

老後に2000万。国の見解が出た後、お客様からのお問い合わせが一気に増えました。育休中のママの皆様、将来のことを考えて不安になっていませんか? 何から考えるべきか、1からお伝えします。未来の見通しが立ち、心が軽くなればそれが1番。1人で悩まず、同じ悩みを持つママと共に学んで解決しましょう!!

講師 森繁 奏史先生 (ファイナンシャルプランナー/相続診断士)

13歳の時に父を亡くし、保険に助けられた経験から保険業界に飛び込む。お金と心のコンサルタントとして、数々のご家庭や経営者の方々々に役立つ情報提供をし、活躍し続けている。

はなふさこどもデンタルクリニック

令和2年1月6日オープン

【月曜日】



自然光で明るく開放的な空間

キッズルームや歯磨きコーナーもあるよ

PhotoSpot
はなちゃんのパネルで記念撮影！

内覧会限定のプレゼントがあるよ！

ぱかぱか風船プレゼント (先着200名様)

玄米ポン菓子プレゼント (先着200名様)

一足先に新しい医院を見学！

内覧会開催

12月21日(土)・22日(日)
9:30~16:00まで

参加費無料・予約不要だよ！



ごあいさつ

わたしたちは、子どもたちにとって歯科医院が楽しく快適な場所になれるよう、虫歯予防を通じて健口と自立心の成長を願い診療を行っています。また、保護者の皆様と一緒に考え寄り添える存在でありたいと思っています。お口の中だけでなく子どもたちの未来を考え、スタッフとともに長く愛されるクリニックを目指していきます。

院長
半井 桜子
なからい さくらこ



岡山駅より岡電バス岡南飛行場、浦安本町下車、徒歩2分

はなふさこどもデンタルクリニック

はなふさこどもデンタルクリニック
HANAFUSA KODOMO DENTAL CLINIC

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:40~11:30	○	○	○	×	○	○	×
14:00~17:30	○	○	○	×	○	○	×

【休診日】木曜日・日曜日・祝日

TEL:086-265-2050

〒702-8026岡山市南区浦安本町51-1

2ヶ月の不安に 一問一答

咀嚼・飲み込みに 関する悩み

Q 8歳の息子の噛む力が弱くて心配です。この前、晩に出したすぎ焼きの肉の筋が噛み切れなかったようで、なんと翌朝までクチャクチャ噛み続けていました。成長すれば自然に解消するのでしょうか。

A 基本的には心配いりません。

昨晚のお肉を次の日の朝まで噛み続けていたんですね。肉の筋など噛み切りにくい食材を噛み続けることは、小さなお子様ではたまにあることだと思います。基本的には成長と共に治っていくことはなくなっていくと思えます。

普通の食事がいつも飲み込みにくいというのであれば基本的には心配はいりませんが、気になるようでしたら一度かかりつけの歯医者さんに確認していただいてみてはいかがでしょうか？ 朝まで噛み続けるのは、むし歯予防の点から見ても問題なので、噛み切れないときはある程度で口から出すようにしてあげてください。

Q 父が入れ歯で硬いものは食べにくいので、ステーキなど噛みごたえのある料理は避けて作っています。身体のことを考えると、硬いものも少し出してあげた方がいいでしょうか。

A 硬さより噛む回数が大切です。

一方、しっかり硬いものを噛んでもらう方が良いのかということですが、硬いものというより、噛む回数を増やした方が脳への血流も良くなるというデータが出ていたと思います。まずは、入れ歯で噛むことに問題を感じなくなったら、少し硬めの物を小さく切ってチャレンジされてみてはいかがでしょうか。総入れ歯の場合は入れ歯安定剤などを使うとより入れ歯が安定して、食べられるものが増えるかもしれません。食べられるものが増えると食生活をより楽しむこともできると思います。

入れ歯ですね。入れ歯と言っても、歯が残っている場合に入れる部分入れ歯、残っていない時に入れる総入れ歯でも違いますが、基本的に入れ歯になると、全て自分の歯の場合と比べると、噛んでいくことで食べ物を飲み込める状態にする効率(咀嚼効率)が下がっていきます。どのくらい下がっていくのかというと、自分の歯での咀嚼効率を10とすると、部分入れ歯で4~5、総入れ歯で1~2というデータが出ていたと思います。ですから、入れ歯になると硬いものが噛みにくくなってしまうのも事実です。



フリード歯科 院長
せいじ 曾山 聖二 先生
平成17年 フリード歯科開業。子どもが大好きで、大切な歯をムシ歯から守るため、一緒に楽しくがんばるクラブ「ひかりん☆クラブ」を作りました。歯について楽しく勉強するイベントを行っています。

歯科・小児歯科 プリード歯科



〒700-0951 岡山市北区田中143-118
http://www.pulido-dental.com/
☎086-246-3118

	月	火	水	木	金	土	日
09:00~12:30	●	●	●	/	●	●	/
14:30~19:00	●	●	●	/	●	14:30~17:00	/



治療室とは別の健康維持のためのリラックス空間です。

最新の治療システムがそろった、明るくさわやかな治療エリア。

虫歯の治療をはじめ、大切な予防歯科、小児歯科、矯正歯科、ホワイトニング、メンテナンスなど、患者さんそれぞれの健康観を取り入れて、最適の治療を行っています。気になることや健康についてなど、どうぞお気軽にご相談ください。

こども歯並び説明会

11/30(土)・12/14(土)・21(土)開催予定!

当院の矯正治療の特徴、費用、治療期間などについてお話しします。

時間：12:30～13:30 費用：無料
※要予約 事前にお電話をお願いします。
※開催日時は変更になる場合があります。



当院は岡山初!! の
myobrace
STRAIGHT TEETH THE NATURAL WAY
認定クリニック

マイオブレースは口腔内に装着する装置で、日中1～2時間と夜間就寝時に装着します。マイオブレースを用いた口腔筋機能療法は、顎を正しく発達させ、歯並びを整えます。

隙間のない歯並びは危険信号! 現代の子どもの5人に4人は歯並びに問題があります。遺伝ではなく、生活習慣が大きく関わってきます。お子様に右のような症状はありませんか??

実はこれらは、歯並びだけに限らず、**顔面の成長発達や身体の健康に大きな影響を与えています。**



- こども歯並び矯正の特徴
- 歯を抜かない
 - ワイヤーを使わない
 - みんなで取り組む

- お口がよくあいている
- お口を閉じると「へ」の字になる
- 歯並びが悪い
- 姿勢が悪い
- お食事中にクチャクチャ音がする
- 水やお茶がないと食べられない
- 風邪をひきやすい
- アレルギー体質

※2つ以上心当たりがある方はぜひ説明会にご参加ください。



子どもが変われば未来が変わる

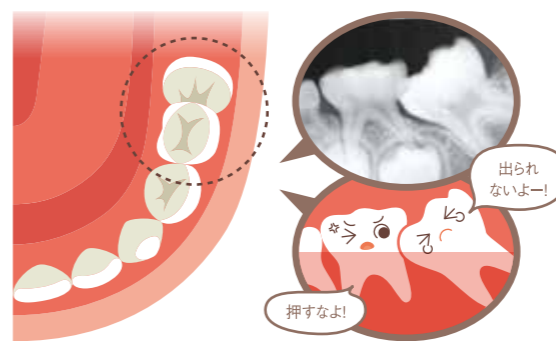


電車が走る歯医者さん

生え変わりが
トラブル
パート2

今月は、先月号に引き続き、『見逃してはいけない生え変わりがトラブル』についてです。

☆手前の歯に引っかけている!



顎が小さい、または、歯が大きいなどの理由で、**手前の歯に引っかけ**してしまうことがあります。

お子様の歯の角度は問題ないですか?

