ママも パパも ばぁばも じぃじも

みんなで一緒にこどもの未来と笑顔をはぐくむ

HUG HUG

岡山 Okayama
香川 Kagawa

［ハグハグ 岡山・香川版］
February 2020 / vol.122
毎月20日発刊
TAKE FREE

2

ご自由にお取りください
TAKE FREE

モデル：キララ
（HUG PRO所属）

豪華商品が当たる!
読者プレゼント
応募受付期間
1/20(月)～2/19(水)
※詳細は巻末をご確認ください。

このお仕事知ってる?
「漫画家」
『山賊ダイアリー リアル猟師奮闘記』ほか
岡本 健太郎さん

HUG HUG NEWS
カッコいい側転やってみよう!
Happy Valentine
ママと一緒にレッツクッキング!!

巻頭特集
新しいことを始めよう!
新春 習い事特集
子どもの習い事 徹底調査



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

TAKAMATSU NEXT LIFE PROJECT ROYAL GARDEN KAWARAMACHI-EKI HIGASHI URBAN ARK

Royal Garden
ロイヤルガーデン瓦町駅東

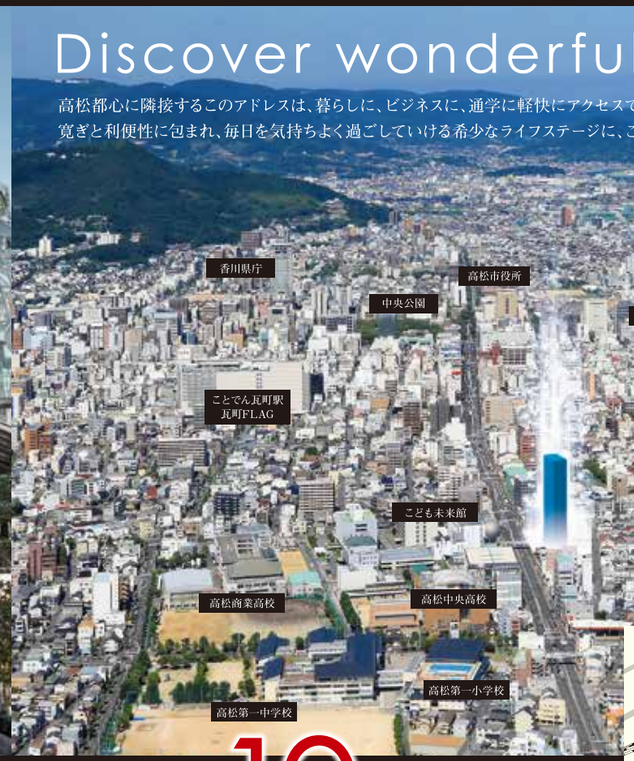
［地上15階建・全56邸］







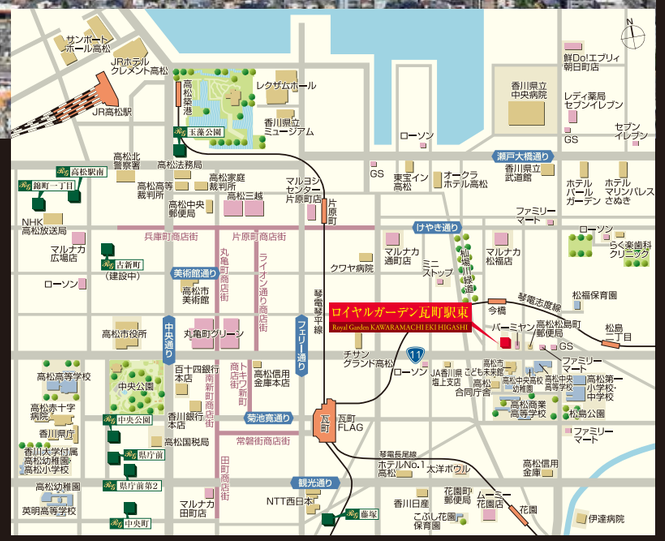
愛すべき場所になる。



Discover wonderful life

高松都心に隣接するこのアドレスは、暮らしに、ビジネスに、通学に軽快にアクセスできる場所。
寛ぎと利便性に包まれ、毎日を気持ちよく過ごしていける希少なライフステージに、ご注目ください。

RG Kawaramachi-eki Higashi
URBAN ARK



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

ロイヤルガーデン瓦町駅東
～アーバン・アーク～

先着順好評受付中

ここならば都心の息吹を感じながら、穏やかに暮らしていける。
RG 瓦町駅東プロジェクトに、ぜひご期待ください。

※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。

設計性能評価（取得済）
建設性能評価（取得予定）

販売価格 | 2LDK+SR 住居専有面積：66.82㎡（約20.21坪） 2,360万円（税込）～ | 3LDK+MC 住居専有面積：71.96㎡（約21.76坪） 2,590万円（税込）～ | 4LDK+WIC+SIC 住居専有面積：85.58㎡（約25.88坪） 3,380万円（税込）～

Kawaramachi Sta.
瓦町駅 徒歩 10min

街、暮らし、未来。日々充実のアーバンエリア。


ことでん瓦町駅

ことでん 今橋駅


高松第一小学校

高松第一中学校


高松市こども未来館


瓦町FLAG



マルナカ松福店

丸亀町グリーン

※航空写真は、2019年8月に撮影したものにCG加工を施しています。※マップはイメージイラストにつき、実際と異なる場合があります。※各施設への距離は地図上の概測距離です。徒歩所要時間は80mを1分として算出（端数切り上げ）しています。

全戸南向き。理想の暮らしがきっと見つかる、4スタイル・56ステージ。

COMPACT & BASIC

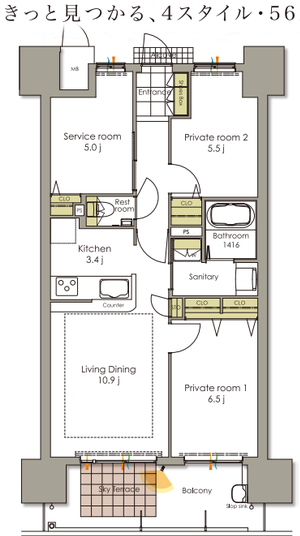
- ゆとりある心地よさを求めた、コンパクト・ベーシックプラン。シンプルな生活動線も快適です。
- キッチンと心地よく連動するサニタリースペース。ワイドなバスルームが寛ぎを癒やします。
- 趣味のスペース、大容量クローゼットなど、暮らす方のアイデア次第で自由に使えるサービスルーム。

BTYPE
2LDK+SR

■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）
※スカイテラス面積含む
■アルコーブ面積：1.56㎡（約0.47坪）

合計面積：80.68㎡（約24.40坪）

販売価格 2,360万円（税込）～



LUXURY & WIDE

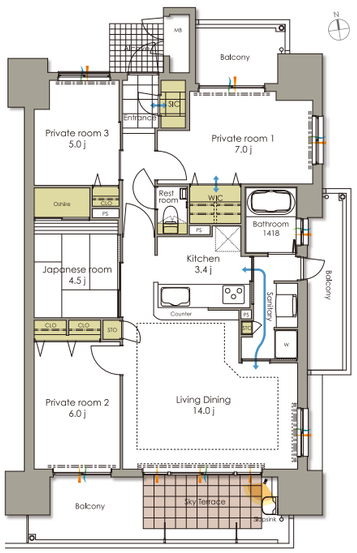
- 贅沢な広さを誇りリビング・ダイニング、3面バルコニーなど豊かさに包まれた、東南角のラグジュアリー・プラン。
- LDKに連動した洗面化粧室、寛ぎのワイドバスなど、素敵な仕様を数多くかなえました。
- 和モダン空間が、寛ぎと落ち着きを演出。WIC、SICなど多彩なクローゼットを設え、余裕の収納量を確保。

DTYPE
4LDK+WIC+SIC

■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）
※スカイテラス面積含む
■アルコーブ面積：2.85㎡（約0.86坪）

合計面積：114.35㎡（約34.58坪）

販売価格 3,380万円（税込）～



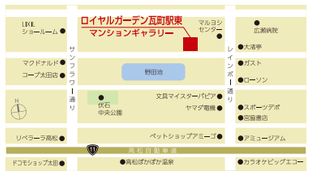
【凡例】WIC：ウォークインクロゼット、SIC：シューズインクローク、SR：サービスルーム、折上げ天井、通風、採光　※間取りは設計図書を基に描き起こしたもので実際とは多少異なる場合があります。


Living Dining


Kitchen


Balcony & Sky terrace

※写真は、マンションギャラリーを撮影した当社施行例のイメージです。



MANSION GALLERY OPEN

【物件概要】●名称／ロイヤルガーデン瓦町駅東●所在地／香川県高松市松島町一丁目11番8●交通／ことでん琴平線・長尾線・志度線「瓦町」駅 徒歩10分、ことでん志度線「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㎡●バルコニー面積／12.30㎡～25.92㎡（スカイテラス面積含む）●アルコーブ面積／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）／2,360万円～3,920万円●最多販売価格帯／2,600万円台・2,900万円台（各6戸）●管理費（月額）／5,200円～6,700円●修繕積立金（月額）／3,700円～4,800円●修繕積立基金（一括）／234,000円～300,000円●建築確認番号／第ERI-19013164号（2019年5月14日付）、第ERI-19043401号（2019年10月18日付）●施工予定／2021年1月中旬（予定）●入居予定／2021年3月上旬（予定）●事業主・売主／株式会社和田コーポレーション●設計・監理／有限会社 曽根建築設計事務所、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／株式会社合人社計画研究所●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、施工後は管理事務室●広告制作日／2019年12月26日●広告有効期限／2020年2月29日

お問い合わせは
「ロイヤルガーデン瓦町駅東」マンションギャラリー
〒760-0079 高松市松縄町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/

事業主（売主）
免許番号 国土交通大臣（4）第6884号
公益社団法人 香川県宅地建物取引業協会会員・四国地区不動産公正取引協議会加盟
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（和田大手町ビル）
支店／岡山・高松・松山・徳島・高知・丸亀

施工
国土交通大臣許可（特-29）第002429号
東亜建設工業 TOA CORPORATION
西日本建築支店／〒550-0004 大阪市西区靱本町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

＼業界初!／

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 MINAOSHI CAMPAIGN

キャンペーン期間 1/20～2020年2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、切替え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:2020年1月20日から2020年2月29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西町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
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。

eco電力 検索

HUG HUG ② Vol.122

CONTENTS

06 HUG HUG NEWS①
カッコいい側転やってみよう!

07 HUG HUG NEWS②
Happy Valentine ママと一緒にレッツクッキング!!

08 新しいことを始めよう!
新春習い事特集

16 色タイプ別の特徴と
やる気を引き出す声かけ

18 HOC × INNOCENCE presents
my favorite collection

20 はぐべび PHOTO STUDIO

22 はぐもぐ離乳食ガイド

23 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!!

イオンモール倉敷 MaMaサークル
「親子で楽しむ冬の部屋遊び♪」

24 子どもが変われば 未来が変わる
「口(呼吸)は災いの元〜対策編〜」

26 歯のお悩みQ&A

27 “まさか”に備えて今から学ぼう
肌が乾燥する季節 赤ちゃんのスキンケア

28 HUG HUGおすすめセレクション

29 クロスワードパズル

30 HUG HUG ママスクール
パコちゃんのまちがいさがし

32 今月の住宅情報
住宅から見える県民性を大研究!
ご近所のお家のリアルとは

41 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?
「漫画家」
『山賊ダイアリー リアル猟師奮闘記』ほか
岡本 健太郎さん

44 岡山県 休日当番医表

45 香川県 休日当番医表

46 求人情報

47 読者コーナー

48 読者プレゼント
1/20(月)〜2/19(水)受付



model : キララ
(feelNEO／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。

人生100年時代に必要なのはいつでも気軽に話せるお金の相談相手。
ファイナンシャルプランナー
マネードクターのFPが「お金の答え」を見つけます。

例えば……

【家計管理】
キャッシュフロー表を作成したい。効率的な貯蓄方法が知りたい。

【資産運用】
少ない資金でも資産運用はできる? 資産運用の方法が知りたい。

【住宅資金】
いくらの物件なら購入できる? 毎月の返済が家計の負担に……

【相続・贈与・介護】
相続対策や生前贈与って? 介護の自己負担額は?

【医療費】
働けなくなったら、家計が不安。病気やケガにどのくらい備える?

【教育資金】
大学卒業までにいくら必要? 習い事に掛けられる費用は?

【老後資金】
年金と貯蓄だけで老後生活できる? 退職金の運用方法を知りたい。

【保険】
ご加入内容の確認、必要保障額は? 保険料を軽減する方法について。

岡山・香川のママさん!
お金のことや保険のこと、
FPに無料でご相談頂けます。
まずは左のQRコードから
ご予約をお願いします。



人生100年時代のお金をFPと考える
money doctor マネードクター岡山支社
株式会社FPパートナー
岡山県岡山市北区下石井2-1-10 KEビル7F
※遠方の方もまずはお気軽にご連絡ください
承認番号:1911Z701M00948



暮らしに憧れを詰め込んだ、呼吸したくなる家。

こんな家に暮らしたい
高いデザイン性と暮らしやすさを両立した理想を形にする家づくり
プロヴァンスデザインと過ごす家族の時間
細部までのこだわりと憧れを詰め込んで









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。

Company Housing
YAMACHU
woodenhouse&reform
SINCE 1971

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
■建設業 岡山県知事 第21638号 ■宅地建物取引業 岡山県知事(14)第971号 ■一級建築士事務所 登録 岡山県知事 第14228号

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。



ママと一緒にレッツクッキング!!

大好きなパパやじぃじに「いつもありがとう」の気持ちを込めて、親子でバレンタインデーに渡すチョコレートを作ってみませんか？　体に優しい食材で作るので、ヘルシーなのにとっても美味!!甘いものがニガテなパパには、簡単に作れて美味しいと話題のじゃが芋料理をどうぞ。

豆腐生チョコ

＼体に優しい食材で作るバレンタインチョコです／









材料（4人分）
20cm×15cmバット1台分

- 絹ごし豆腐…120g
- ココナッツシュガー（または黒糖）…45g
- ローカカオパウダー（またはカカオパウダー）…35g　A
- ココナッツオイル…120g
- お好みのナッツ、ドライフルーツ…適量

作り方

①絹ごし豆腐を水から沸騰するまで鍋でゆで、キッチンペーパーで水気を拭き取る。

②①とAをミキサーに入れ、なめらかになるまで撹拌し湯せんで溶かしたココナッツオイルを少しずつ入れながら更に撹拌する。味をみて甘さ苦みを調節。はちみつ小さじ1を入れてもgood!