斜めに生えているため、歯ブラシが届きにくく、むし菌にもなりやすくなってしまうため、奥歯はかむ力が強いので、まっすぐにする必要はありません。

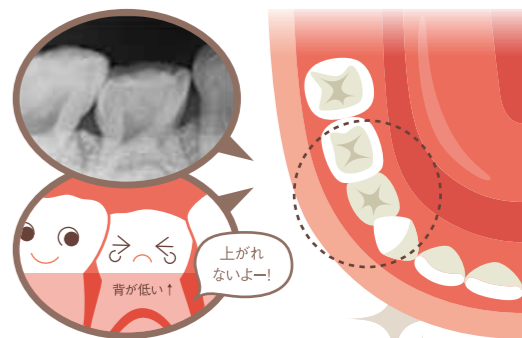


治す方法はいろいろあるんだって。相談してみよう。

☆乳歯が

陥没している!

次のケースは『低位乳歯』というもの。歯の高さが両隣の歯と比べて低いものです。一度はしっかりと生えて噛んでいたのに、年齢が大



さくなるにつれ、だんだん低くなってしまうことがあります。

次の大人の歯がうまく上がってくるのができず、乳歯の抜歯が必要なケースもあります。



早く見つけてレントゲンなどで経過をみよう!

今しかできない 岡山ワイズベビー歯科教室 開催中 平日午前中限定

健やかな成長に「食育、息育、足育」は必須です。知っているか、知らないかで人生に差が出るかも?! 無理をしない! 頑張りすぎない! 子育てを一緒にしていきませんか?

私たち自身、子育てを通して感じることがあります。「離乳食を正しく食べさせていたら、こうならなかったかも……」「抱っこ仕方将来のかみ合わせが変わると知っていたら……」他にも多くの「知らなかったから、できなかった事」があります。そこで私たちが、セミナーや自身の子育てを通して知ったことを全てつめ込み、楽しく開催しています。



毎月内容が変わるよ!



親子で楽しく、はじめての習い事!

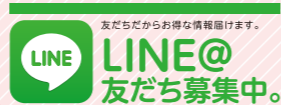


今石由美
保育士・歯科助手
一児の母

中島加奈
小児歯科学会認定歯科衛生士
三児の母

時間：45分程度 対象：3歳未満のお子様と保護者様
費用：1,000円/1家族(当院患者様) 1,500円/1家族(一般の方)
内容：食育・息育・足育について♪※日時や内容などの詳細はラインにてお送りします。
※要予約 お電話またはラインにてご予約ください。

ベビー教室のお申込みはLINEでもできます!



Okayama Y's
岡山ワイズ小児・矯正歯科
TEL 086-238-4618

事前にご予約願います。
〒703-8265 岡山県岡山市中区倉田508-21
http://www.okayamays.com

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●
午後 14:00～18:00	●	●	●	●	●	●	●

〈休診日〉木曜・日曜・祝祭日
駐車場10台以上完備

岡山ワイズ歯科 検索

Facebookもご覧ください!



高齢者と身体不自由な方の訪問歯科を始めました

今からできる予防歯科をご自宅や施設で! 要介護度に関わらず、足腰が悪かったり認知症などで一人での外出が困難な方にご利用いただけます。

お問い合わせは086-238-8341まで

楽しい会話や食事をいつまでも



少しでも気になることがある方はご連絡ください



歯科医師/相山達也

今月の住宅情報 掲載の住宅イベントや見学会に参加された方に

2大特典キャンペーン

イベント参加された読者全員にその場で!

見学時に「HUG HUGを見た」と言うと

トップ スーパーNANOX (420g)

を1グループにつき1本その場でプレゼント! ※数に限りがございますので、品切れの際はご了承ください



さらに抽選で10名様に

QUOカード 1万円分をプレゼント!

※応募時に氏名、電話番号、メールアドレス、住所、説明会・見学会に行った企業名、行った日時、感想、ご意見をご入力いただきます

応募方法

特集に掲載がある住宅会社のモデルハウスやオープンハウス、相談会などに参加する

右QRコードを読み込み、アンケートに答えてHUG HUG ONLINE CLUBに登録の上、応募する



厳正な抽選を行い、1月中旬に当選者へQUOカードを発送

応募締め切り

2019/12/19

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます ※ご応募いただきますと自動的にHUG HUG ONLINE CLUBに登録されます

読者特典付き

住宅イベント・見学会カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
11/25 P.30/ニースホーム	26	27	28	29	30 P.30/ニースホーム(総社市)	12/1 P.31/スペースラボ(岡山市中区/要予約)
随時開催の企業は下記一覧をご参照ください。除外日もございますのでご注意ください。						
2	3	4	5	6	7 P.30/ニースホーム(倉敷市真備町) P.39/ロータリーハウス(丸亀市垂水町) 裏表紙/高橋建築(倉敷市真備町)	8
9	10	11	12	13	14 P.30/ニースホーム(倉敷市真備町) P.46/風景のある家(資金計画相談会/要予約)	15
16	17	18	19	20	21 P.30/ニースホーム(倉敷市真備町) P.46/風景のある家(資金計画相談会/要予約)	22
23 P.30/ニースホーム(倉敷市真備町)	24 クリスマスイブ	25 クリスマス	26	27	28	29
30	31 大みそか					

- ニースホーム/岡山県総社市
- スペースラボ/岡山県岡山市中区西河原/要予約
- ロータリーハウス/香川県丸亀市垂水町
- 高橋建築/岡山県倉敷市真備町
- 風景のある家/岡山県/要予約
- センコーホーム岡山/岡山県岡山市北区下中野
- 昭和住宅/岡山県岡山市北区御川/住宅展示場(除外日:水・木曜)
- 掛谷建設/岡山県玉野市八浜町(要予約)
- サイエンスホーム/岡山県都窪郡早島町(除外日:水曜)
- TAKUMITO/岡山県岡山市北区間屋町
- 建房/岡山県倉敷市福井(要予約)
- TOIRO/岡山県玉野市玉原2丁目10-35(要予約)
- ハウジング山忠/岡山県岡山市北区平野(要予約/除外日:水曜・祝日)
- 秀光ビルド/岡山県岡山市&香川県高松市
- 明徳ホーム/香川県丸亀市
- 和田コーポレーション/香川県高松市
- ダイエイハウス/香川県高松市&丸亀市

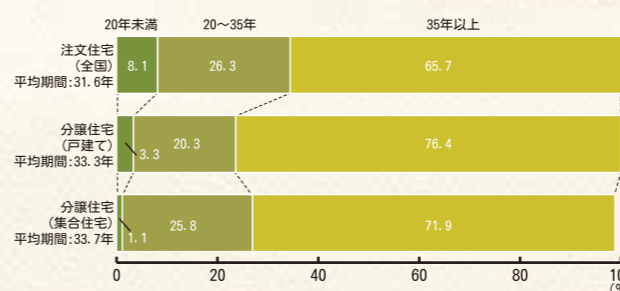
※カレンダーには読者限定特典対象イベントの一部のみ掲載しています。特集に掲載がある会社が開催するすべてのイベントで特典にご応募いただけます



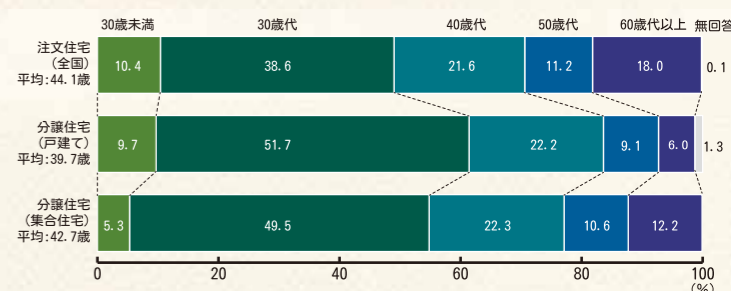
今月の住宅情報

～住宅購入OBはどんな人? 全国調査から考える我が家サイズの住まい～

住宅ローン返済期間は?



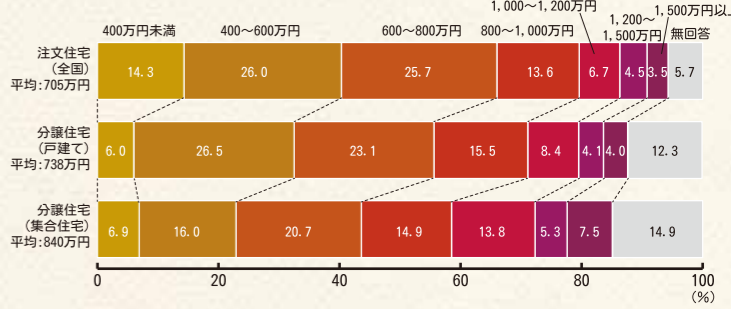
住宅購入時の世帯主の年齢は?



住宅ローン年間返済額は?



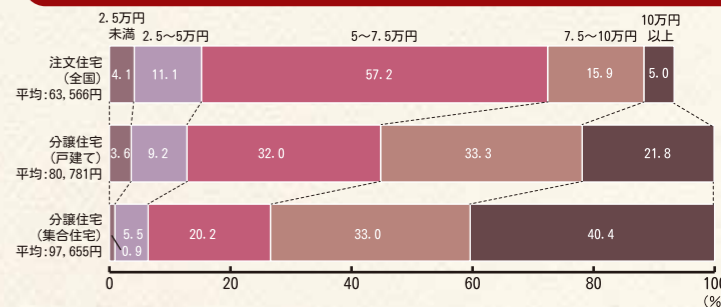
住宅購入時の世帯年収は?



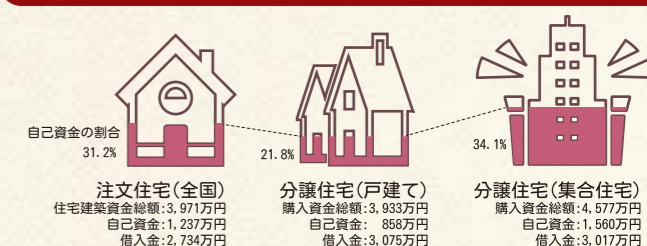
住宅の購入理由TOP3は? (複数回答可)



住み替え前の住宅の月額家賃は?



建築/購入資金の平均とその中の自己資金の割合



【データ出典】平成30年度 住宅市場動向調査報告書(平成31年3月 国土交通省 住宅局) ※数値はすべて平成30年度のもの



年間8棟に想いを込めて

これからの家づくりは無駄な経費を省いて適正な価格で建てよう!

大手ハウスメーカー・地元ビルダー・中規模工務店
さまざまな会社で住宅建築していた
我々が一番伝えたいこと!

大切な家づくり、
運任せで
大丈夫ですか?

「会社・担当営業マンは選べても実際に工事を行う職人(大工さんなど)や
細かい管理やチェックをする現場監督は選べない」という事実。

スペースラボ
住まい工房 SPACE LABO で
建てる家は年間8棟

本当にいい家を適正価格
で建ててほしい!

納得するまで打ち合わせし、経験豊富な現場監督が細部までチェック!高い技術をもつこだわり職人がじっくり建てるから。スタッフ全員が経験10年以上の建築士。住宅建築のプロがすべて対応!細かいアフターメンテナンスや多くのリフォームにも対応しています。

経費の違いが価格の違いに反映されることが多い現状。スペースラボではムダな経費を見直し、少数精鋭のスタッフで安心の家づくりをご提案いたします。

《岡山市中区》
見学会開催!
詳しくはホームページにて

http://www.space-labo.com
住まい工房 スペースラボ 検索

住まい工房 Renovation for your smile
SPACE LABO
[一級建築士事務所]

tel.086-239-8891

〒700-0975 岡山市北区今7丁目6-34 (相談・見積もり) 無料
E-mail touda@space-labo.com

NEEDS HOME
ニーズホーム

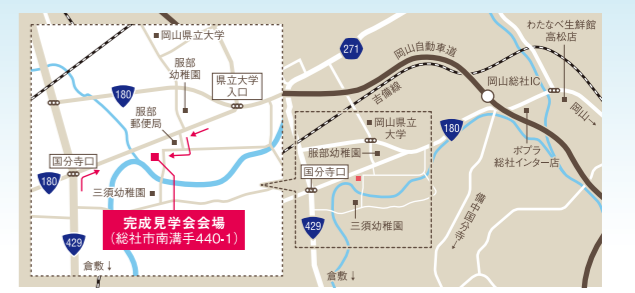
12月のニーズホームは
イベントいっぱい!



総社市 南溝手
総社市に完成!
収納たっぷり家事動線にも配慮した
子育て世代に嬉しいお家

完成見学会
11月30日(土)~12月1日(日) 10:00~16:00

- ❄️ 完成見学会、相談会
家賃並みの支払いで倉敷・総社でマイホームを実現しよう
 - ❄️ お菓子詰め放題
 - ❄️ お家の模型作り体験
- 参加費: 無料
予約: 不要
場所: 総社市南溝手440-1
- 君も小さな大工さん!



クリスマスイベント

11月30日(土)~12月の(土)日(祝)+
12月23日(木)~25日(日) 9:00~18:00

- 🍷 お家の相談会クリスマススペシャル
アンケートご記入の方に
QUOカード500円分プレゼント
(新築ご成約の方・先着順)
- 🍽️ 食洗器を無料プレゼント
(新築ご成約の方・先着順)
- 🎄 クリスマスお菓子プレゼント
- 🏠 お家の模型作り体験

参加費: 無料
予約: 不要(念のためお問い合わせください)
場所: 倉敷市真備町川辺123-3



ニーズホーム
倉敷店

餅投げ

11月25日(日) 16:00~

倉敷市
真備

完成見学会

12月14日(土)・15日(日) 10:00~17:00

上棟式&餅投げ

12月21日(土) 16:00~

※駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。
※詳細はお問い合わせください。



新築/リフォーム/不動産全般/住まいのことならニーズホームにお任せください

住まいのトータルプランナー
株式会社ニーズホーム

〒700-0975 岡山市北区今7丁目6-34 (相談・見積もり) 無料
E-mail touda@space-labo.com

岡山店 岡山県岡山市北区中仙道2-10-5 KTNビル3F Tel 086-246-7177 / Fax 086-246-7178
倉敷店 岡山県倉敷市真備町川辺123-3 Tel 086-486-1357 / Fax 086-486-1363
本社 岡山県津山市東一宮50-4 Tel 0868-35-3548 / Fax 0868-35-3568

0120-202-462



NEEDS HOME
ニーズホーム

《takumito一周年特別商品》

太陽光5kW + 蓄電池11.2kWh

takumitoの蓄電池は、全負荷型で停電時でも家中の回線を使用できます。

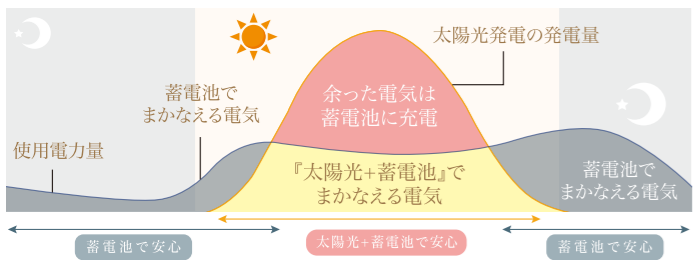
特別価格 **200万円** (税抜) にて販売

限定10棟先着順での販売となります。



創蓄電 家電
太陽光と蓄電池が新しいスタンダード

創った電気を、蓄えて使う。光熱費も抑えて、停電時も普段通りの暮らしを。それが、takumitoの考える新しい暮らしかた。



停電時でも 家全体の電化製品OK

●1時間あたりの電力

- 冷蔵庫/50W
- テレビ/65W
- 照明/40W
- 携帯電話充電/45W
- エアコン/300W
- 電子レンジ/900W
- ルーター/15W

takumitoの蓄電池は**全負荷型**
停電時も、家中の回線を使用することができます。



耐震 大きな地震はいつやってくるかわかりません。その時に備え、倒壊しない家を。

3 建築基準法の1.5倍の最高等級
耐震等級3

国土交通省認定
制震ダンパー

断水 4人家族が災害時に一週間で使う水の量は約260リットルだそうです。

takumitoのエコキュートは**370ℓ**貯水可能

台風 強風が何が飛んでくるかわかりません。風から家を守ります。

風雨
耐力面材 シャッター雨戸



この「HUG HUG 12月号」をご持参いただくと
クオカード1,000円分 プレゼント!!