③バットの場合はラップを敷いて流し入れる。または好みの型に流したら、お好みのナッツやドライフルーツをのせ、冷凍庫で固める。

保存は冷凍庫で冷やした方が美味しいですよ♪



じゃが芋ピザ

＼甘いものがニガテなパパにもオススメです／



材料（2人分）

- じゃが芋…200g程度　／　ピザ用チーズ…適量
- お好みの油…適量　／　バター…適量

作り方

①野菜製麺機（なければスライサー）か包丁でじゃが芋を千切りにする。
※でんぷんが流れくっつかなくなるので、水にさらさない

②フライパンを中火にかけ、お好みの油、バターを入れ、①をできるだけ平らにのせる。チーズを周囲と全体にまんべんなくのせ、こんがり焼き色がついたらひっくり返し焼く。

③お好みで、青のり、桜エビ、しらすなどをトッピング。

ポイントは、周囲のチーズがはがれやすくなるまで焼き、一気にひっくり返す。または、半分に切ってひっくり返す。



教えてくださったのは……

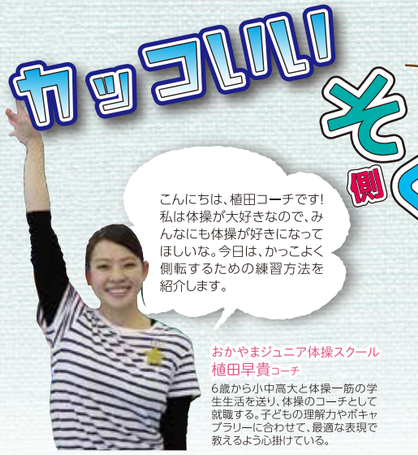
森川 浩美 先生

管理栄養士
発酵リビングフードプライマリーインストラクター
ATTiVA式発酵ジュースインストラクター
NCA認定コンディショニングインストラクター

森川先生は、健康美のための「食と運動」をテーマに岡山県内で広く活動中です。食の活動としては、旬の果物を使った発酵ジュース作り教室や、発酵ジュースや発酵調味料を使って、加熱しない料理を主とした「生きた酵素」が摂れる「からだ喜ぶ発酵食ランチ」を岡山市内にある古民家≪和のくらし≫cafe（岡山県岡山市北区青江5-22-7）で、毎月第1木曜日に担当しています。
運動の活動としては、簡単な動作で、凝ったり張ったりした筋肉の弾力を取り戻し、自分の体を自分で整える「コンディショニングレッスン」を行っています。
腸にうれしい食事とセルフケアによって、便秘解消、美肌効果、冷え性改善、代謝アップ、睡眠の質の向上、思考がクリアになるなど、健康美へ導いていきます。



カッコいい側転やってみよう!



こんにちは、植田コーチです！私は体操が大好きなので、みんなにも体操が好きになってほしいな。今日は、かっこよく側転するための練習方法を紹介します。

おかやまジュニア体操スクール
植田早貴コーチ
6歳から小中高大と体操一筋の学生生活を送り、体操のコーチとして就職する。子どもの理解力やボキャブラリーに合わせて、最適な表現で教えるよう心掛けている。

側転は我流で挑戦したり、保育園や幼稚園でやってみることもあるのでは？　小さいカラダで一生懸命に練習する姿はかわいいものですが、かっこよくできたら自信もつきそうです。そこで、3歳からの子どもに体操を教えるプロに、側転を練習するポイントについて聞きました。



側転はお友達がやっているのを見たことがあるよ。私もできたらいいな。がんばります！

HUG HUG読者モデル
HINATAちゃん

①まずは準備体操

スクールでは柔軟体操やトランポリンを使って「運動するための体づくり」も行います。ここでは側転に関係深いカエルの動きを真似してみましょう。







②ポーズを覚えよう

側転は逆立ちみたいで難しそう？いえいえ、動きを分解して考えれば、少しずつ近づけます。今回は、万歳のスタートポーズ→地面や台に手をつく→ジャンプ→フィニッシュポーズの流れを身体に覚え込ませるため、しっかりと練習していきます。



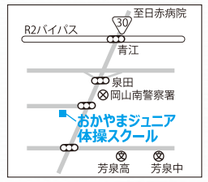








【取材協力】
おかやまジュニア体操スクール
岡山県岡山市南区泉田328-5
Tel. 086-239-1177
Mail. info@okayama-jr.holy.jp



体操は子どもの習い事にピッタリ

走る、飛ぶなどの動きを小さい頃から繰り返し練習することで、「ニブい」とは言われない身のこなしを身に付けることができるそうです。
さらにスクールではとっさの時に受け身をとれるように導いていくので、大きなケガもしにくくなるそう。
「少し大きくなって野球やサッカー、ダンスなど、他のスポーツをするときにも体操は必ず役に立ちます」とコーチ。子どもの習い事に体操を始めてみませんか。

③完成形に近づけよう



STEP1 手をつく台を低くする

感覚がつかめたら、実際の側転に向けてステップアップしていきます。まず、手を置く台を低くします。足が上がりにくい場合は飛び越えるように伝えて適当な障害物を置きましょう。最後は、すべての補助用具をなくし、側転は完成です。



STEP2 足側に障害物を置く

飛び越えるべき障害物を置きます。レベルに合った高さに調整を。



STEP3 補助器具なしでやってみよう



新しいことを始めよう! 新春 習い事特集

もうすぐ新年度! 新生活のスタートに合わせて、今から始めてみませんか?

新年度を間近に控え、各習い事施設では、春からのキャンペーンが始まります。オトクな無料体験や1日体験授業に参加して、お子様に合った習い事を探してみましょう。

子どもの習い事 徹底調査

子どもたちの習い事事情のあれこれをご紹介。習い事を選ぶ際の参考にしてみては?

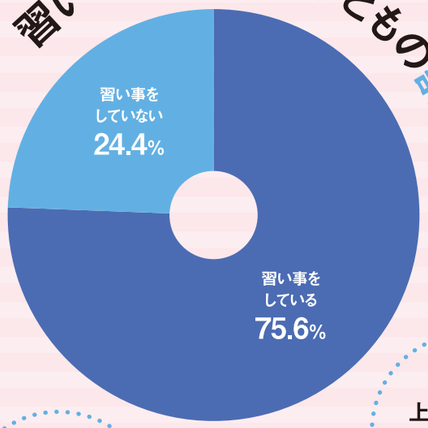




〈参考資料〉
平成29年 第7回21世紀出生児縦断調査

習い事をしている子どもの割合

幼稚園・保育所に通っている子どものうち

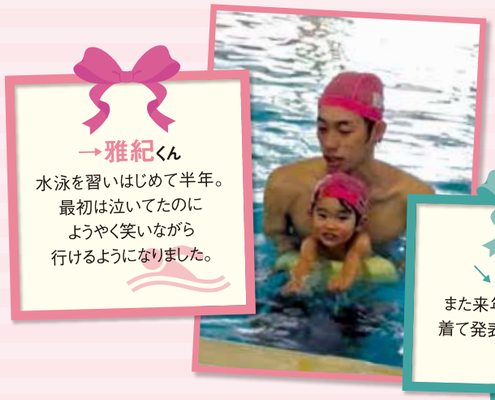


幼稚園の子どものうち **83.5%**

保育所の子どものうち **67.5%**

年齢が上がるにつれ習い事をする子は増加↗

平均すると、就学前の子どものうち、大体4人に3人は何らかの習い事に通っているようです。特に、幼稚園に通う子どもだと、習い事をしている子の割合はなんと8割以上! 習い事施設の先生やお友達と会うことを楽しみにしている子も多いのでしょうか。



→雅紀くん
水泳を習いはじめて半年。最初は泣いてたのにようやく笑いながら行けるようになりました。

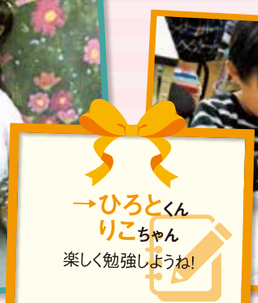


↘梨瑚ちゃん
また来年も可愛いドレス着て発表会頑張ろうね♡





←陽翔くん
このゴールは俺がまもるんよ!ってポーズカッコいいよ!^_^



→ひろとくん りこちゃん
楽しく勉強しようね!

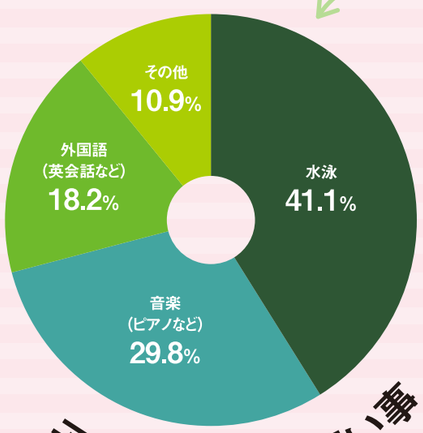


↙環南ちゃん
年中さんから日舞を習ってます。いつも大舞台でお客さんにもの怖じすることなく踊りを披露できて凄い!



↑迅くん
まだ初めたばかりの空手だけど頑張ろうね

子どもに人気の習い事



子どもの習い事の1番人気は水泳。ここ数年は不動の1位になっています。2位以下は、男の子と女の子で傾向が変わってきますが、どちらも安定して高いのは、英会話などの外国語。将来必要になる語学力を、今から身に付けさせておきたいという親心がうかがえます。

	1位	2位	3位	4位	5位
男の子	水泳	サッカー	外国語	通信教育	学習塾
女の子	音楽	水泳	外国語	習字	ダンス

どんな習い事をしたがるかな?



その他にも**そろばん・絵画・武術**なども人気

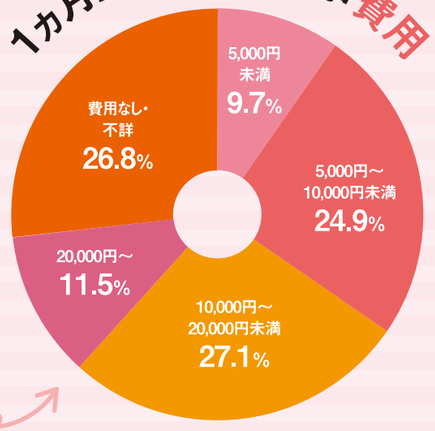
次ページからは岡山・香川の習い事施設を紹介します!

1カ月当たりの習い事費用

家計にムリが出ないように……



平均すると1カ月当たり **12,000円**



習い事費用や保育料、学費なども含めた子育て費用が高い家庭ほど、習い事費用も高くなる傾向があります。習い事の種類によって、かかるお金は大きく変わりますが、平均12,000円は前回の調査から動かず。大体の目安と考えていいようです。



↑↓玲桜奈ちゃん
初めての発表会、両手で演奏しました。いつも楽しく練習しています。



→小晴ちゃん
暑い日も、寒い日も頑張ってるね(*^^*)
女剣士カッコいいよ!







↓桜子ちゃん
真面目に教室に通って、初めての特選!
これからも頑張ってね♪



↑紗英ちゃん
ミニバスを頑張ってます。
「大好きな仲間やコーチと一緒に、強くなれ!」

↑迅くん
ボーイスカウトでいっぱいいろんな体験してね

岡山県 岡山市 | 香川県 高松市 | 3歳〜大人

Chihiro's カンパニィー

Chihiro's カンパニィー
岡山本校&高松校 新規生徒募集中!!



岡山本校 高松校

初めての方も大歓迎 無料体験レッスン 随時受付中!!

お電話またはホームページ内問い合わせフォームより お申し込みください。

Chihiro's カンパニィー㈱
Tel 086-364-4488
〈受〉9:00〜19:00 ★駐車場有り
【岡山本校】岡山市北区下中野348-103
【高 松 校】高松市太田下町2020

レンタルスペース
2F earth room
利用料金(税別) 1時間 1,500円 / 1日 12,000円
〈使用用途〉
各種講座・作品展示・サークル活動 等







香川県 高松市 | 幼児 小学生

LINK SPORTS LABO リンクスポーツラボ

「楽しい!」「できた!」がいっぱい! 秘めた才能や可能性見つけよう。目指せ未来のスーパースター!



オリンピックイヤーだよ! 始めよう!
ウルトラ体操 ULTRA GYM 新年度会員募集!!



無料体験会:3/1(日)・8(日)
会場:リンクスポーツ三条ラボ
(親子コース9:00〜／幼児コース10:10〜／小学生コース11:20〜)

体操器具を使いながらアクロバット、エアリアルなどの非日常的な動作を取り入れ、運動に必要な感覚や身体の使い方を覚え、楽しみながらお子様の「できた!」を通して、自信を育てる克服型スポーツ活動です。もちろん他のスポーツとの相乗効果も期待できます。

ウルトラ親子コース	2・3歳児	45分	火・金	6,000円〜
ウルトラA/Bコース	年少〜年長	60分	火・金・土	8,000円〜
ウルトラCコース	年長〜小3	60分	火・金・土	9,000円〜
ウルトラDコース	小1〜小6	70分	火・金・土	10,000円〜

春休み短期集中レッスン開催!!

3/25(水)〜27(金)
3/29(日)〜31(火)
対象:年少〜小学3年
3日間コース7,500円〜

忍者ナイン 3日間コース 9:00〜
ウルトラ体操 ULTRA GYM 3日間コース 10:30〜
忍者ナイン + ウルトラ体操 ULTRA GYM MIX6日間コース
よりお選びください。希望日のみの参加も可能です。

短期間でさまざまな運動を通して基本的な体の使い方を学ぶチャンス! たくさんの友達と繋がりながらお子さまの「好き」や「得意」を見つけてみませんか?

春休み短期集中レッスンご参加の方全員に 記念バッチをプレゼント

無料体験会ご参加の方全員にウルトラ体操缶バッチをプレゼント
さらに、3月中にご入会の方にウルトラ体操Tシャツをプレゼント

リンクスポーツラボ
代表
Tel 087-802-8208
インストラクター直通
Tel 090-4788-1086
香川県高松市上天神町371-1
(ゆめタウン南館すぐ隣)
〈開〉10:00〜19:30
〈休〉日・祝 〈P〉8台
linksportslabo@gmail.com
リンクスポーツラボ 検索







岡山県 岡山市 | 岡山県 倉敷市 | 岡山県 赤磐市 | 岡山県 玉野市 | 香川県 高松市 | 1歳〜小学生

ヤマハ音楽教室／ヤマハ英語教室

「音楽」も「英語」もヤマハ
まずは体験教室へ! 日程、コース詳細はホームページから♪





©YAMAHA MUSIC FOUNDATION ©KAERUCHAN OFFICE

Yamaha Music School ヤマハ音楽教室

ヤマハ英語教室 Yamaha English School

Power of Music
たのしいが、いちばん、身につく。

子どもは楽しいことで、どんどん伸びる。ヤマハ音楽教室が大切にしているのは、「こころ」と「からだ」の発達段階に合わせたレッスンで、“楽しみながら”学べること。それが、演奏力・表現力・創造性など、さまざまな力を身に付ける、近道です。

1歳児のための	ドレミらんど らっきークラス	五感を通して感受性を育みます 親子一緒の楽しい時間を
2歳児のための	ドレミらんど ぷっぷるクラス	親子で楽しく遊びながら、全身で音楽を感じます
3歳児のための	おんがくなかよしコース	はじめての鍵盤体験 音楽は楽しむ心を育てます
4.5歳児のための	幼児科 ※春のみの開講となります	聞く力を伸ばすことで、弾けるように音楽基礎力を養っていきます
小学生のための	ジュニアスクール 基礎コース!!	音楽を楽しみながら鍵盤演奏の基礎力を育みます

子どもの発達段階に合わせて、最適な方法で、大きく伸ばす。ヤマハの適期教育。

幼児期は、感覚的に英語が身に付けられる独自に書き下ろした曲で、楽しみながら英語特有の音とリズムを身体に染み込ませます。小学生では、話す、書く、という「英語で発信する力」の基礎を作り、自分の言葉として実践的に使える英語力を養います。

1歳児のための えいごであそぼ	2歳児のための リズムポケット
1歳児とお母様が「遊び」を通して楽しく英語を体験するコースです	英語の音・リズムを経験し、保護者の方といっしょに「言える」へ
3歳児のための ポップコーントーク	4.5歳児のための トーキッズ TALKids
英語の音・リズムを身につけ、1人で「発語する」へ	「歌う」から「話す」への、英語でコミュニケーションする力の基礎を養います
小学1.2.3年生 Basic	小学4.5.6年生 Progress
日常生活に身近な英語表現と語彙をシチュエーションに合わせて自分の言葉に	「聞く」「話す」「読む」「書く」力を総合的に伸ばします

＼音楽教室 新規ご入会で／
ぷっぷる&ケロポンズ クーラーバッグ プレゼント!



＼英語教室 新規ご入会で／
英語教室 レッスンバッグ プレゼント!



2019年7月 新オープンしました!

ミュージックアベニュー岡山
Tel 086-223-0793
岡山市北区駅前町1-1-1ビックカメラ4F
〈開〉10:00〜21:30(日〜18:00)
〈休〉祝日



ミュージックアベニュー倉敷
Tel 086-426-9555
倉敷市田ノ上1012番地1-2F
〈開〉10:00〜21:00(土日9:00〜)
〈休〉祝日



ミュージックアベニュー高松
Tel 087-822-3083
高松市丸亀町1-1
高松丸亀町壱番街 東館3F
(開)10:00〜21:00(日〜18:00) 〈休〉月・祝



(株)ヤマハミュージックリテイリング

※上記以外にも12会場あります。

岡山県 岡山市 | 幼児 小学生

英語学童 Sunshine English Academy

学童保育 **大元小学校・鹿田小学校学区対象!**

Let's join us!! わくわくイングリッシュワールド



小学生英語コース（1レッスン75分）			
	週1回	12,350円	・Beginners Class ・Intermediate Class ・Advanced Class ★宿題やります ★おやつ有り
	週2回	18,500円	
	週3回	23,680円	

2020年4月開校 **新規ご入会の方 入会金11,000円を**
1月中→免除/2月中→半額/3月中→30%OFF
2/9(日)・3/15(日)体験会開催(要予約) 詳しくはお問い合わせください。

海外体験 春休みを利用して海外体験へ! 2019年はオーストラリアの国際都市シドニーでわくわく海外体験を実施しました! ウォークラリーや動物園、ビーチ散策など楽しく英語を使いました。

Sunshine English Academy
Tel 050-3690-0523(担当:小林)
岡山市北区東古松485-4 2F
〈P〉有 ★車での送迎あります(有料)
sunshine.eigo.academy@gmail.com



岡山県 岡山市 | 岡山県 倉敷市 | 0歳～幼児

Music Together Zoom-Zoom!

楽器を習う前に音楽力を育む! 0歳からの親子教室 アメリカ発祥! Music Together®



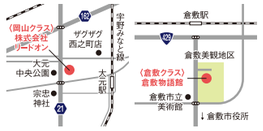
Music Together®は、世界40ヵ国、3,000以上のコミュニティに愛されるアメリカ発祥の音楽プログラム。この秋、倉敷クラスが岡山県下で初開校を果たしました。さまざまな言語と共に、Jazz、ラテンなど多様なジャンルの音楽に触れ、子どもの感性を育てるレッスンは、大人もリフレッシュできると人気です。リトミックとも英会話教室ともひと味違った、Music Together 独自の世界。ぜひ一度親子でご体感ください。

体験レッスン 定期レッスンも、曜日・場所・開始時間は同じです。

岡山クラス デモクラス		倉敷クラス オープンデー ※実際のクラスに入ってご体験いただけます。	
日時	2/24(月振)11:00～12:00	日時	2/11(火祝)10:00～11:00
場所	㈱リードオン 2階	場所	倉敷物語館 多目的ホール
定員	先着8組	定員	先着6組
料金	500円(HUG HUG料金)	料金	500円(HUG HUG料金)

Music Together®
お申し込みはHPへ

〈岡山〉岡山市北区西古松西町8-18
〈倉敷〉倉敷市阿知2-23-18



岡山県 岡山市 | 幼児 小学生

English Rose International School

ネイティブな英語環境で遊んで学べる♪ みんなのインターナショナル保育園

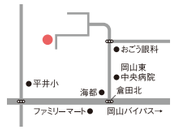


保育時間は英語での生活。歌、ダンス、遊びの中で子どもたちは英語をまるで呼吸するようにどんどん吸収していきます。
少人数制だからできる個別対応もしっかりとしており、延長保育・一時預かりもできる充実したスクールとなっています。

働くお母さんも安心
年中さん以上で延長を希望されるお子様には、小学校入学へのフォローとして日本語のプログラムをご用意しています!

対象	1～6歳のお子様（1歳のお子様は歩行ができることが条件となります。）		
保育時間	8:30～14:00	延長保育	14:00～18:00

English Rose International School
Tel 086-806-2389
岡山市中区平井3丁目983-1 1F
English Rose 岡山 検索



岡山県 岡山市 | 5歳～小学生

美煌書道教室

昨年9月OPEN。便利な立地でママも嬉しい♪



「ブランチ岡山北長瀬」内にオープンした5歳から通える書道教室。字を楽しみながら書き、集中力を身につけたいお子様におすすめです。講師は若き女性ながら、世界で活躍する実力派で月ごとに季節に沿った小物などが制作できる当教室オリジナルな内容もあります。これからの書道の可能性を感じられる新しいタイプの書道教室です。

コース	月謝	入会金
硬筆コース	3,000円(税抜)	1,000円(税抜)
硬筆&毛筆コース	3,500円(税抜)	2,000円(税抜)
美煌書道教室オリジナルコース	3,600円(税抜)	2,000円(税抜)

■対象:5歳～小学6年生 ■レッスン日時:水曜・木曜(16:00～18:00)

1回無料レッスン体験受付中!
事前予約が必要です。はじめてのお子様も大歓迎!!

駐車場通常1時間無料
書道教室利用者 +1時間(計2時間)無料

美煌書道教室
Tel 090-7135-3066(10:00～20:00)
岡山市北区北長瀬表町2-17-80
ブランチ岡山北長瀬ハッシュタグ内
美煌書道教室 検索



香川県 高松市 | 幼児～高校生

DINGHY CLUB

ロコミで開講31年の英語教室!

女性講師が整った環境でオリジナルなレッスンを提供します。
兄弟姉妹生の高いリピート率と英語方面で多数活躍する卒業生も自慢です。
幼児向け英語絵本タイムも無料で行っています。お気軽に問い合わせください。

体験レッスン3回無料
1クラス4名程度の少人数制
曜日・時間はお気軽にお問い合わせください。
(レッスンスケジュールは毎年変更しています)

幼稚園	40分(月3～4回)月6,000円～
小学生	60～75分(月3～4回)月7,000円～
中学生	90分(要問い合わせ)

DINGHY CLUB(ディンギー クラブ)
Tel 087-868-3808
香川県高松市太田上町384-4
ドラッグストアひまわり多肥上店向かい



FUJI-ENGLISH-HOUSE
DINGHY CLUB
SINCE 1988 IN OTA

岡山県 岡山市 | 岡山県 倉敷市 | 岡山県 早島町 | 幼児 小学生

リトミック研究センター認定教室「音色こずみっく」

見えない力がたくさん身に付くリトミック!



お友達・お母様とのレッスンの中で、挨拶・順番・お片付けなどを楽しく覚えながら音感・集中力・想像力を身に付け、自己肯定感を高めていく3歳クラスまでのレッスン。4歳クラスより縫いさ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、小学生に上がるまでには2B(HB)でしっかり書けるようになります。指先だけでなく身体全体を使いレッスンをするため、身体の使い方も上手になります。

リトミック研究センター認定教室「音色こずみっく」
Tel 080-6265-7789(講師:黒崎)〈休〉日曜・祝日
[東畦教室]岡山県岡山市南区東畦
[倉敷教室](金曜)岡山県倉敷市大内1237-1
[早島教室](水曜)ゆるびの舎1F練習室 岡山県都窪郡早島町前潟370-1
otoirocosmic 音色こずみっく 検索



3回1,000円 1ヵ月体験実施中!
2/29(土)まで有効

香川県 高松市 | 0歳～小学生

EQWELチャイルドアカデミー 高松教室

一人ひとりの個性に合わせた指導で 子どもの未来が輝く「EQ力」を育成





EQWELが大切にしている「EQ力」とは、自己肯定感・やる気・共感力・自制心・やり抜く力などの「心のチカラ」。レッスンには、EQ力を効果的に育むための取り組みがふんだんに盛り込まれています。
高松教室は、いつも笑顔や元気な声でいっぱい! ママと子どもたちが一緒に、リズムとテンポで楽しいレッスンをしています。
★まずはHPから無料体験レッスンをお申し込みください!

2・3月限定 \今だけ/**トライアルレッスン**
1ヵ月分のお月謝(+プリント代)のみで**4回のレッスン**を体験できます!
\さらに/ **3・4・5月度生 入室金無料!!**(4/20までのお申込)

EQWEL チャイルドアカデミー 高松教室
Tel 087-869-9370
香川県高松市林町1563-1
(開)9:00～17:30 (休)日・祝 〈P〉20台
EQWEL 高松 検索



岡山県 岡山市 | 女性専用 | ベビーキッズ

テレビ出演経験のあるインストラクターが多数所属 コザックスヨガスタジオ岡山

子どもとヨガができるの? ママヨガで心も身体もリフレッシュ

クラスで出会う方々と育児の悩みや日常会話を通じて不安な気持ちをシェアできる場がココにあります! ヨガが初めての方も大歓迎。ゆったりまったり気分転換しましょう。



ヨガインストラクターのNAOKOです。長男出産後にヨガの資格取得。もっとママさんが気軽にヨガができる場所があったらいいなという思いから、マタニティー、産後ヨガの資格を取得。お子様と一緒にヨガで身体を動かしながら心身ともにリフレッシュしていきましょう。







babyクラス 要予約 先着10名
産後ヨガでは体の回復とともに、子育てをしやすい体と心をはぐくんでいきます。

対　象	6ヵ月～1歳半(ママのみの参加OK)
開催日	第1・3・5火曜(2/4、2/18、3/3、3/17、3/31 etc)
時　間	13:30～14:20(50分)

kidsクラス 要予約 先着10名
お子様を抱っこしながらのヨガポーズをとっていきます。スキンシップをとりながら心と体をリフレッシュしていきましょう。

対　象	1歳半～未就園児【3歳】(ママのみの参加OK)
開催日	第1・3・5木曜(2/6、2/20、3/5、3/19 etc)
時　間	13:30～14:20(50分)

初回1,500円(税込)
2回目以降2,000円
(次回ご予約の方に限り1,500円)
1週間前までに お電話にてご予約ください

○持ち物:ヨガマット、汗ふきタオル、お水、お子様用ブランケット、おもちゃなど。※お菓子類はご遠慮願います。○更衣室はご利用できませんので、動きやすい服装でお越しください。
○レッスン中、授乳・ミルクしていただいてかまいません。おむつ替えスペースも用意しております。※おむつは衛生面上お持ち帰りいただきますよう、ご協力の程お願い致します。
○大人1名につき、お子様1名まで

COTHAX YOGA STUDIO

コザックスヨガスタジオ岡山
Tel 086-239-3900
岡山市北区西古松1丁目20-11
〈開〉月～金10:00～22:30 〈P〉有り
コザックスヨガスタジオ岡山 検索



無料駐車場 51台 完備

能開センター2020 新年度生募集

中学受験 新小3・4・5・6生



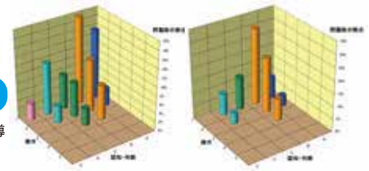
現在、岡山県内で約400組の親子が選んでくれています。

2020 新年度ゼミキャンペーン
新年度ゼミをお申し込みの方は 今なら入会金22,000円(税込) **全額免除!**

43年の感謝を込めて **親子二世代割**
能開センターのOB・OGのお子さまで通常ゼミにお申し込みの場合
2020年度ゼミ授業料 **10%割引!!** 実施中

能開の学習指導は“入試分析”から。

”精緻”で”客観的”な分析が合格を決める!