※初回ご来店のお客様に限らせていただきます。※一家族につき1回限りとさせていただきます。

会員登録無料 takumitoホームページがリニューアル。約5,000件の最新土地情報が検索できるようになりました。お好みの検索方法でカンタンに探せます。 <https://www.takumito.jp>

1,000万円台で建てる木の家
『真壁づくりの家 × オール国産ひのき』

真壁造りとは?
柱や梁といった家の構造材が現しになった日本の伝統工法。木に囲まれた室内は、五感すべてが癒やされる、まさに「温もり&リラックス」空間です。

サイエンスホームの特徴は?
サイエンスホームでは、構造材に“木の王様”ヒノキを85%以上使用。断熱性能、耐震性、デザイン、すべてが自慢のクオリティーです。

キャンペーン開催中
新築まるごと**1棟分**
ひのきの柱プレゼント!!
詳しくはスタッフへお気軽にお問い合わせを



平屋モデルハウスにて 無料宿泊体験受付中

「ロフトって寒くないの?」「家で森林浴ができるってホント?」「伝統を科学した結果はどこで見られるの?」
百聞は一見に如かず! モデルハウスに一泊して、たくさんの疑問を解決しませんか。翌朝は木の香りに包まれて、リフレッシュした気分を味わえます。詳細と申し込みはサイエンスホーム岡山へお電話を。

至R2バイパス 無津交差点
早島駅前 ペットサロン SEARCH
現地 早島 民営野みなど線



建築家とつくる家



2019 WINTER EVENT INFORMATION
designers house
TOIRO

冬のスペシャルイベントのご紹介

EVENT : SEMINAR

1/19 SUN

【場所】玉野産業振興ビル(3F/会議室)
玉野市築港 1-1-3

【時間】13:15~16:00 (開場13:00)

後悔しないための家づくり勉強会

この4年間で約400人のお客様が参加し、その97%が満足した大好評の勉強会! 建てた後や購入後に後悔のないよう、まずは賢く知識を身に付けませんか? ちょっとした知識で何百万もの差が生まれることや押さえておきたいポイントをお伝えします。

予約制 参加無料
先着 10組限定 キッズルーム有

EVENT : OPEN HOUSE

随時見学可能!

【場所】玉野市玉原2丁目10-35

【時間】9:00~17:00

TOIROモデルハウス 見学随時受付中

アトリエ建築家の洗練されたデザインは現実的な広さで、リアルな生活動線をイメージできます。高気密・高断熱のハイスペックな性能でエアコン1台でも家中あったか。寒くなるこの季節こそ、この高性能をぜひ、体感ください。

予約制

2年連続

[建築家住宅]

新築供給数 全国
No.1

※建築家住宅(建築士の資格を持つ独立した建築家により基本設計された住宅) 主要供給事業者7社における2017年度、2018年度新築供給数(株) 矢野経済研究所調べ/2019年8月現在

押し売りなどの営業は一切いたしません。ご予約は下記のフリーダイヤルまたはHP お問い合わせフォーム・QRコードよりお気軽にどうぞ。



designers house **TOIRO**

0120-28-1016
岡山市南区郡 2998 番地



Kenbo Concept House

圧倒的な施工能力×高貴な技術力への誇り、すべてはお客様の未来と幸せのために。

見学会会場へのマップはご予約後、ご案内いたします。各開催時間につき4組ずつのご案内となります。平日でもご予約で見学可能ですので、お問い合わせください。
【お問い合わせ】 株式会社 建房 0120-742-012 担当: 小林
【ご注意事項】 弊社建房では、オーナー様への配慮の点から、見学会会場にスリッパをご用意していません(床キズ防止のため)。見学会会場にお越しの際は、必ず靴下をご持参ください。※素足は固くお断りいたします。

建房が等身大の予算で「カッコイイ」を追求した家



Design X Home

- 私たち建房は、これまで多くのご家族の家づくりに携わってきました。ご家族の家づくりに対する想い、これまで培ってきた経験、共に創造していく喜び。その全てが、今の私たちのモチベーションとなっています。
- これから先何十年と人生を共にする住まい。だから、絶対に後悔して欲しくない。見た目だけでなく中身にもとことんこだわる。時間が経つほどに快適さを感じる、そんな空間を創りたい。
- 皆様の現在(いま)と未来の軌跡を、そしてそこにいる皆様の「笑顔」と「安心」をイメージしながら、これから先もずっとご家族のパートナーであり続けます。

倉敷市福井コンセプトハウス見学随時受付中!



建房の誓い お客様の自由を尊重。押し売り営業は一切いたしません。夢広がる選択肢の一つとして、お役に立てればと思います。

スタッフ募集

株式会社建房では新しい仲間を募集しています。
【職種】 総合マネージャー (試用期間有、3~6ヶ月程度)
【仕事内容】 新築に関する総合的なサポート業務全般をさせていただきます。専門的な知識を有することも多々ありますが、先輩スタッフがフォローしています。
【勤務時間】 9:00~18:00(休憩含)
【待遇・福利厚生】 賞与年2回、健康診断、社会保険、雇用保険完備、など
【休日等】 水曜日・第1・3・5火曜日、年末年始・夏季休暇、特別休暇等

Kenbo 株式会社 建房

〒710-0844 岡山県倉敷市福井54-1
URL: http://kenbo.co.jp
0120-742-012

■一般建築業/岡山県知事許可(般-29)第24166号
■一般建築士事務所/岡山県知事登録第14376号
■宅地建物取引業者免許/岡山県知事(1)第5435号
■性能保証(かし保証)/
(株)日本住宅保証検査機構(NIC) (財)住宅保証機構まもりずまい保険



全ての家族に安心と安全を。



岡山店 OPEN

岡山県岡山市北区田中625-13
営業時間:10:00~18:30



価格 Price

Shuko build
3 Quality

性能 Performance

安心 Relief

マイホームは一生に一度の家族の大きな夢です。家族によって外観も間取りも多種多様。秀光ビルドでは、そのライフスタイルに合わせた快適な暮らしを実現します。「自分が施主なら」という考え方を基に、100プランのライフスタイルをご用意いたしました。その中からあなたに合ったライフスタイルをご提案いたします。

全プラン標準装備

フルサポートコミコミ価格

装備やインテリアなど、家を作るために必要な設備や費用などは全て標準装備。秀光ビルドの家づくりは、設備も価格も、そして安心も「叶える家」なのです。

フルサポートコミコミ価格の基本概要



建物本体 フルサポートサービス 水回り設備 建物以外の諸経費等

UL-R 自由設計

屋上バルコニー、今人気の吹き抜けやパントリー、憧れの書斎やLDKなど、あなたの理想のプランをコミコミ価格で実現します。



UL-R 販売価格例 (香川県内)	坪数15.00 平屋	809.6万円 (税抜)	坪数20.00 2階建	846.1万円 (税抜)
-------------------	------------	--------------	-------------	--------------

※その他のプランもございます。詳しくはホームページをご覧ください。

Shuko build
0120-333-289

住まいづくり館 高松
〒761-8083
香川県高松市三町142番地1
営業時間/10:00~18:30

岡山店 準備室
〒700-0951
岡山県岡山市北区田中625-13
営業時間/10:00~18:30

URL: <https://shukobuild.com> シュウコビルド 検索



スタンプラリー 開催中!!



※画像はサンプルです。

最大7,000円分のQUOカードプレゼント!

WEBサイトから来店予約→ご来店で

QUOカード1,000円分GET!

まずはここから!



倉敷市 玉島上成 上成小学校

おだやかな陽光が注ぎ吹き抜けが中心の家。

今すぐ見られる!