能開では、過去43年分の膨大な成績データに基づき”精緻”で”客観的”な入試問題と合否の分析を行っています。それらの分析結果は、教室での指導はもちろん、テキスト・ノート指導など具体的指導に反映されます。だから能開は、子どもたちを確実に”合格”へと導くことができるのです。



能開の指導 その1 オリジナルテキスト



受験校の入試問題には、それぞれの「合否分岐問題」があります。能開のオリジナルテキストでは、入試分析を基に「合否分岐問題」をレベル別に配置。限られた時間の中で合理的に学力を伸ばすことができるシステムが具現化されています。



能開の指導 その2 思考整理のノート指導



まずは 能開の授業を 体験してみよう!



新小5生(現小4生) 気になったらまず体験!

能開のワンデイ体験 どなたでもご参加いただけます。 参加費無料

国立・県立中受験総合コース体験

■対象／新小5生(現小4生)
■日程／2/1(土)・22(土)・29(土)・3/14(土)
※上記いずれかの日程をお選びください。

上記の詳細・お申し込みはコチラから!

新小3生(現小2生) いきなりは不安だから、ここから準備!

新学年準備講座開講!! 全3回



■日程／2/8(土)・15(土)・22(土)

新小3生は3月より新年度ゼミスタート!

上記の詳細・お申し込みはコチラから!

今がチャンス!! 新学年のスタートは学習状況のチェックから!!



2/8(土) ■時間／10:00〜12:00 新小6生対象

まずは志望校との距離を知ろう! 受験料無料

県立中高一貫校適性検査模試

■対象／新小6生(現小5生)

岡山操山中・岡山大安寺中・倉敷天城中・津山中受検対策専用の模擬試験です。

上記の詳細・お申し込みはコチラから!

2/16(日)

現学年の課題を発見! 受験料無料

ワオ!の公開学力テスト

■対象／新小2・3・4・5・6生、新中1生(現小1〜6年生)

全国レベルで学力の総チェック!

上記の詳細・お申し込みはコチラから!

岡山県の入試・受験指導は能開にお任せください



県外受験はもちろんのこと、岡山で40年以上の指導実績を持つ能開だからできる質の高い「入試情報」「入試分析」を是非お確かめください。

2/27(木) 定員600名 参加費無料

実績No.1だから見える合格分岐点を分析!

岡山県立中学入試分析会

【1月20日(月)より受付開始】

■会場／おかやま未来ホール(イオンモール岡山5階)
■対象／県立中学受検に関心をお持ちの保護者の方

岡山操山中学校・岡山大安寺中等教育学校・倉敷天城中学校・津山中学校の2020年度入試を分析します。

◎ホームページからお申し込みください。※定員に達し次第締め切りとさせていただきます。

3/4(水) 定員600名 参加費無料

40年以上の指導実績から見るこれからの出題と傾向の分析!

有名国・私立中学入試分析会

【1月27日(月)より受付開始】

■会場／おかやま未来ホール(イオンモール岡山5階)
■対象／県立中学受検に関心をお持ちの保護者の方

岡大附属中学・広大附属福山中学・岡山白陵中学・就実中学の2020年度入試を分析します。

◎ホームページからお申し込みください。※定員に達し次第締め切りとさせていただきます。

能開センター

お問い合わせはWebサイトまたはお電話で!
総合受付 フリーコール **0120-13-3759**(いざみな合格)

お問い合わせ・資料請求はコチラからもできます↓
能開 岡山 検索

受付時間(土・日・祝休み) 11:00〜18:00

岡山県の能開センター

岡山校／津島校／大元校／倉敷校
大高校／茶屋町駅前校／芳泉校
高島校／邑久校／新倉敷駅前校
総社校 皆さまのご来校をお待ちしています!

岡山県岡山市 岡山県倉敷市 幼児〜中学生 ものづくりで学ぶ教室 クレア・クラ

レゴブロックを使った「問題解決能力」を育てる新しい学び





ファンタイムクラブ(4回コース)開催! 親子で参加!

「ファンタイムクラブ」は、通常開講していない2歳6ヵ月〜3歳を対象とした、初めての習い事にぴったりのコースです。

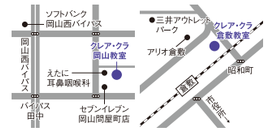
場所・開催日時	岡山教室 2/4・11・18・25(火)		倉敷教室 2/6・13・20・27(木)
時間	10:30〜11:30	対象	2歳6ヵ月〜3歳
料金	5,000円(4回)	定員	各教室7組

レゴブロックを教材に、遊びの中で“自ら考える習慣”を育てます。子どもたちは、ものづくりを通してこれからのクローバル社会で必要な「問題解決能力」を育みます。現在、3歳から中学生までの生徒たちがそれぞれの年齢に応じたコースで学んでいます。

※通常のクラススケジュールについては各教室へお問い合わせください。

クレア・クラ

岡山教室 Tel 086-239-3610 岡山市北区問屋町21-103
倉敷教室 Tel 086-424-6111 倉敷市寿町1-36
クレア・クラ 検索



岡山県岡山市 幼児小学生 ももたに体操スクール

2020年4月より問屋町で体操スクール開設!



キンダー	4〜6歳	週1回	16:15〜17:05(火) 10:55〜11:45(土日)	5,000円／月
キッズ	6〜12歳	週1回	17:15〜18:15(火水) 9:45〜10:45(土日)	6,000円／月

★入会金5,000円／年会費3,000円

3月無料体験より入会の方 ユニフォームプレゼント

3/18(水)・21(土)・22(日)・24(火)・25(水)・28(土)・29(日)・31(火)

HUG HUG特典 入会金5,000円無料

Momotani Gymnastics school

Tel 080-6213-0564
岡山県岡山市北区問屋町23-101
〈問屋町教室〉スタジオバース問屋町スタジオ2階



岡山県岡山市 年長 進学塾イーサス

そろばん・硬筆・算数がひとつになった。



1年後、小学校で輝く君になる
リトルスター
詳しくはWEBで。



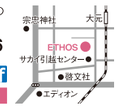
年に1度の 入会金0円キャンペーン! 2/29(土)まで

リトルスター ジニアスそろばん 習字の筆っこ

各種問い合わせ・申込みは左記の受付時間内にお電話ください。
TEL 086-250-4816

岡山市北区下中野313-101(2階)
〈受付〉14:00-21:00 〈休〉日曜

Webで授業風景公開中! 進学塾イーサス 検索



岡山県岡山市 岡山県早島町 0歳〜幼児 わらべうたベビー・キッズマッサージ教室「cherish」

ママの優しい歌声を聞きながらのベビー・キッズマッサージは子どもたちにとってもママにとっても幸せのひととき。リトミックとダブル受講できるのは岡山県ではここだけ。
親子カフェなどでのクラフトつき教室も毎月開催。
保育士経験を生かした季節の行事は大好評です♪
0歳〜5歳児まで在籍中。詳しくは問い合わせください。



わらべうたベビー・キッズマッサージ教室「cherish(チェリッシュ)」
Tel 090-4651-9122(佐伯)

毎月開催♪
岡山教室……第3木曜日(岡山西コミュニティハウス)
早島教室……第3金曜日(早島西コミュニティーセンター)
Umeno教室……第4金曜日(岡山市中区乙多美394)

岡山県岡山市 子ども大人 光森ピアノ音楽教室 大多羅教室

グランドピアノで楽しくレッスン♪ リトミック、ピアノでお子さんの才能を開花!



身体全体で音楽を楽しみ、遊びながら、あらゆる能力を引き出してくれるリトミック。お子さんの心も身体も豊かに成長していきます。ピアノも各コースあり、同教室では現在、150名の方がレッスン中。大人も子どもも夢が膨らむ音楽教室です! ピアノのレンタル(月々1,000円)もあるので自宅にピアノがなくても気軽に始められます。全コース個人レッスンです。

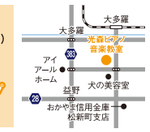
☆月謝6,000円〜(税別、年44回、月平均4回)

無料体験・入会金無料 まずはお気軽にお電話ください。

光森ピアノ音楽教室

Tel 086-943-772
岡山県岡山市東区大多羅町76-10
〈開〉10:00〜21:00
光森ピアノ 検索

ピアノ販売・買取 レンタル(1,000円/月) 移動・調律も受付中!! 買取30%アップ強化中!



色タイプ別の特徴とやる気を引き出す声かけ

「さっきまでやる気だったのに……」「なんて声をかけたら?」と、子どもの気持ちで悩んでいませんか?
そこで今回は、カラーセラピストのうめがき先生に、子どもの心の状態を色で表す分類の方法と、
それぞれの色の子どものやる気を引き出すための声かけの仕方についてアドバイスをいただきました。



Sunny Spot Clover
うめがき りえ先生
男の子2人の母。岡山市、瀬戸内市、備前市を中心に、さまざまなカラーセラピーのセッションを行っています。



レッド タイプ

やる気に燃えて絶対にやってやる! と周りが見えなくなるくらいの頑張り屋さんです。



ピンク タイプ

レッドのやる気で頑張ってきたけど、今は頑張るエネルギーが不足中。だから、いつもは自分でしていることも「ママやってー」と言ったり、抱きついたり膝の上に乗ってくるなど甘えてきます。

オレンジ タイプ

いつも前向きで毎日が楽しい! 親しみやすくてコミュニケーションが上手で、みんなから注目されると気持ちが良いです。



イエロー タイプ

好奇心旺盛でいろんなことに興味があるため落ち着きがないように見られます。一人は寂しいのでみんなと一緒に楽しむのが大好きです。



ブラック タイプ

今はそっとしておいて、近寄らないで! 周りとの間に壁を作って、入って来ないように威嚇しています。



あなたの子どもは何色でしょうか?

色別の特徴

character

グリーン タイプ

周りの雰囲気を察するのが上手です。周りの様子を見て、どんな発言をして、どう動いたらいいのか考えてから行動します。



ホワイト タイプ

結果がダメだと分かっているなら最初からやりません。やるからには完璧な結果を求めるので、合格点でないものや失敗はなかったことにします。



パープル タイプ

気の合わない人といるのは苦痛です。自分の好きなことに没頭している時間が何より大切です。



ライトブルー タイプ

ブルーの「きちんとちゃんとしなきゃ」と自分で自分を縛っていたのが窮屈になり、自分を解放して、とにかくのんびりしたい! 髪がボサボサでも一日中パジャマでも気になりません。ボーッとしていたいのです。

ブルー タイプ

約束、時間、ルールは守るべき! 何事もきっちり、しっかり、ちゃんとします。



ピンク タイプへの声かけ

甘えてやる気の充電中です。優しい言葉やスキンシップをとることでやる気を取り戻せます。



オレンジ タイプへの声かけ

今よりも上を目指すための努力を一緒に喜ぶとやる気もUPします。



レッド タイプへの声かけ

一生懸命に頑張っている子どものサポートに徹し、頑張りを言葉でしっかりとねぎらいましょう。



イエロー タイプへの声かけ

気が乗らないと勉強できないため、勉強も楽しみながらすることを理解しましょう。



やる気を引き出す声かけ

message

自分のペースでいいからね

志望校目指してがんばろう!

グリーン タイプへの声かけ

焦らされるとストレスとなるので子どものペースを尊重しましょう。



ブラック タイプへの声かけ

何かに傷つき、これ以上傷つきたくないと周りと距離をとり自分を守っています。何があったのか心配になりますが、今は、あれこれ聞くことはせずにそっと見守りましょう。



ブルー タイプへの声かけ

計画通りにしたい気持ちを尊重し、急な変更はなるべく早く確認をとるようにしましょう。



ホワイト タイプへの声かけ

真剣に勉強に取り組んでいることを理解し、今以上の成果を求めたりせずにできているところを認めた声かけをしましょう。



パープル タイプへの声かけ

自分のやり方での勉強にこだわりがあるので、子どものやり方を理解して見守りましょう。



ライトブルー タイプへの声かけ

緊張からやっと小休憩できているので、しばらく見守りましょう。



うめがき先生より

子どものやる気を引き出す声かけは何色でしたか?
この色別の意味を注意点として関われば子どもへの声かけも変わります。
ですが、これはあくまで自分からの見方なので、
我が子はこの色だ! と決めてかからないでくださいね。
人の心はカラフルで、相手や状況、環境で表す色は変わります。
お子さんとのズレを感じたら何度でも修正できます。
もっと子どものことを知りたい、具体的に関わり方を知りたい、
自分自身を知りたい方はいつでもご相談ください。
子どもの心に寄り添うあなたの心に寄り添い応援します。



Sunny Spot Clover
色彩心理学CUBIC／色彩心理学CUBICパステルアート
ハッピー子育てカラーコミュニケーション「キュービック・マム」
色彩心理学CUBICカラーメンタリング®
アドラー心理学ワークセミナー

カラーメンタリズム
色を使って望み通りの人生を手に入れる!
飯田 暢子／著　株式会社 フラックス.　2017.6.24
https://flax-cubic.com/
自分と相手の色キャラを知ればコミュニケーションの悩みもスッキリ解決!

CREATIVE STUDIO
HOC × INNOCENCE
presents

my favorite collection

THEME：MATERNITY | chapter.7

01 MEGUMI&YURI
age2





01

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、毎号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。

02 EMIKO&KANNA
age1





02

03 YUKARI&TATSUYA&SORA
age1



03



04 RINA&HARUHITO
age2





04

05 YUMI&KENTARO&YUTO
age2



05



あなたも誌面でモデルデビュー!!

モデル出演登録は、45ページにあるQRコードから空メールを送って登録してね♡
撮影が行われるINNOCENCEでは、ヘア、メイク、衣装の全てをプロのスタッフがお手伝い。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１５−１０１
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〉



蕾禾（らいか）ちゃん（5ヵ月）

これからもたくさん
笑って過ごそう☆



かのんちゃん（2歳未満）

いつも大好きだよ!



結愛（ゆあ）ちゃん（8ヵ月）

いつも笑顔をありがとう♡♡
すくすく元気に育ってね!



弘成（こうせい）ちゃん（6ヵ月）

キャッキャ!
今日も元気いっぱいだねー!



唯愛（ゆな）ちゃん（2ヵ月）

元気にすくすく育ってね !!
皆に癒しをありがとう♥



陽太（ひなた）ちゃん（1歳）

「はい、ポーズ」が出来るように
なりました☆



音花（おとは）ちゃん（3ヵ月）

元気よく育ってね☆



芽依（めい）ちゃん（4ヵ月）

いつもニコニコ笑顔のめいちゃん♡
これからもよろしくね。



瑛翔（えいと）ちゃん（7ヵ月）

4ヵ月から顔面ズリバイする
スーパー赤ちゃん♡



藍仁（あいと）ちゃん（4ヵ月）

可愛い笑顔をありがとう。



悠希（ゆうき）ちゃん（4ヵ月）

カワイイ笑顔★
毎日幸せをありがとう♡



凛（りん）ちゃん（11ヵ月）

我が家の怪獣リン・ゴジラ♡



真紘（まひろ）ちゃん（1歳）

イタズラ大好きやんちゃ盛り。
元気が1番だね。





紅葉（いろは）ちゃん（2歳未満）

ラムちゃんコスチュームが
お似合い♡



菜乃（なの）ちゃん（5ヵ月）

かわいいなのちゃん♡



咲登（さくと）ちゃん（1歳）

いつも優しく笑顔のさくちゃん
大好き♡!



桃士（とうし）ちゃん（8ヵ月）

すくすく元気に育ってね♪

祥汰（しょうた）ちゃん（1歳）

かわいいかわいいしょうちゃん☆
すくすく大きくなあれ♪

朝陽（あさひ）ちゃん（1歳）

可愛いあっくん♡ いつも
ニコニコ癒しをありがとう(^^)

遥大（はるた）ちゃん（9ヵ月）

すくすく大きくなってね!

晴（はる）ちゃん（1歳）

毎日元気いっぱい楽しいね♪

翔真（しょうま）ちゃん（7ヵ月）

小さい歯が生えてきたしたね

芽依（めい）ちゃん（7ヵ月）

パパとママの宝物だよ

敬大（けいと）ちゃん（6ヵ月）

いつも笑顔をありがとう。
私たちの癒しだよ。

潤ノ助（じゅんのすけ）ちゃん（5ヵ月）

寝返り成功!
これからもすくすく育ってね!

明凛（あかり）ちゃん（9ヵ月）

いつも笑顔をありがとう

櫂（かい）ちゃん（6ヵ月）

いつも笑顔をありがとう

葵士（あおと）ちゃん（9ヵ月）

あおくん元気に
すくすく育ってね

いろはちゃん（1歳）

おませで毎日楽しいよ!

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



完全予約制

スタジオまたは美容室で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（台紙付き）（焼増は20％OFFとなります）

FKプリント	1枚	4,100円（税込 4,510円）
F六プリント	1枚	5,100円（税込 5,610円）
F四プリント	1枚	5,980円（税込 6,578円）

トータルスタジオ フォセット www.fossette.jp

※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裳・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500円（＋税）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頂きます。

まずはご予約!

ネット予約なら 24時間 いつでもOK!

今すぐGO!



しずくちゃん（5ヵ月）

笑顔が可愛いしずくちゃん♥
いっぱい食べて大きくなってね♥



久登（ひさと）ちゃん（6ヵ月）

たくさん笑って元気いっぱい
大きくなろうね☆



洸希（こうき）ちゃん（7ヵ月）

みんなのアイドルこうきくん♥ い
つも癒やされてます! ありがとう♪



美緒（みお）ちゃん（2ヵ月）

生まれてきてくれてありがとう。
成長が楽しみ。



結人（ゆいと）ちゃん（1歳）

ゆいくん♥ 大好きだよ～♥♥



輝（ひかる）ちゃん（9ヵ月）

食べるの大好き♡
大きくなーれ♪



暁都（あきと）ちゃん（10ヵ月）

元気にすくすく大きくなあれ♪



颯（はやと）ちゃん（2ヵ月）

我が家の癒し♡ だーいすき!



美咲（みさき）ちゃん（9ヵ月）

お兄ちゃんと仲良く元気に
大きくなってね♡



日菜（ひな）ちゃん（7ヵ月）

とっても好奇心旺盛ガール!
すくすく育ってね♪



幸眞（こうしん）ちゃん（2ヵ月）

小さな幸せたくさん見つけて
いこうね! 大好きだよ♡



翼（つばさ）ちゃん（7ヵ月）

いつも笑顔をありがとう♡
大好きだよ♡



紗千（さち）ちゃん（7ヵ月）

我が家のかわいい宝物3号の
紗千、大好きだよ!



志葵（しき）ちゃん（3ヵ月）

これからもっと色んな所へ一緒に
行こうね。家族みんなしきラブよ♥



寅誠（とらまさ）ちゃん（1ヵ月）

寅のように強く、誠実な男の子に
なってね!!



渚央（なお）ちゃん（8ヵ月）

これからも元気に育ってね♡

ご応募に関する諸注意

以下のような場合は、お写真を掲載させて頂けない可能性があります。

□お写真やお名前など、必要なデータが抜けている場合
（メールをお送りいただく前に、写真のデータが抜けていないか再度ご確認ください）
□添付データの容量が過度に大きい場合（添付が認識されない恐れがあります）
□応募期間を超えてからお送りいただいた場合（次回以降の掲載とさせていただきます）
□件名が空欄だったり、過剰な文字装飾が施されていたり、複数の画像データを添付するなど、データに不備があった場合（迷惑メールと認識される恐れがございます）
□2歳の誕生日を超えている場合は応募を受け付けることができません。予めご了承ください。

4月号の写メを掲載させていただいた方全員に
生後6ヵ月のハーフバースデー、1歳・2歳のお誕生日に使える

F六サイズ写真（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。



TOTAL STUDIO FOSSETTE presents

HUG baby（はぐべび）PHOTO STUDIO

たくさんのご応募
ありがとうございました♪



4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2月末までです。

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!!

vol.05

子どもの才能を伸ばす上手な褒め方・叱り方

子どもの才能を伸ばす上手な褒め方ですが、家族で応援することも大切です。『褒めて育てよ』という言葉がありますが、これはまったくその通りです!!

ただ、現実はそうとばかりは行きません。しかし、家族全員で応援していると色々な声をかけることが可能になります。

高橋大輔君の場合は、いつもお兄ちゃんたちが気分転換の遊び相手。お祖母ちゃんは「大丈夫? 頑張っとるねー」と心配。お母さんは、大輔君が上手くいかない時に「大が悪いんだからしょうがないよ」と。お父さんは、トレーナーのように体を触って癒す。「道具を大事にしない人は上手になれないぞ」が決まり文句。叔母さんたちは、「かっこいい衣装だねえ」とおだて役。

とにかく小学生時代は特に、だれかれとなく声をかけてもらっていました。家族は、最強の応援団なのです!

我が子を褒めるのが苦手な方には、「ママ友タッグ」をお勧めします。お互いの子どもを見て褒め合うのです。ママ友がこう言ってくれたと伝えるのも手です。

「○○ママが、上手くできてた! かっこよかった! と言ってくれたよ。嬉しかったよ」。これなら、他人の口を使わせてもらうので照れずに褒められます。

字のきれいな子にと願っていたら、何かにつけ「きれいな字ね」とほかの文字が汚くてもとにかく「きれい!」の連発がお勧めです。子どもがいる前で、家族にむかってその子のことを褒めるんです。耳ダンボで聞いて、心の中で喜んでいますよ。その逆、苦言はNG!! 絶対ダメです。

ダメなことこそ、本人の前でちゃんと伝えることが大切。「○○は上手だよね。ここもう少し頑張ってくれたら嬉しいな。」と良いこととセットで話すと響きやすいです。褒め術をたくさん見つけて、実行してみましょう。



佐々木 美行
SASAKI MIYUKI

倉敷フィギュアスケーティングクラブ監督。岡山県スケート連盟フィギュア部長。
小学校教諭として勤務しながら、クラブ立ち上げから26年間、運営と指導に力を注いでいる。現在62歳。

倉敷FSC・クラブ員大募集!!
高橋大輔選手、田中刑事選手を輩出した倉敷フィギュアスケーティングクラブで一緒に練習しませんか? いつでも見学OK!! 無料体験も実施中です。



ヘルスピア倉敷のアイススケートリンクは、岡山県スケート連盟と提携し、スケート選手の育成に取り組む岡山県唯一の公式リンクです。
公式サイズの通年スケートリンクで、フィギュアスケート、アイスホッケー、スピードスケート、カーリングなど様々な競技団体の方々にご利用いただいております。

岡山県倉敷市連島町西之浦4141
(倉敷芸術科学大学 ヘルスピア倉敷 加計ヘルスアカデミー 1F)
☎086-444-0887 ㊡9:00～20:00



佐々木先生への質問はこちらから
フィギュアスケートに関する素朴な疑問から教育の話まで、何でも構いませんので聞いてみたいことをご質問ください。
佐々木先生が何でも答えてくれるよ。

質問専用メールアドレス:
planning@hughug-web.com

イオンモール倉敷 MaMaサークル

2月のテーマ
親子で楽しむ冬の部屋遊び♪

Enjoy 親子 club
毎週水曜日開催中!!
パパの参加も大歓迎!

MaMaサークルとは? ママ同士の交流や子育てに役立つイベントを開催中! 是非遊びに来てくださいね♪

体験教室 2月5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。

親子リトミックとんとんぱっ♪

季節の歌を歌いながら楽しく手遊び♪
おはなしリトミックで絵本の世界へ……。

[時間] ①11:00～11:30／②14:00～14:30
[講師] 大橋 綾子先生(ピアノ♪リトミック教室"kiala")
[会場] 専門店2階 キッズプレイス



体験教室 2月12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

手形足形バレンタインカード作り

お子様のかわいい手形足形に動物の絵を描き、お花の形をしたペーパーをデコレーションしてバレンタインカードを作ります。

[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 キッズプレイス



ママのお悩み相談 2月19日(水) 参加無料 定員:なし

子どもと聞きたい♪ お片付けが楽しくなる話

おもちゃの整理・収納のコツ、お財布の中身をスッキリさせる方法など……お片付けのコツを学びます。

[時間] ①11:00～11:30／②14:00～14:30
[講師] ヘイワース幸子先生(整理収納アドバイザー)
[会場] 専門店2階 キッズプレイス



体験教室 2月26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

みんなで作ろう! オリジナルコースター

好きなペイントやフリンジ加工など、世界に一つだけのオリジナルコースターを作ろう♪

[時間] ①11:00～11:30／②14:00～14:30
[講師] 専門店2階Right-onスタッフ
[会場] 専門店2階 キッズプレイス



Enjoyキッズパーク 2月1日(土) ①11:00～11:30 ②14:00～14:30
内容 「飛ぶ種の模型をつくろう!」
出演 岡山県立玉野高等学校
会場 専門店2階 キッズプレイス

仮装赤ちゃん大集合!! 参加募集中 ハイハイレース in イオンモール倉敷
仮装テーマ:「節分」
2月2日(日) ①11:00／②13:00／③15:00
イオンモール倉敷のホームページをご確認後、メールにてご応募ください。[1/31(金)12:00まで]

エニーのスマイル ヴンスキャラバン
お花の国へようこそ!
毎月2回! 幼稚園・保育園に訪問中♪

※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。※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頂く場合がございます。

AEONMALL KURASHIKI family Site
ママ&パパにうれしい子育て情報をお届け
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

離乳食でお困りのママ、パパへ……

はぐもぐ 離乳食ガイド



監修 木村 浩子先生
一般社団法人離乳食インストラクター協会Ⓡ認定講師。岡山市在住。6歳・4歳の二児の母。次女の食物アレルギーにより本格的に食の勉強を始め、保育園で給食の先生として子どもの食を支えてきた経験を生かし、現在は岡山市内を中心に離乳食講習会などを開催中。

[岡山で離乳食]赤ちゃんの体はあなたの選択でできている♡ 保育園給食ひろこ先生の離乳食ブログ
https://ameblo.jp/premiere-hiroko

今月のHELP!

うちの子、好き嫌いが多すぎるんです……

大きい声では言えないのですが、1歳のうちの子、白ご飯とバナナだけで生きています。
考えられることは一通りやってみたけれど、まったく食べてくれません。離乳食を作るのも嫌になってきました。

はぐもぐポイント

赤ちゃんは『甘味』と『うま味』が大好きです!



ごはんだけを食べる、おかずだけを食べるなど、偏食は心配になりますよね。
味には甘味、塩味、酸味、苦味、うま味の五味があります。母乳の中には甘味はもとより、うま味成分のグルタミン酸が含まれています。そしてこれはおなかの羊水にも。つまり、赤ちゃんにとってうま味は生まれる前から慣れ親しんでいる味なので『甘味』と『うま味』が大好きなのです。
ごはんやバナナの甘味は好んで食べているようなので、うま味＝おだしを離乳食に取り入れてみませんか? 天然のおだし、実は簡単手軽に作れますよ♪
赤ちゃんが食べてくれる幅が広がると良いですね。

保存版

おだしの風味を生かしたレシピをご紹介します。
シンプルな行程で作れるので、ぜひ挑戦を。



離乳食 初期／生後5・6ヵ月頃



ブロッコリーとしらすのすりながし

材料(1人分)
昆布…5g
水…500cc
ブロッコリー…10g
釜揚げしらす…5g
片栗粉
…小さじ1/4～1/3

作り方
1. 水に昆布を30分以上浸け、弱火で温め鍋肌がぶくぶく泡立ってきたら昆布を取り出す(余ったものは製氷皿で冷凍保存すると便利です)
2. 沸騰したお湯に釜揚げしらすを入れて加熱し、1分後ザルにあげる
3. 昆布だし50ccにブロッコリーのつぼみ(先端)部分を入れ、柔らかくなるまで茹でる
4. 茹でた昆布だしは捨てず、柔らかくなったブロッコリーだけ取り出し、釜揚げしらすとすりこぎで潰す
5. 昆布だしに潰したブロッコリー、釜揚げしらすを戻し入れ90秒加熱。同量の水で溶いた片栗粉でとろみをつける

離乳食 中期／7・8ヵ月頃



里芋のおかか煮

材料(1人分)
里芋(冷凍)…2個
削り節…1つまみ
水…適量

冷凍の里芋を使うので、時短・お手軽。さらに、食材そのものの"とろみ"で食べやすい!