MODEL HOUSE OPEN

開放感のある吹き抜けリビング、コミュニケーションの取りやすい家事動線、外部からの視線を遮るベランダ、快適な暮らしが叶う工夫がたくさん詰まったお家です。

販売価格 3,250万円 (税込)
【坪単】147.68㎡(44.67坪) 【建物】101.02㎡(30.55坪)
※標準仕様 3,250万円 / 35年保証 / 当初3年間金利0.8% / 頭金ゼロの場合、有資格者に限る

【物件概要】●所在地/岡山県倉敷市玉島上成 ●取付/3LDK ●構造/木造2階建 ●周辺環境/上成小学校1,200m、玉島中学校3,400m ●交通/福島/IC 停60m、新倉敷駅1,600m ●建築確認番号/H30岡七建建第001642号 ●売主

倉敷市 児島赤崎 赤崎小学校

バス停徒歩1分。小学校へ徒歩3分。買物に便利な住環境。

坪単価 22.0万円・21.0万円 (1号地) (9号地)

193.16㎡ (58.43坪) 1285.4万円
166.60㎡ (50.39坪) 1058.1万円

教育 赤崎保育園(約550m) 赤崎幼稚園(約450m) 赤崎小学校(約200m) 味野中学校(約885m)

買物 山陽マルナカ児島店(約420m) コスモス児島店(約550m)

交通 尾の橋入口バス停(約75m) JR児島駅(約1,200m)

病院 三宅医院(約600m) 倉敷市立市民病院(約1,600m)

【物件概要】●所在地/倉敷市児島赤崎1丁目1137-1 ●地区区分/2区画 ●地目/宅地 ●道路/南側公道道路約4.0m、分譲地内道路約4.5m ●用途地域/市街化区域 第1種住居地域、第2種住居地域、第1種低層住居専用地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●専任媒介 ※建築条件付・建築条件とは、土地売買契約後、3か月以内に建物の建築諸費用が成立する事を停止条件とする販売です。

株式会社 日進堂 [住まいの図書館 岡山] 岡山県岡山市南区西市585-10
086-805-2410

■一級建築士事務所 香川県知事登録 第2298号 ■建設業許可 香川県知事(特-30)第692号 ■宅地建物取引業 国土交通大臣(1)第9468号

想いを共に育む住まい

株式会社 掛谷建設 KAKETANI
0863-51-3112
〒706-0221 岡山県玉野市八浜町八浜160-4
10:00~17:00 kaketani@kaketani.co.jp

建築家との家づくりにチャレンジしませんか。

SENKO センコーホーム岡山株式会社
086-805-8805
〒700-00973 岡山県岡山市北区下中野363-102
http://senkohome-okayama.com

ナチュラルな可愛いお家

YAMACHU ハウジング山忠
0120-927-576
〒701-0151 岡山県岡山市北区平野655-53
詳細はP.4をご覧ください

人気の今と津島南で分譲中

昭和住宅株式会社
0120-32-9667
〒700-0822 岡山県岡山市北区表町1-7-15
9:00~20:00 水曜
https://swo.co.jp/ ※詳細はP.5をご覧ください

ここから香川県の住宅情報がはじまります

住宅専門の設計事務所

風景のある家
080-2942-5000 (直通)
〒700-0953 岡山県岡山市南区西市109-5
https://huukei-design.com/ info@huukei-design.com
詳細はP.46をご覧ください

ロイヤルガーデン瓦町駅東

株式会社 和田コーポレーション
087-866-0711
〒760-0079 高松市松縄町1051番地14
「ロイヤルガーデン瓦町駅東」プロジェクト準備室
10:00~19:00 水曜
※詳細はP.1をご覧ください

木の家に、暮らす

高橋建築
086-428-1505
〒710-1102 岡山県倉敷市茶屋町早沖803
高橋建築 検索 @takahashi.kinoie
詳細は裏表紙をご覧ください

岡山・香川の
楽しい情報が満載

Twitterz
お得な情報を
発信中!!

子ども連れに優しい
お店を発見!

緊急募集!
子どものイベント
写真を送って!!

もうすぐオススメの
イベントがあるよ!

難問クロスワードの
答えをついに公開
etc...

皆さまのつぶやきをお待ちしております!

アカウント @hughug_okayama

ペットと暮らす和モダンな家

お客様の家
完成見学会

完全
予約制

12月7日 Sat. 8日 Sun.
10:00-16:00

丸亀市垂水町

ご予約はお電話またはHPから
TEL.087-815-3911
(ロータリーハウス多肥オフィス)

家づくり & 土地探し
無料相談会開催中!

ご予約随時受付中!
お気軽にお問い合わせください。

建築士とつくる家
完全自由設計・全棟長期優良住宅

年間約130区画の分譲地
高松市を中心に造成・販売中

ROTARYHOUSE <https://www.rotary-h.com/>

多肥オフィス tel.087-815-3911 高松市多肥下町1593番地9

“家づくり”は、ご家族にとって大切な物語。
ダイエイハウスは、その物語を
しあわせでいっぱいのお話にするため、
全力でお手伝いする会社です。

さあ、しあわせの居場所をつくろう。

DAIEI HOUSE
ARCOURT

⑧号地モデルハウス
見学 & 販売会開催中

販売価格 2,750万円(税込)

エクセシオール丸亀川西町

城辰小学校・南中学校区

建築条件付き 3.3㎡(坪) 単価 11万円 全3区画 残2区画

閑静な住宅地です。
幼稚園・小学校が近く、生活に便利な環境が
整っています。土器川河川敷も近くでのんびり
お散歩はいかがですか。

株式会社 明德ホーム 宇多津展示場
綾歌郡宇多津町浜五番丁 52-1

お問い合わせはこちら
0877-85-5338

ダイエイハウスの家づくりには、“理想の暮らし”をカタチにする
「商品住宅」と「自由設計」という2つの強みがあります。

家族で楽しめる新スポット、無料で利用できるプレイパークがオープンしました!!

DOKI kids park ZooBee
ドキキッズパーク ズービー

NEW OPEN!!
ENJOY [2019.10.19] FREE

ダイエイハウスの営業エリアは、四国全域にひろがっています。四国中どこでも施工可能!

香川県・高知県にスタジオ & 展示場を展開しています。いつでも家づくりのご相談、モデルハウスのご見学ができますのでお気軽にお越しください!

<p>ダイエイハウス高松支店 コラポスタジオ高松 香川県高松市助使町606-4 営業時間 9:00~18:00 休 水・木曜定休 ☎087-887-0942</p>	<p>にじいろパーク アルコート ドキキッズパーク ZooBee 香川県丸亀市飯野町東二657-5 営業時間 10:00~18:00 休 毎週水曜日 ☎0877-89-0270(アルコート)</p>	<p>商品住宅展示場 プレミアム アルコート 香川県丸亀市飯野町東二297-13 営業時間 10:00~18:00 休 毎週水曜日 ☎0120-313-299</p>	<p>ダイエイハウス高知支店 コラポスタジオ高知 高知県高知市大津甲553-1 営業時間 9:00~18:00 休 毎週水曜日 ☎0120-350-581</p>	<p>ダイエイハウス高知支店 コラポスタジオ四万十 高知県四万十市具向2659-1 営業時間 10:00~18:00 休 毎週水曜日 ☎0880-31-1355</p>	<p>住宅展示場 四万十ドリーム アルコート 高知県四万十市具向5354 営業時間 10:00~18:00 休 毎週水曜日 ☎0880-34-8655</p>
--	---	---	---	--	---

ダイエイハウスは、土地探しも全力でサポートいたします。丸亀・高松にて好評分譲中!!

住み慣れた土地が良い? 小学校や医療施設の近くが理想? “住みたい場所に住みたい家”を叶えるため、独自のルートをつかってご要望の土地を探します。

丸亀市川西町北
全9区画 / 建築業者指定無

区画	面積(坪)	販売価格
A	62.11坪	558万円
B	72.00坪	709万円
C	62.01坪	610万円
D	62.07坪	611万円
E	73.81坪	664万円
F	60.83坪	599万円
G	60.92坪	600万円
H	60.84坪	599万円
I	59.16坪	523万円

高松市分寺町
全4区画(総区画12)
建築業者指定無

区画	面積(坪)	販売価格
9	66.54坪	898万円
10		
11		
12		

高松市神在川窪町
全1区画
建築業者指定無

区画	面積(坪)	販売価格
A	79.20坪	384万円

株式会社ダイエイハウス 一級建築士事務所
香川県丸亀市飯野町東二599-1
営業時間:9:00~18:00 | 水・木曜定休
☎0877-21-4123 / FAX.0877-21-4120

分譲地、家づくりに関するお問合せはこちら▼
☎0120-313-736
<http://daiei-house.jp>

ストップ! 子ども虐待 オレンジリボンキャンペーン

子ども虐待って
どんなこと?

親または親に代わる保護者が、子どもの体や心を傷つけ健全な成長・発達を妨げる行為をいいます。親が「しつけだ」と思っている行為が、子どもの心身を傷つけるのであれば、「虐待」です。

- 身体的虐待： なぐる、けるなど、子どもの生命や健康に危険のある身体的な暴行のこと
- 心理的虐待： 子どもの心を傷つけるような言動や、DVを子どもに見せるなど
- ネグレクト： 子どもだけを自動車や家に置いて、病気がけがをしても病院に連れて行かないなど、子どもの健康や安全への配慮を怠ること
- 性的虐待： 子どもへの性的行為の強要や被写体にするなど

オレンジリボンキャンペーンとは

子ども虐待防止を願う全国的な市民運動です。「オレンジリボン」には、子ども虐待の現状を広く知っていただき、子ども虐待をなくしていこう、子どもを救うため一人一人ができることを考え行動しよう、そして虐待を受けた子どもたちが幸福になれるようにとの願いが込められています。

児童相談所全国共通ダイヤル **189** にお電話ください

虐待を受けたと思われる子どもを見つけた時や、出産や子育てで悩んだ時には

岡山市オレンジリボンキャンペーン実行委員会
岡山市こども福祉課内086-803-1223

香川県の子育て情報 はこちらから!

「子育て県かがわ」
情報発信サイト
「Colorful」

Colorfulは、香川で子育てをする人のための総合情報サイトです。

- ライフステージ別・目的別に最新の子育て情報を探せる!
- 子育て支援のセミナーやイベントの最新情報が分かる!
- お住いの地域の子育て支援情報をGET!
- 女性特有の悩みや子育てに関する悩みなど、誰にも相談できず悩んでいる人のために、自治体の相談窓口を紹介!

詳しくはこちらへ
<https://kagawa-colorful.com>

子育て県かがわガイドブック

香川に移住された方へのインタビュー、子育て支援制度や各市町の紹介など、「子育て県かがわ」の魅力が分かるガイドブックです。

お問い合わせ先／香川県健康福祉部子ども政策推進課 子ども政策課
TEL.087-832-3282 FAX.087-806-0207

おokayama子育て応援サイト こそだてぽけっと

子ども向けのイベント情報、子連れで楽しめるお出かけスポット、離乳食レシピなどなど、子育てに役立つ情報が盛りだくさん!

- 子どもの「年齢別」で情報を調べたり、「知りたい」「相談したい」など目的に合わせて簡単に情報をゲット!
- 子育て支援団体、企業や大学などの子育て情報も発信中!

「子育てのしおり」も要チェック!

妊娠・出産・育児に関するさまざまな岡山市の制度や、妊娠中の過ごし方、子育てなど、初めての方にも分かりやすくまとめた「子育てのしおり」。「親子手帳」と一緒にお渡ししています。

岡山市保健所 健康づくり課 086-803-1264

<http://www.okayama-tbox.jp/kosodate>

こそだてぽけっと 検索

岡山市役所 地域子育て支援課 086-803-1224

遊んで。話して。ほっと一息 子育て親子の居場所 ももっこステーション

「ももっこステーション」は、乳幼児とその保護者が一緒に遊んだり、くつろいだりできる場所です。

このマークのほり旗や看板が目印!

- ①地域子育て支援拠点**
 - ・市町村が地域とともに親子の居場所をつくらしている活動で、保育や親子の居場所づくりの専門スタッフが常駐しています。
 - ・「支援センター」として保育所で開催している場所では、保育の専門性を活かした活動が行われており、園児以外も自由に利用できます。
 - ・「ひろば」として、子育て支援に熱意のあるNPOや大学が運営している場所もあります。
- ②児童館**
 - ・専門スタッフが、歌あそび、手あそび、運動あそび、親子ふれあいあそびなどを提供しています。
 - ・土曜、日曜、祝日も利用できる所があります。
 - ・小学生になっても利用できます。
- ③その他(ミニ拠点)**
 - ・この他にも、地域で居場所をつくるさまざまな取組が行われています。活動の規模・開催頻度や支えるスタッフもバラエティーに富んでいます。
 - ・「プレーパーク」のように、屋外の場所もあります。

予約なく利用できる場所が多いですが、一定の手続きが必要な場所もあります。
お近くの場所・利用方法は、岡山県 子ども未来課のホームページで調べることができます。

岡山県子ども未来課

乳がんの早期発見・治療を!

ピンクリボンとは? 乳がんを早く見つけ、早く治療をすることの大切さを伝えるための運動です。

岡山市の乳がん検診

対象	40歳以上で偶数年齢の岡山市在住の女性
場所	岡山市内の検診実施医療機関
料金	¥500
内容	マンモグラフィ+視触診(併用)
期間	2019.6/1(土)~12/31(火)
問合せ	岡山市けしん専用ダイヤル/☎086-803-1202

倉敷市の乳がん検診

対象	40歳以上の倉敷市在住の女性
場所	倉敷市内の検診実施医療機関
料金	70歳未満¥1,600、70歳以上¥600
内容	問診、マンモグラフィ+視触診(併用)
期間	2019.6/1(土)~2020.3/31(火)
問合せ	倉敷市保健所健康増進センター/☎086-434-9866

高松市の乳がん検診 1~2月は、市内5会場で集団検診(託児付)実施!

対象	40歳以上で偶数年齢の高松市在住の女性(対象の方には、受診券を送付しています)
場所	高松市内の検診実施医療機関
料金	40歳代¥2,500、50歳以上¥2,000、70歳以上無料
内容	問診、マンモグラフィ検査
期間	2019.7/1(月)~2020.2/29(土)
問合せ	高松市保健センター/☎087-839-2363

※上記3市以外にお住まいの方は、お住まいの自治体までお問い合わせください

***乳がんを月に1回セルフチェック!**
鏡の前で乳房の形や色の変化を見ます。

- 〈Point1〉 左右の乳房に差がないか
- 〈Point2〉 えくぼのようなくぼみやひきつれ、腫れ、赤みがないか
- 〈Point3〉 乳首に湿疹、ひっこみはないか

お問い合わせ／岡山市保健所健康づくり課 ☎086-803-1263

高松市の子育て情報 はこちらから!

たかまつ子育て情報サイト
「らっこネット」

らっこネットは、高松で子育てをする人のための総合情報サイトです。

takamatsu-rakko.net

詳しくはこちらへ

子育てハンドブック「たかまつらっこ」

子育て真っ最中のお母さん方が中心となって執筆・編集された、子育て世代のママ・パパのためのハンドブックです。子育てをサポートするさまざまな仕組みや制度が分かりやすくまとめられているほか、公園などの遊び場、地域子育て支援拠点などの子育て交流の場、読み聞かせ絵本の紹介まで網羅している盛りだくさんな1冊です。

お問い合わせ先／高松市健康福祉局こども未来部 子育て支援課
TEL.087-839-2354 FAX.087-839-2379

倉敷市の子育て情報 はこちらから!

子育て総合ポータルサイト
「くらしき子育て応援サイト たのしく子育てあのねっと!」
を開設しています!

市内を中心に活動している子育て支援団体などの団体情報・イベント募集・活動紹介や、妊娠・出産から就学まで必要な行政情報を掲載しています。また、サイト内マップでは市内の保育園や公園の施設などが検索でき、大変便利です。

「子育てハンドブック」
「子育て応援!マップ」をご存知ですか?