作り方
1. 里芋がかぶる程度の水を入れ、柔らかくなるまで煮る
2. 削り節をフードプロセッサーで細かくするか、袋のまま手でもんで細かくする
3. 里芋が柔らかくなったら、ゆで汁を大さじ1ほど残して捨てる
4. 削り節を入れ、火を止める
5. 里芋を包丁の背で押し潰した後、すべてみじん切りにする
6. 里芋を鍋に戻し90秒再加熱する

離乳食 後期／9～11ヵ月頃



トウガン
冬瓜のそぼろ煮

材料(1人分)
冬瓜…40g
鶏挽き肉…15g
かつおだし…約100cc
片栗粉…小さじ1

薄味でさっぱりした冬瓜は赤ちゃんの繊細な舌にもオススメの食材。「冬」と名前にありますが、夏にできる野菜です

作り方
1. 冬瓜は厚めに皮を剥き1cm角程度に切る
2. お湯を沸かし冬瓜が柔らかくなるまで煮たら、ザルに取る
3. 別の鍋に鶏挽き肉を入れて火にかけ、菜箸で混ぜながらそぼろ状になるよう炒める
4. ❸にかつおだしを入れ、アクが浮いたら除く
5. ❹に冬瓜を入れ、片栗粉を小さじ1の水で溶き、回し入れとろみをつける

離乳食と天然のおだし

実は簡単に取り入れられる天然のおだし

おだしは離乳食に必須のもの。天然のおだしは無添加・自然の味なので、インスタント(顆粒だしなど)より安心できる点もオススメする理由のひとつです。
「天然のおだし」と聞くと「難しそう……」と思われるかもしれませんが、一晩浸すだけ・一煮立ちさせるだけなど実はとっても簡単♪
離乳食で使う時の素材と時期の目安を押さえておきましょう!

初期…昆布だし (お野菜に慣れたら)
中期…鰹だし、鰹昆布だし (赤身魚に慣れたら)
後期…いりこだし (青背魚に慣れたら)

ブログでは詳しい作り方動画を公開しています。是非ご覧下さい。



離乳食のお悩みを募集中
【応募方法】E-mail で募集します。件名「離乳食」、アドレスは planning@hughug-web.com、本文に離乳食に関するお悩みの内容とペンネームを記載して送信してください。

Okayama Y's
岡山ワイズ小児・矯正歯科

子どもが変われば未来が変わる





口(呼吸)は災いの元 ～対策編～

先月号では、鼻呼吸がいかに良いかをお伝えしました。

「でも、うちの子、いつも口が開いてる……口呼吸だわ」という方。

今月は、鼻呼吸になるための対策編です。

☆日常的に鼻が詰まっていますか?

風邪をひいて鼻がつまると「時的に口呼吸になることはありますが、日常的にはどうでしょうか? 鼻先にティッシュをかざしたり、鏡をあてがい、鼻から息が出ているか確認してみましょう。





重度の鼻づまりや慢性的な鼻疾患がある場合は耳鼻科へ受診しましょう。

鼻が詰まっているわけではないのに、口が開いている場合、「鼻で息をする方法が身についていない」場合や「口周りの筋肉が弱い」ことが考えられます。

☆鼻で息をするトレーニングをしよう

鼻が詰まっていないのに口で息をしているお子さんには、**鼻に空気を通す感覚を体験してもらう**ことが第一歩です。

普段、口呼吸をしている子は、「口を閉じて鼻で呼吸しようね」と促すと、「苦しい」と言ってすぐに口呼吸をしてしまいます。

そこで、口でできない(鼻で息をせざるを得ない)状況を、遊びながら作ってみましょう。

例えば、口にお水を含みブクブクうがいを何秒できるか競争するのはどうでしょうか?

鼻が詰まっていないのに口で息をしているお子さんには、**鼻に空気を通す感覚を体験してもらう**ことが第一歩です。

普段、口呼吸をしている子は、「口を閉じて鼻で呼吸しようね」と促すと、「苦しい」と言ってすぐに口呼吸をしてしまいます。

そこで、口でできない(鼻で息をせざるを得ない)状況を、遊びながら作ってみましょう。

例えば、口にお水を含みブクブクうがいを何秒できるか競争するのはどうでしょうか?

これを1日30セットします。唇だけでなく、舌を鍛えることもできます。

アンチエイジング効果もあるので、親子でレッツあいうべ体操!

☆口周りの筋肉が弱い場合

簡単で効果抜群、「あいうべ体操」(※)を紹介します。



※福岡市みらいクリニックの内科医である今井一彰先生考案



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お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(ヤサシイ)まで





歯科医師／相山達也

Okayama Y's
岡山ワイズ小児・矯正歯科
TEL 086-238-4618(シロイハ)
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!



こども歯並び説明会

2/8(土)と15(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。


マウスピース型矯正装置「マイオブレース」



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

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

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??

- □ 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

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。



※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。

岡山ワイズベビー歯科教室 開催中

今しかできない

2/7(金)・12(水)・18(火)・26(水)
いずれも10:00～／45分程度

もはや今、"健やかな成長"は学ぶ(習う)時代!
「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……」
「抱っこの仕方で将来のかみ合わせが変わると知っていたら……」
その時期に知っていればできることがたくさんあります♪

そこで 2月のテーマは『糖質を知る!』です。
甘いものを食べると虫歯になる? お米は糖質?
糖質を摂ると身体で何が起きるの?
分かっているようで分かっていないかも?
楽しく子育てをしていくために「糖」を知るチャンスです!

お得な回数券もあるよ!



対象：3歳未満のお子様と保護者様
費用：1家族1,000円(当院患者様)／1,500円(一般の方)
※要予約 お電話またはラインにてご予約ください。


親子で楽しく、はじめての習い事♪

ベビー教室のお申込みはラインでもできます!

友だちだからお得な情報届けます。
LINE@ 友だち募集中。


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

“まさか”に備えて
今から学ぼう

私がお答えします



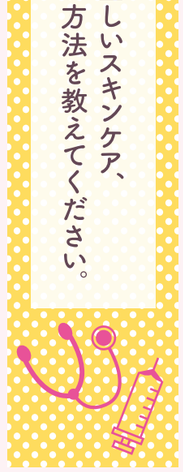
やまもとこどもクリニック
院長　山本 明子先生

今月のテーマ

肌が乾燥する季節 赤ちゃんのスキンケア

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も、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、何でも質問して答えてもらう連載です。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。今月のテーマ「赤ちゃんのスキンケア」についても、クリニックでは丁寧に教えてくれます。

Q 赤ちゃんの正しいスキンケア、改めて正しい方法を教えてください。



これまでは、食べることでアレルゲン（アレルギー症状を引き起こすもの）が体内に入り、食物アレルギーが発症すると考えられていましたが、口だけなく肌を通じて体内に侵入することも、発症要因の1つになることがわかってきました。

皮膚のバリア機能の大事な役割は、からだの中の水分の蒸発を防ぎ、外部からの細菌や化学物質、アレルゲンなどの異物侵入を防ぐことです。肌荒れや湿疹がひどくなるとバリア機能が低下して、外から様々な物質が侵入しやすくなります。食べこぼした食品、花粉、ハウスダストに含まれるダニなどの破片がアレルギーの原因となる可能性があります。

赤ちゃんの皮膚の厚さは大人の半分しかなく、バリア機能も未熟です。そんな赤ちゃんの肌を守るためには正しいスキンケアが必要です。

今回は、冬にお母さんを悩ませることが多い、赤ちゃんのスキンケアに関する質問に答えます。

A スキンケアには①肌を清潔に保ち（洗浄）②うるおいを与える（保湿）役割があります。

①洗浄：石けんはしっかりと泡立て、たっぷりの泡を手に取って、赤ちゃんを**なでるように洗って**あげます。首や耳の後ろ、くびれやしわの間も忘れずに洗いましょう。

洗った後は**洗剤（石けん）が肌に残らない**ようにぬるま湯でしっかりとすすぎます。

②保湿：ワセリン、クリーム、乳液、ローションなど色々種類がありますが、赤ちゃんの肌に合うもの、また季節に合わせて種類を選び、**1年を通じて保湿**してあげることが大事です。

また、保湿剤は**塗る量がとても大切**です。チューブの場合は大人の指先から第1関節まで出した量、ローションの場合は手の平に1円玉くらいの大きさを出した量が、大人の手の平2枚分の面積を塗るための使用量の目安です。赤ちゃんなら背中全体くらいの面積になるでしょう。擦りこまないで、**のせるように優しく**手のひらで広げます。

※スキンケアの方法を詳しく知りたい方は、当院までお気楽にお尋ねください。スタッフが塗り方や塗る量について、クリームやローションを使って丁寧にお教えします。



ケアのタイミングはお風呂から上がってすぐ。肌が完全に乾燥する前が正解です

山本先生の一言コラム

乳児湿疹とアトピー性皮膚炎

乳児湿疹とアトピー性皮膚炎は症状が似ているため見分けがつきにくいことがあります。

乳児湿疹は、生後2週～2カ月頃に多く見られる湿疹で、顔、首、頭皮を中心に発症します。原因は諸説ありますが、胎盤を通して移行したママからのホルモンが皮脂てホルモンの動きが弱くなると症状も軽くなっていくことアトピー性皮膚炎は「かゆみのある湿疹が繰り返し出来頭や顔に始まりしばしば体から手足に下降していき、月以上（一般には6カ月以上）続く場合はアトピー性皮膚炎経過を見ることではっきりと診断できますので、気にな

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	●	●	● ～13:00	●	●	● ～13:00
13:30～15:00 予防接種/乳児健診専用（要予約）	●	●	／	●	●	／
15:00～18:00	●	●	／	●	●	／

※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





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口コが目印です

みんなが安心　待合室と診察室が３部屋ずつ
「一般診療」「健診」「インフル等の感染症専用」に待合室や診察室が分かれており、誰もが安心して院内で待ち、受診できます。

歯のお悩み Q&A

Q 歯ブラシの毛先が開いたので買い換えたいのですが、ヘッドの大きさや毛先の固さなど、色々違いがあって迷っています。虫歯予防に効果的な歯ブラシはどういうタイプか教えてください。

近年、いろんなタイプの歯ブラシが売られていて、薬局に行くとどれが良いのか迷われると思います。虫歯予防に一番効果的なものと言っても年齢、お口の中の状態によっても変わってきます。

まずは毛の硬さから見ていきましょう。種類は「硬め」「普通」「柔らかめ」があります。一般的には**「普通」**がおすすめです。硬いほうが汚れはよく取れるのですが、歯茎を傷つけるおそれがあり、柔らかすぎると汚れが落ちにくいです。歯茎が退縮している方は歯が削れやすいので柔らかめの歯ブラシの方がおすすめです。

次にカットされた毛の形ですが、虫歯予防の基本は山切りカットなどではなく、**フラットにカットされたもの**の方が均一に歯に当たりやすいためおすすめです。

さらに、歯ブラシの毛先の形を見てみると、一般的なものとしてラウンド毛とテーパード毛があります。ラウンド毛（毛の先が丸めてあるもの）は均一に歯に当たりやすく、テーパード毛（毛先に向かって細くなっているタイプ）は歯間や歯周ポケットに入りやすくなっています。全体を磨くには**ラウンド毛**がおすすめです。

もう一つ大切なのがヘッドの大きさです。一番磨きにくいのが奥歯の類側と奥歯の溝と言われています。一つの歯ブラシで全体を綺麗に磨くには**コンパクトヘッド**のものが奥まで届きやすいです。

一般的におすすめのものを書きましたが、お口の中の状態や年齢によってもかなり違ってきますので、かかりつけの歯医者さんでコーディネートしてもらうのがおすすめです。





プリード歯科 院長
曽山（そやま） 聖二（せいじ） 先生

平成17年　プリード歯科開業。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「ぴっかりん☆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。

プリード歯科
岡山県岡山市北区田中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	／



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。



はなふさこどもデンタルクリニック 2020.1.6(月) OPEN!

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、
むし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、長く愛されるクリニックを目指していきます。

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!

イベント ベビーすくすく教室

第1回 1/24(金)　第2回 2/28(金)	時　間	11:00～12:00	受　付	予約制(全2回コース)※予約の際はご連絡ください
第1回 3/9(月)　第2回 3/23(月)	内　容	〈第1回〉赤ちゃんの姿勢、発達	対象年齢	生後2カ月～10カ月の赤ちゃんと保護者
			費　用	1回500円
		〈第2回〉離乳食	場　所	はなふさ歯科医院

※赤ちゃんのための講座ですので、赤ちゃんが自由にできる空間でお話を聞いたり、ふれあい遊びをします。途中で泣いてもOK!　※授乳スペースも有り。詳しくはお問い合わせください。

午前中のイベント毎日開催中! 詳しくはお問い合わせください。

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
はなふさこどもデンタルクリニック
岡山駅より岡電バス岡南飛行場、浦安本町下車、徒歩２分

岡山県内全域 飛竜



鍋に入れるだけで〆のラーメンに「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、本格的な〆のめんがお楽しみいただけます。また、通常のラーメンとしても美味しく召しあがれます。

＜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
http://www.hiryumen.co.jp
info@hiryumen.co.jp

飛竜

倉敷市 べびふぇす



赤ちゃんと一緒に楽しむアットホームなイベントを開催します♪

ベビーマッサージ体験（10:30～／11:00～）や手形アート体験（12:00～）、ベビーアート撮影会（13:00～）などの楽しいイベントが勢揃い。お菓子やアクセサリー販売、ママの相談ブースも多数出店します。各ブースでスタンプを3つ集めると、オムツの詰め放題ができるよ♪

開催日時 2/14（金） 10:00～14:00

開催場所 レストラン ポンヌフ 岡山県倉敷市上東516−7

【イベントのご予約・お問い合わせ】
Tel 090-1350-5154（担当:原）
onestep.hara@gmail.com
※ランチをご希望の方は、予めお電話にて直接、ご予約いただくことをおすすめしています。
Tel 086-462-8300（レストラン ポンヌフ）



丸亀市 レオマリゾート



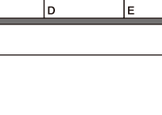
『レオマウィンターイルミネーション』はいよいよ3月1日（日）まで!

中四国最大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。夜空に現れる幻想的なナイトショー「奇跡のオーロラショー」は毎日開催。
また今冬は、中四国最大23mのツリーも必見!
ツリー付近が舞台となった親子で楽しめる新感覚エンターテイメントショー「Wishing～聖なる願い～」も見逃せない!! 3月1日までの土日祝に開催しているので、家族揃ってご来園ください。

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、P48のプレゼントページから応募してね

香川県丸亀市綾歌町栗熊西40-1
Tel 0877-86-1071
㊡10:00～21:00 ㊍なし
https://www.newreomaworld.com

レオマ 検索



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。

2/19（水）まで「HUG HUGを見ました!」で
通常利用料金 1時間 1,000円 ➡ 初回利用料金 1時間 800円（税別）

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

f シェアサロンFerris 検索





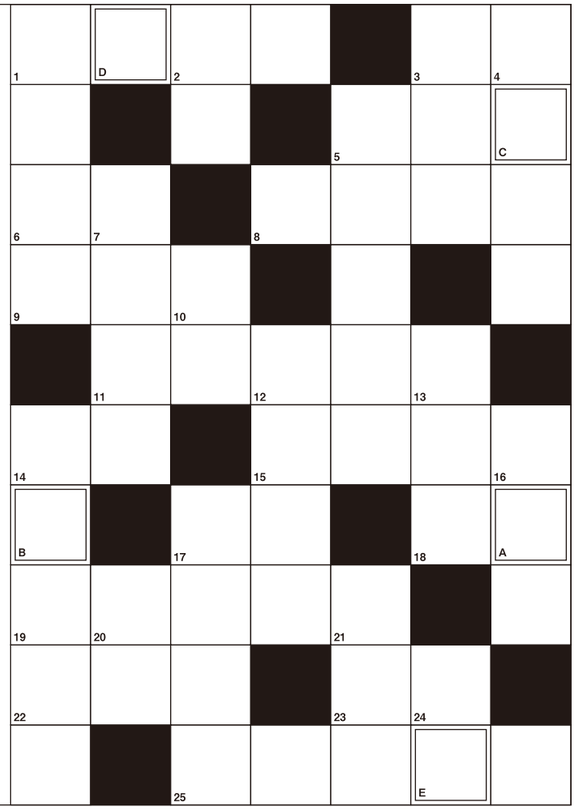
クロスワードパズル

タテのカギ

1 寒天やフルーツと赤えんどう豆が入った夏の甘味
2 赤と並んで縁起のいい色
3 ホワイト・○○○…雪などで視界が真っ白になること
4 不吉なことがあった時に
5 調べものならここへ行こう
7 鉛筆でキレイな字の練習
10 今年はねずみ年
12 卵焼きをのの字に巻いた物
13 ○○○式…15歳の年に、将来の志を立てる式
14 横にしか進めない歩き方
16 お風呂は40℃前後
17 早起きしないといけないけど、安くて新鮮な魚がいっぱい
20 映画に出たカクレクマノミ
21 元々格闘技じゃなくて神事
24 石川県の半島にある地名

ヨコのカギ

1 具はワカメや豆腐が定番。トマトが入ることも
3 空や水の色
5 山を歩きで制覇すること
6 オスは白子、メスは何?
8 「艮」縁起の悪い方角
9 年齢や立場が上のこと
11 たくさんの人の集まり
14 小麦粉、卵、パン粉を付けて揚げたもの
15 天ぷらにつける甘めの汁
17 素潜りでアワビやイセエビを獲る女の人
18 高血圧の人は取りすぎ注意
19 イカ、サバ、サケなど、刺身で食べる時は気を付けて
22 「留萌」北海道の地名
23 ○○トーン、○○クロ
25 赤身と脂の中間のマグロ肉



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

岡山市 男性専門脱毛&エステサロン men's（メンズ） MOU（モウ）



生涯ひげ剃りにかける時間約5ヵ月! 生涯ひげ剃りにかける金額平均120万円!!

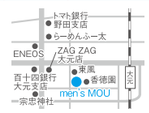
男性が20歳から60歳まで毎日ひげ剃りをしたとして、時間と費用を考えてみると男性にこそ脱毛が必要なのでは……と思わずにいられません。今なら、お試しからご成約いただいた方、目から下のヒゲ脱毛×6回39,000円が半額の19,500円（税別）に!!

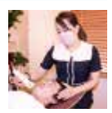
夏までにスッキリしよう!

2/19（水）まで「HUG HUGを見ました!」で
《目から下のひげ脱毛》 通常 ~~6,500円~~（税別）➡ お試し価格の 2,020円（税込）

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） 当日予約可
㊡11:00～19:00（最終受付） ㊍日曜
Ⓟ あり @mens_mou @042absco

men's MOU 検索





岡山市 Dear Raspberry ディア・ラズベリー



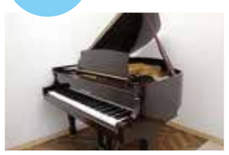
ブランド子ども服・ベビー服・雑貨など在庫限り全品半額セール実施中!!

心より大きな感謝の気持ちを込めて……。
半額セールはまだまだ継続中です!!
たくさんのブランド品・お値打ち品を取り揃えて、皆様のご来店をお待ちしています。

岡山県岡山市北区下中野780-2
Tel 086-363-1580
㊡11:00～19:00（土日祝10:00～19:00）
㊍なし（セール終了まで休まず営業） Ⓟ あり



岡山市 岡山ピアノ買取センター



大切なピアノの価値を正しく判断 自社運送・整備で高価買取を実現!

ピアノを売りたいけど……
「買取りの相場が分からないから不安」
「古いピアノだから買取りしてもらえるか分からない」
「売った方が良いか、残した方が良いか迷っている」
岡山ピアノ買取センターは、中立な立場を心がけてアドバイスします。
【無料出張査定可能エリア】岡山県全域、香川県高松市、兵庫県赤穂市、姫路市、広島県福山市

2/19（水）まで「HUG HUGを見ました!」で
ピアノ買取り30%アップ↗

岡山県岡山市東区大多羅町76-10
㊡10:00～21:00
http://mitsumori-piano.net
お問い合わせ・ご相談は
0120-010-041



岡山市 犬島自然の家



犬島自然の家で過ごす体験は、わくわくどきどきの連続!

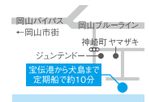
犬島自然の家は、個人、ご家族、グループなど、誰でもご利用できる低料金の自炊型宿泊施設です。昼は波と光と風を感じるシーカヤック体験、夜は40cmの反射望遠鏡で神秘的な星空観望が楽しめます。
また、年14回の主催事業（シーカヤック、星空観望、釣り、絵画教室、歴史・アート巡りなど）も行っています。犬島自然の家ホームページをご覧の上、皆様のご利用・ご宿泊・ご参加をお待ちしております。

宿泊料金（16:00～翌10:00）

	大人（高校生以上）	小人（4歳以上中学生以下）
洋室	2,090円	1,040円
和室	1,460円	730円

岡山県岡山市東区犬島119-1
Tel 086-947-9001
inujima@city.okayama.lg.jp

岡山市立犬島自然の家 検索



岡山市 ライフスタイルプロデュース岡山



“スマホ首”増加中! (*_*) 一緒に痛みの原因・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～
♥産後のぽっこりお腹やたるんだお尻を引き締めたい
♥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。

2/19（水）まで「HUG HUGを見ました!」で
《スマホ首・頭痛・肩コリケアコース》 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



LINE友達募集!

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
https://www.marugo.ne.jp

丸五オンラインショップ 検索

こども足袋『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。



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 430円 小学生 160円 ～幼児 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。

2/19（水）まで HUG HUG2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
http://pokaon.net

ぽかぽか温泉 検索





子育てファミリー必見! HUG HUG おすすめセレクション

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!

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

香川県にて開催

日　時 **2/20(木)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 2/19(水)
対　象 ママ　持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付)
場　所 ユニバーサルホーム高松東店

＼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



〈2大特典付〉
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。



お申し込みの際は、その他の教室と同じくQRコードを読み込んで頂き、フォームに従って必要事項を入力してください。

ユニバーサルホーム高松東店(株式会社サンフラワー)
香川県高松市春日町825-1　TEL:087-843-2340

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 **3/5(木)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 3/4(水)
対　象 ママ(保育士在中)
持ち物 なし
受講料 無料(飲み物付き)



お客様に喜んでいただける「保険屋が選ぶ保険のハナシ」やパパをやる気にさせる「パパコンサルのハナシ」など、情報満載!

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 泰史先生**
(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に役立つ情報提供をし、活躍し続けている。



来月からも、ママのためになる楽しい講座を順次開催予定です。
興味のあるものがあればどんどんお申し込みください。
皆様のお越しをお待ちしています!



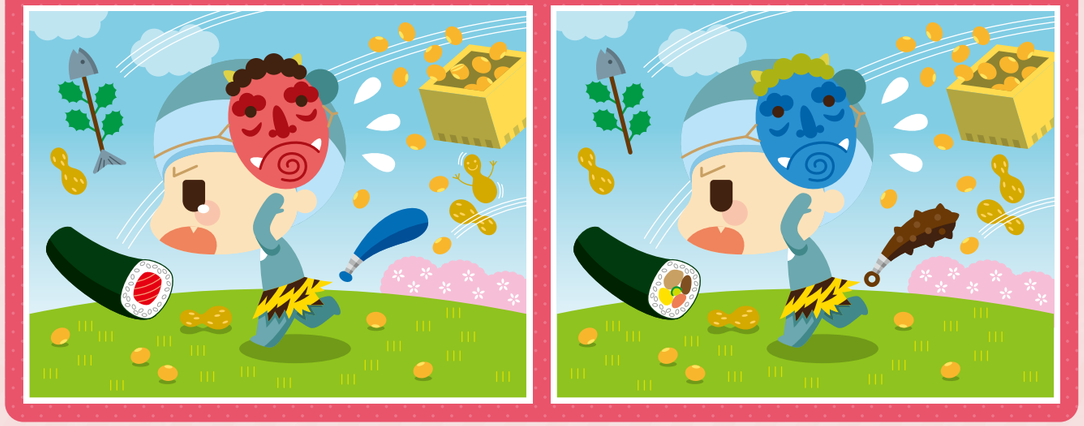
お申し込みは下のURL、またはホームページから!
(詳細はページ左上をご覧ください)

http://seminar.hughug-web.com

ちょっとひといき

パコちゃんのまちがいさがし

みぎとひだりでまちがいを7つみつけてね!(こたえはp47)



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／ママ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

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!



あなたの魅力、引き出します!!

POLAビューティディレクター体験

日　時 **1/30(木)** 10:00〜12:00
2/15(土) 13:00〜15:00
3/26(木) 10:00〜12:00

定　員 先着10名
対　象 女性(託児スペースあり)
持ち物 なし　受講料 無料



メイクやハンドトリートメントなどの基礎を学びながら体験。立体感のあるファンデーションの塗り方や顔の形はみんな違うので、自分に似合うポイントメイクのアドバイスを受けて、短時間でご自身を魅力的に魅せるメイクが身につきます。ハンドトリートメントで人を癒す体験もできます。

講師 **大西 雅子先生**
(POLAビオーネショップ)



3人の子どもを育てながら美容の知識や技術を学び、2013年にPOLAのエステサロンをOPEN。PTAなど子育てと仕事の両立をしながら母親としても自立した女性としても活躍。

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 **2/13(木)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 2/12(水)
対　象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付)

＼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



〈2大特典付〉
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。

0歳から始める 親子教室

英語知育スクール Mama Academy

日　時 **2/17(月)** 10:00〜11:00 / 11:30〜12:30

定　員 先着で各組5組ずつ
応募締切 2/14(金)
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)



親子でふれあいながら楽しめる充実したプログラムを体験。

脳は3歳で8割完成します。
すべての能力の土台となる基礎を作る英語知育プログラムです。
お子様と遊びながら英語に触れ、歌って踊る楽しい時間。
幼いうちから英語に触れる体験。
実際のレッスンの一部を体験していただけます。

講師 **加藤 優子先生**
(English Planets)



乳幼児親子教室の運営はか、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。

贈り物の多いこれからの季節に…

花束入りのフォトバッグでありがとうの気持ちを届けます♪

日　時 **2/20(木)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 2/17(月)
対　象 ママ　持ち物 なし
受講料 1個1,500円
作りたい個数をご予約の際にお知らせください。



＼お好きな花を選べます／

お花を届ける楽しさを多くの方にお伝えしたい…
そんな気持ちから生まれた
《十人十色の小さな花束》
お気に入りの写真に合わせた
ブーケをクリアバッグに入れて
思い出をプレゼントしてみませんか?