「子育てハンドブック」は妊娠から就学までの子育てに関する情報(各種制度・手続、施設など)を、「子育て応援!マップ」は市内の赤ちゃんの駅や子育て支援施設、おすすめスポット(遊具のある公園など)を紹介しています。市内には子育て家庭が楽しめる公園や施設がたくさんあります。このマップを持って外へ出掛けてみませんか!

子育て支援情報コーナーを設置しています!!

子育てに関する情報を分かりやすく子育て中の親子へお届けするため、本庁・各支所・児童館など、皆さんの近くに子育て支援情報コーナー(パンフレットスタンド)を設置しています。主に地域子育て支援センター・ついでにの広場や児童館などの施設のチラシや子育てハンドブック・子育て応援!マップなどが入手できます。

お問い合わせ先／倉敷市子育て支援課 TEL.086-426-3314 FAX.086-427-7335
E-mail. wfclcd@city.kurashiki.okayama.jp

人権侵犯事件の 調査救済制度をご存知ですか?

岡山地方司法局では「人権を侵害された」という被害者からの申出を受けて救済手続を開始します。そして、調査の結果「人権侵害あり」と認められれば、法的なアドバイスをする「援助」や当事者の話し合いを仲介する「調整」等の措置のほか、「説示」や「勧告」といった加害者に対する厳しい措置を講じることもあります。困ったことがあればどなたでもお気軽にご相談ください。

みんなの人権110番 ☎0570-003-110 (最寄りの司法局)

子どもの人権110番 ☎0120-007-110 (岡山地方司法局 人権編纂課)

女性の人権ホットライン ☎0570-070-810 (岡山地方司法局 人権編纂課)

岡山地方司法局・岡山県人権擁護委員連合会

パソコンや携帯電話からも人権相談を受け付けています。インターネット人権相談 検索

相談受付…平日8:30~17:15(年中受付) / 相談は無料。秘密は必ず守ります。

香川県休日当番医表(12月)

Table of holiday duty doctor schedules for Kagawa Prefecture in December. Columns include dates (12/1, 12/8, 12/15, 12/22, 12/29, 12/31) and lists of hospitals/clinics with their contact numbers.

※地域により情報が重複している場合があります。また、諸事情により情報が変更になる場合がありますので、必ずお電話にてご確認ください。

岡山県休日当番医表(12月)

Table of holiday duty doctor schedules for Okayama Prefecture in December. Columns include dates (12/1, 12/8, 12/15, 12/22, 12/29, 12/30, 12/31) and lists of hospitals/clinics. Includes a '常設施設' (Permanent Facility) section with emergency contact information.

※地域により情報が重複している場合があります。また、諸事情により情報が変更になる場合がありますので、必ずお電話にてご確認ください。

Advertisement for HUG HUG ONLINE CLUB. Features a character mascot, the text '年会費 無料' (Annual fee free), and '先行会員大募集' (Early member recruitment). Includes a QR code and contact information: hug-online@hughug-web.com.

HUG HUG1月号は
12/20(金)
発行です

HUG HUGは今年
創刊10周年
を迎えました!

「HUG HUG」は、
岡山県内の子育て
ファミリーを応援する
おやこ情報誌として、
2010年に創刊しました。
現在では香川県にも
配布エリアを広げ、
両県の皆様にはさまな
情報をお届けしています。

HUG HUGが今まで
続けてこれたのは、
読者の皆様方の
厳しくも温かい
ご声援のおかげです。
今後も皆様のお声を
真摯に受け止め、
本誌の更なる発展を
目指してまいります。
今後ともHUG HUGを
よろしくお願致します。

編集部一同

今月のテーマは「おすすめの本」。12月はやっぱり「クリスマス・キャロル」! ラストの「はしやぎ」ぶりが楽しみです。

「はらへこあむし」がおおすすめです。読み聞かせは苦手ですが、本の内容に合わせて音楽があつて、「はらへこあむし」の歌を流しながら読み聞かせると、子どもたちも最後までノリノリで見

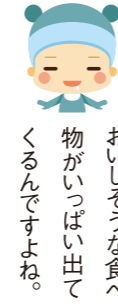


「おべんとうバス」です。出産祝いに友人からももらったのですが、絵がとっても可愛くてカラフルで、私も大好きです。本に合わせて息子も「はい」と手を挙げて返事をします。私も出産祝いにぜひ



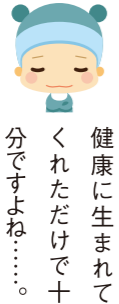
Rのつく月って、食中毒のアレのことでしょうか。

「石持浅海さんの『Rのつく月には気をつけよう』です。短編ミステリーで読みやすく、最後まで楽しめます。面白いのでぜひ読んでみてください!」(まこちゃんさん)



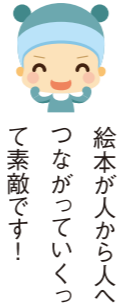
「おべんとうバス」です。出産祝いに友人からももらったのですが、絵がとっても可愛くてカラフルで、私も大好きです。本に合わせて息子も「はい」と手を挙げて返事をします。私も出産祝いにぜひ

来月から投稿テーマが自由になります。お気軽にどうぞ!



健康に生まれてくれただけで十分ですよ...

「かみさまからのおくりもの」です。赤ちゃんはそれぞれ生まれる時に神様から贈り物を頂いていることを書いてくれています。ぼくはなにもらったの? とうちの子に聞かれ、よく食べて元気をもらったよ? と言うとすぐ嬉しそうに笑っていました!」(あやママさん)



絵本が人から人へつながっていくって素敵です!

おたより募集!

talk@hughug-web.com

- ①ペンネーム ②お名前 ③住所 ④投稿内容
- ⑤写真(ご希望の方のみ)をメールにてお送りください。

☆ご掲載の方にはHUG HUGオリジナルグッズをお送りさせていただきます。
※入力いただいた個人情報は、プレゼント発送のため以外には使用しません。
※許可なく第三者に開示することはありません。



投稿内容はなんでもOK! / 写真も掲載できます

- 子どもの写真や子どもへのメッセージ
- 旅行先やお店での思い出エピソード
- 趣味のお話や失敗談 etc...

HUG HUG 12月号 読者プレゼント

今月も読者の皆様のために、たくさんのプレゼントをご提供いただきました! 応募は下記のURLまたはQRコードからアクセスできる応募フォームに入力するだけでOK! 応募者多数の場合は抽選を行い、当選発表は発送をもってかえさせていただきます。

<p>1 JTBギフト券 2千円分 1名様</p> <p>提供:株式会社JTB 岡山支店</p>	<p>2 NEWレオマワールド 親子ペア特別入園ご招待券 10組20名様</p> <p>提供:レオマリント</p>	<p>3 池田動物園 親子ペア招待券 5組10名様</p> <p>提供:池田動物園</p>	<p>4 アニマルフェースのフルーツロール(税込1,700円) 3名様</p> <p>提供:洋菓子 Hashimoto</p>
<p>5 鷺羽山ハイランド 親子ペアチケット 2組4名様</p> <p>提供:鷺羽山ハイランド</p>	<p>6 はだし感覚の子ども靴 たびらキッズ 3名様</p> <p>提供:株式会社 丸五</p>	<p>7 ムレスナーティーキューブBOX1箱 (紅茶ティーバッグ11包入り) 5名様</p> <p>提供:KNOT Tea&Farm Kitchen</p>	<p>8 飛竜「岡山ラーメン」 2食入り 3パックセット 5名様</p> <p>提供:株式会社飛竜</p>
<p>9 ぽかぽか温泉 岩盤浴 ペアチケット 5組10名様</p> <p>提供:ぽかぽか温泉</p>	<p>10 ぽかぽか温泉 ペアご招待券 5組10名様</p> <p>提供:ぽかぽか温泉</p>	<p>11 青少年自然の家 3点セット 3名様</p> <p>提供:国立吉備 青少年自然の家</p>	<p>12 「せんごくでござる」 ゆあさはち/著 800円(本体) 2名様</p> <p>提供:ゆあさはち</p>

応募はワンステップでとっても簡単! 下記URLをご入力いただくか、QRコードを読み込んでいただくと、応募フォームにアクセスできます。

URL <http://present.hughug-web.com/>

必要事項のご入力だけでお申込みできます。お気軽にご応募ください!

※ご提供いただいた個人情報は「HUG HUG」制作以外の目的には使用しません。ご本人の承諾なしに第三者への開示はいたしません。

応募期間 2019年11月25日(月)~2019年12月19日(木)

今月号の発行日から、次月号発行日の前日となります

2019年冬 新規生徒募集

今あなたの現状に応じて、親切・親身に対応します

カオス 混沌のその先へ

少人数個別指導塾 OK school The more you study, the more you grow up.

各種ニーズに個別対応いたします。少ない時間で効果抜群の個別指導です。

対象 小学4年生~高校3年生・浪人生

冬期講習日程 12/16~22プレ講習 12/23~1/5本講習

※冬期講習期間以外も通常授業を受け付けています

- 受験直前期の個別対策・進路相談・悩み解決
- 集団授業でケアしきれない課題の解決
- 1,2学期の学習内容の復習・基礎固め
- 苦手教科・苦手単元の克服
- 県外受験の個別対策 など

お問い合わせ 086-239-9199 受付時間:月曜~土曜 14:00~22:00

岡山市北区奉還町3丁目8番9号2F ok-school@twatwa.ne.jp https://ok-school.jp

住宅専門の設計事務所 風景のある家 Huukei-Design.LLC

完全予約制 10時30分~16時45分 場所/「風景のある家.LLC」岡山atelier

11/9(土)・10(日) 一緒に土地探し相談会

11/16(土)・17(日) 資金計画相談会

11/23(土)・24(日) 家づくり無料相談会

Contact → 岡山atelier:岡山市南区西市109-5 / 福山Studio:福山市木之庄町1-17-17 ☎080-2942-5000(直通) / info@huukei-design.com

詳しくは、HPをご覧ください。 https://huukei-design.com/

家づくりの事を考えはじめたら 先ずは資料請求を コンセプトブックと作品集を 無料でお届けします。

風景のある家 Huukei-Design.LLC http://huukei-design.com



香川ファイブアローズ VS ファイティングガールズ名古屋

試合会場:高松市総合体育館

©KAGAWA FIVEARROWS

12/7(土) 18:00 試合開始 (一般入場/15:30) ・ 12/8(日) 13:00 試合開始 (一般入場/10:30)

イベント情報①

両日開催

ハーフタイムイベント

eco電力イメージキャラクター
feelNEO (フィールネオ) ミニライブ!

岡山・香川を拠点に全国で活動中のアイドルグループfeelNEOがミニライブを開催!
100%生歌勝負のパワフルな歌声を体感できる!



イベント情報②

両日開催

ロビーイベント

射的&ガラポンで賞品をGET!

eco電力に関するアンケートに答えて、射的やガラポンにチャレンジしよう。景品もたくさんご用意していますので、ご家族でお楽しみください!



選手全員のサイン入り
ファイブアローズグッズや
QUOカード(1,000円分)などが
当たる!!

HUG HUG COVER GIRL INTERVIEW

今月の表紙 #04

(feelNEO/HUG PRO所属) サクラ



PROFILE
2003年3月9日生まれ。
おやご情報誌HUG/HUGの専属
モデルから2013年9月に誕生した
アイドルグループfeelNEO所属。
2020年に行われる、新たなプロ
ジェクトも現在進行中。

12月1日(日)に行われる「HUGPRO West Japan IDOL FES」に向けて頑張っているfeelNEO。グループ3人目の表紙撮影は、感受性が強く、楽曲の作詞も行うサクラちゃんです。

— 初めての表紙撮影はどうでしたか?

サクラ すごく慣れてたんです! お店とかに行ってなんかこう自分が表紙のが置いてあるのってドキドキするじゃないですか!なのでこれから置いてあるのを想像すると少し楽しみです。それとソロでの表紙撮影は初めてだったので、とても嬉しかったです。いい表情できるかな〜とか、猫背にならないかな〜とか凄く考えてたんですよ...。でも撮影中もカメラマンさんたちと笑ったり、お話ししたり、とても楽しい雰囲気の中で撮影してもらいました。

— 2019年もあと少しですが、この1年はどんな年でしたか? また、来年挑戦したいことはありますか?

サクラ この1年はとても濃い1年でした。どの年を振り返っても言ってる気がするんですけど、特に今年は。今年になって自分たちの冠番組や冠ラジオを持つことができたり、夢に大きく近づけた年になったなと思いました。「星の下の僕らの話」のPVもほんとに素敵なものを作ってもらって、色々な人に感謝です。再生回数も増えてきて沢山の方に見てもらえてるな〜って痛感してます。2020年の単独公演を満員にして、前に岡山市民会館で単独公演をした時よりもっと成長した姿、もっと凄い景色をみなさんに見せられるように頑張ります。

— グループ、個人としてのこれからの夢・目標は何ですか?

サクラ グループの目標は「星の下の僕らの話」でオリコンウィークリーランキング1位を取れるように頑張ります。前回は悔しい思いをしているので今回は笑顔で終わって、これからもえふえふのみなさんとfeelNEOとスタッフさんとたくさん思い出が増やせたらいいと思います。個人としての目標はスマートに生きることです。よく日常生活をしていても稀にダサい動きが出てしまって、それがダンスにも影響が出てるので、出ないように日頃から心掛けようと思います。

12月7日(土)・8(日)に高松市総合体育館で行われるバスケットボールの試合ではハーフタイムに登場するfeelNEO。2019年も最後まで全力で走り抜けます!!

feelNEO メジャーデビューへの道

feelNEOの冠番組がフジテレビ系列OHK(岡山放送)で絶賛放送中!!

12/28 sat 25:15 25:45

※毎月最終土曜日放送予定

※年末編成のため、放送時間に変更になる場合がございます



2019
12/7(土) 8(日)

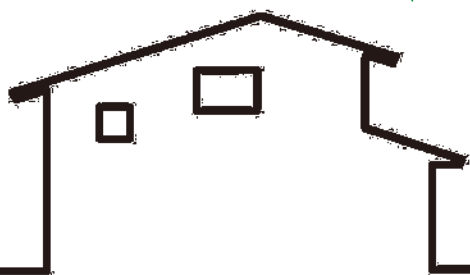
→ 10:00-17:00

まび暮らし

ひろくわたる風
ゆたかな陽の光
真備は、やっぱり
心地よい。



イベントやります！
あそびにきてえーよ



お楽しみ
イベント
開催！

構造見学会

〈真備町岡田 516-7〉

分譲地建築中モデルハウスの見学会。
こだわりの柱や梁など様々な種類の木材を
じっくりとご覧いただけます。

木
を
知
ろ
う

イベント内容



みんなあつまれ！
ちびっ子射的

無料・先着順



奈良吉野直送のヒノキの葉を使った
Xmas ミニスワッグづくり体験

①10:00～②11:00～③13:00～④14:00～⑤15:00～

各回定員8名様、混雑時は整理券を配布します。



被災後再開した真備のパン屋
パンポルトさんの焼きたて
パンの販売

日本茶アワード全国2位受賞！



パンと一緒にどうぞ
コーヒー(ドトール)、倉敷ほうじ茶
(つねき茶舗)、ジュースのおもてなし

木が生き続ける、こだわりの自然乾燥
本物の「木の家」をご覧ください。

完成見学会

〈真備町辻田 984〉

被災を乗り越えて、真備に自宅を再建
された施主様のご厚意による完成披露
見学会です。

Welcome♪
我が家へ
ようこそ



大工さん
オーダーメイド
樹齢450年の
杉のダイニング
テーブルを展示
します！



株式会社 高橋建築
〒710-1102 岡山県倉敷市茶屋町早沖803
HP: www.takahashi-kinoie.co.jp/



@takahashi.kinoie

Instagram
更新中



高橋建築

TAKAHASHI KENCHIKU

☎ 086-428-1505