講師 **浅野 智子先生**
(ohana de tico)



東京JFTD学園日本フラワーカレッジ卒業。15歳からフラワーアレンジメントを学び現在、メディアや後楽園幻想庭園の装飾など活躍の場を広げている。代表作「マッチ箱の中の小さな物語」。

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 バレンタインキャンペーン

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、品切れの際はご容赦ください

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、3月中に当選者へQUOカードを発送

締め切り 2/19

※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
1/20	21	22	23	24	25	26 P.40/明徳ホーム（香川県高松市香西北町）
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。						
27	28	29	30	31	2/1 P.38/センコーホーム（岡山県岡山市北区/コンベックス岡山） P.48/風景のある家（岡山県岡山市南区/要予約）	2
3 節分	4	5	6	7	8	9 P.40/ユニバーサルホーム高松東店（香川県高松市春日町） P.40/明徳ホーム（香川県高松市香西北町）
10	11 建国記念の日	12	13	14 バレンタインデー	15	16 P.40/ユニバーサルホーム高松東店（香川県高松市春日町）
17	18	19	20	21	22	23 天皇誕生日 P.40/明徳ホーム（香川県高松市香西北町）

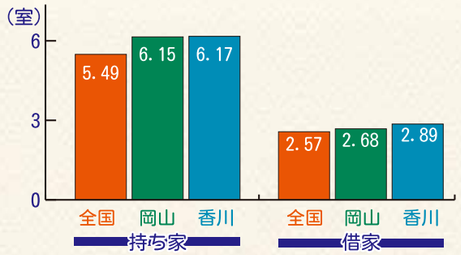
- 明徳ホーム／家賃もったいないセミナー
- センコーホーム岡山／未来をのぞく住宅展
- 風景のある家／設計事務所が計画する資金計画相談会
- ユニバーサルホーム高松東店／ハーバリウム教室、移動動物園
- TAKUMITO／岡山県岡山市北区問屋町
- サイエンスホーム／岡山県岡山市北区大供本町
- ハウジング山忠／岡山県岡山市北区平野（要予約）
- おかやま住宅工房／岡山市南区豊浜町
- 掛谷建設／岡山県玉野市八浜町（要予約）
- TOIRO／岡山県玉野市玉原2丁目10-35（要予約）
- 秀光ビルド／岡山県岡山市&香川県高松市
- 和田コーポレーション／香川県高松市

※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。特集中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

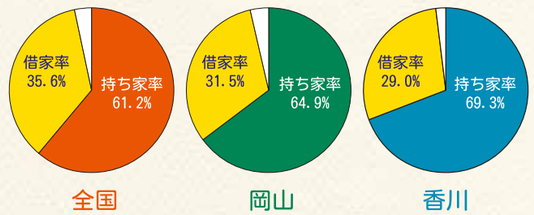
今月の住宅情報

～住宅から見える県民性を大研究!
ご近所のお家のリアルとは～

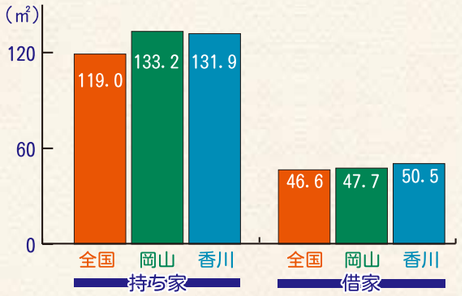
持ち家or賃貸でどう変わる？　居住室数



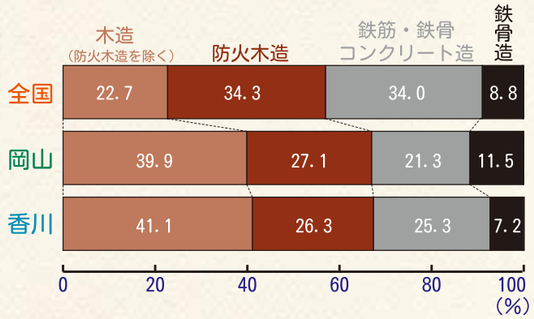
持ち家or賃貸？　県別割合の違い



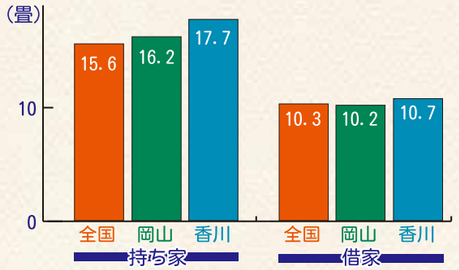
持ち家or賃貸でどう変わる？　延べ面積



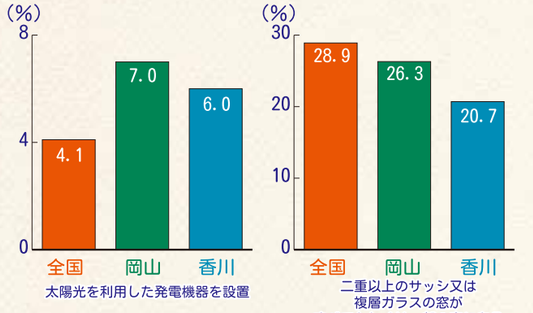
建物の構造は？　県別割合の違い



持ち家or賃貸でどう変わる？　１人当たり居住室の畳数



省エネ設備はある？　県別割合の違い



【データ出典】平成30年住宅・土地統計調査（主要統計表、住宅及び世帯に関する基本集計）

『真壁づくりの家 × オール国産ひのき』
ひのきづくしという贅沢



1.5階建て ロフトスタイル展示場

木をふんだんに使い、1年中快適な暮らしを実現する「真壁づくり」と「外張り断熱」、そして魅力的な空間で叶える「価格以上の上質な家づくり」。例えばここ笠岡展示場のモデルハウスのロフトスタイルなら標準価格は1,450万円。価格だけでない、驚きのクオリティーを実際に訪れてご覧ください。







木の王様“ひのき”がくれる安心&リラクゼーション

世界最高レベルの高い耐久性

世界最古の木造建築である法隆寺が、1300年を超える年月を経て美しい姿を保っているのは、ひのきを使っているからこそと考えられています。まさに、ひのきは耐久性・保存性において世界最高レベルの材料なのです。

寝つきよく朝までぐっすり

ひのきの香りに含まれる「セドロール」という物質には、眠りをよくする効果があります。寝付くまでの時間が短くなる、夜中に目覚める回数が減る、睡眠時間が長くなるといった結果が報告されています。

※山本他、日本生理人類学会誌 vol.8 2003

癒やし効果で カラダがリラックス

ひのきは、癒やし効果のある「フィトンチッド」を多く発散しています。生後1〜3カ月の赤ちゃんがひのきに含まれる「α-ピネン」の匂いを嗅ぐと心拍数が下がり、心が落ち着きます。

※恒次他、森林総合研究所　研究成果選集2014

シロアリ・ダニに強く 抗菌効果抜群

ひのきには、「シロアリ」や「ダニ」を寄せ付けない特性や抗菌効果がある成分が含まれています。その他、殺菌などの発生を抑える効果があることもわかっています。ひのき材を使った家は、家族に健康と安心を与えてくれます。

モデルハウス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？」などの疑問をお持ちの人もいるのでは？
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。詳細とお申し込みはサイエンスホーム岡山へお電話を。

笠岡展示場
早島駅前展示場

キャンペーン開催中

新築まるごと1棟分 ひのきの社プレゼント!!

詳しくはスタッフへお気軽にお問い合わせを

日本の伝統を科学するひのきの家

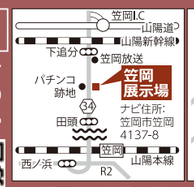
science home
サイエンスホーム

CM放映中　CM動画はHPでもご覧いただけます

笠　岡展示場/tel.0865-63-8887
早島駅前展示場/tel.086-482-1110
岡　山展示場/tel.086-235-3146

営業時間/10:00〜18:00
(水曜定休)

0120-17-3146
サイエンスホーム　岡山







建築業許可番号/岡山県知事（般-27）第20875号、宅地建物取引業免許/岡山県知事（1）第5527号
一級建築士事務所　サイエンスホーム岡山店　株式会社ハウスジャパン　都窪郡早島前潟602-19



TAKUMITO
HEALTHY HOME GROUP

《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。

お問い合わせはこちらからどうぞ

0120-050-406

一級建築士と出逢える展示場

－美しい暮らしをデザインする－

「秀麗な空間づくり」をひたむきに追求し続けるつくり手の想い

月日を重ねるごとに、優美さや快適さを増す住まいの提案。

『木の温もりと優しさを感じる上質なデザイン』の『理想を極めた住まい』をご提案すること、それがtakumitoの設計コンセプトです。

ただし、私の考える住まいの設計とは、一瞬の驚きを与えるものではありません。旅館やカフェなどであれば、お客様がその時、その瞬間に驚くような設計がベストかもしれませんが、住まいはそれではダメです。

もちろん、驚きがあってはならないのではなく、それよりも、その空間に永く居ても飽きのこない、落ち着く安らぎの空間を設計することが大切であり、そして何より、住まえば住まうほどに『快適な住まい』であることを実感できること、それが住まいの設計においては最重要だと私は考えます。



一級建築士　芝 ひかる











一級建築士設計工房
TAKUMITO
HEALTHY HOME GROUP

岡山県岡山市北区問屋町15番地101（問屋町テラス内）
TEL:086-259-1441／FAX:086-259-1440
営業時間:10:00〜18:00
定休日:隔週火曜日・毎週水曜日
takumito1006

建築業許可番号　岡山県知事許可（般-27）第19107号
宅地建物取引業　岡山県知事（3）第4967号

建築家と建てる家を。
身近に、手軽に

R+house

建築家とつくる家

designers house **TOIRO**



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

Event Information

大好評企画！ご家族で参加された方に「おもちゃ王国親子ペアフリーパス」抽選で 1 組プレゼント！

☐ 3/15(日)　後悔しないための賢い家づくり勉強会

■場所／西ふれあいセンター(3F/第1研修室)
岡山市南区妹尾 880-1
■時間／13:15〜16:00
(開場13:00)

予約制　参加無料　来場特典有
先着 10 組限定　キッズルーム有

☐ TOIRO モデルハウス見学随時受付中　エアコン 1 台であったか！高性能を体感！

■場所／玉野市玉原2丁目10-35
■時間／9:00〜17:00

予約制

お問合せ・お申込み

designers house **TOIRO**

0120-28-1016（といろ）
岡山市南区郡 2998 番地

dh.toiro

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 お問合せフォーム・QR コードよりお気軽にどうぞ。

おかやま住宅工房

風土に学び文化をつくる

日本には四季があります。春から夏へ季節が移り、夏は暑く冬寒いというのは日本人なら誰もが知るところです。ですが「夏の暑さ」「冬の寒さ」とひと口に言ってみても、地域がちがえば気温もちがい、雨量や風通し、光の差し込み具合までちがいます。つまり同じ日本にいながら、体が感じる季節は地域によってちがうのです。

おかやまには、おかやまのための家を。瀬戸内の気候風土を知り尽くしたわたしたちは、この地に根づく工務店として、おかやまの自然とともに生きるような家づくりを心がけています。

0120-466-670
〒700-0853　岡山市南区豊浜町13-66
TEL.086-262-8020　FAX.086-262-8023
http://ojkobo.co.jp

















Shuko build

全ての家族に安心と安全を。

準備室

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、家を建て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

［建築工事業／国土交通大臣許可（般-28）第21945号　設計室／石川県知事 第12619号 他　宅地建物取引業／国土交通大臣（1）第8659号］

住まいづくり館 高松
〒761-8083
香川県高松市三名町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　シュウコウビルド　検索

資料請求 / Facebook / Instagram

スタンプラリー開催中!!

※画像はサンプルです。



まずはここから!

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!

倉敷市 玉島上成 上成小学校

おだやかな陽光が注ぐ吹き抜けが中心の家。



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、快適な暮らしがう工夫がたくさん詰まったお家です。

今すぐ見られる！

MODEL HOUSE OPEN



玄関には靴箱以外にクローゼットも完備。 将来２部屋に分けることが可能な子供部屋。 プライバシーと明るさを確保したベランダ。

FREE CHOICE items　販売価格　3,250万円（税込）

土地 147.68㎡(44.67坪)　建物 101.02㎡(30.55坪)

特別特典
・オール電化・IHクッキングヒーター
・食洗機・照明器具・リビングエアコン
・エコキュート・外構　全て付いてくる！

頭金なし！ボーナス払いなし！

月々 88,744円

※借り入れ額3,250万円／35年払い／当初3年間金利0.8%／頭金ゼロの場合。有資格者に限る



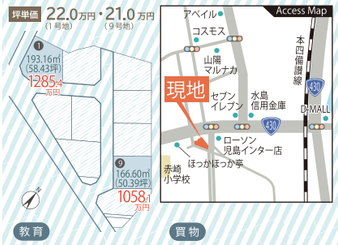
［物件概要］●所在地／岡山県倉敷市玉島上成 ●間取り／3LDK ●構 造／木造2階建 ●周辺環境／上成小学校1,200m、玉島東中学校3,400m ●交 通／福島バス停6.0m、新倉敷駅1,600m ●建築確認番号:H30四セ確建第00142号 ●売主

今月のおすすめ 分譲地情報

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）



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
扇の端入口バス停(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 ●総区画数／2区画 ●地目／宅地
●道路／南側公道路約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カ月以内に建物の建築請負契約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

お問い合わせ・お申し込みは
☎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6692号 ■宅地建物取引業 国土交通大臣(1)第9468号

日進堂 で検索！　日進堂HP



想いを共に育む住まい
KAKETANI 株式会社掛谷建設
0863-51-3112
〒706-0221
岡山県玉野市八浜町八浜160-4
営10:00～17:00
kaketani@kaketani.co.jp
掛谷建設 検索 ※詳細はHPをご覧ください



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.48をご覧ください



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



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
営10:00～19:00 休水曜
※詳細はP.1をご覧ください



「逗子披露山の家」設計:河口佳介 撮影:土橋一公

第41回
未来をのぞく住宅展
建築家との無料相談会同時開催

2/1（土）11～17時・2/2（日）10～17時

会場／
コンベックス岡山 小展示場
岡山市北区大内田675番地
P 無料駐車場有り　キッズコーナー有り
入場無料

イベントの詳細は▼

会場内にて　建築家による家づくりセミナー　即行！20分お試しプラン提案 etc…

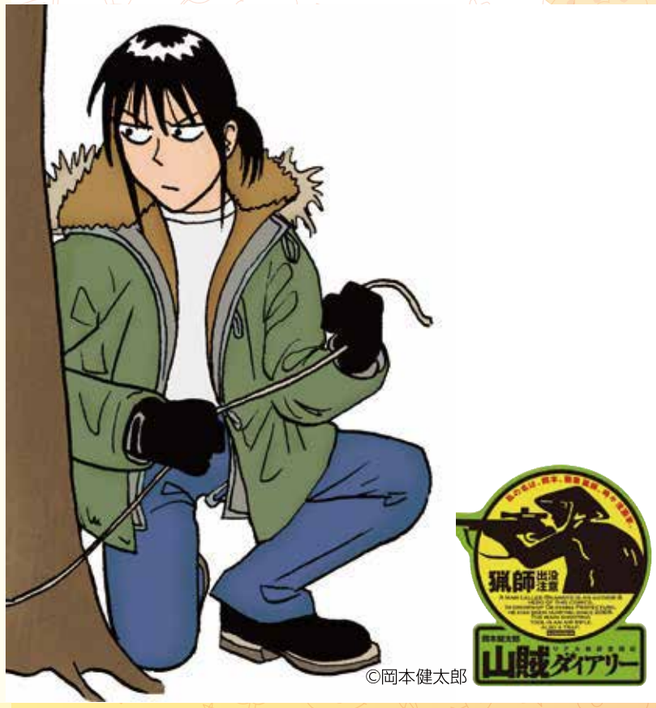
ASJ岡山スタジオ［センコーホーム岡山株式会社］
0120-58-3159 tel. 086-805-8838 水曜定休

日本最大級の建築家ネットワーク ARCHITECTS STUDIO JAPAN





まわりにはまず理解されません。先に漫画家になってしまいましょう。今はそれが可能です。



子どもの"○○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？

今月は 漫画家になりたい！

『山賊ダイアリー リアル猟師奮闘記』ほか

岡本 健太郎さん

Profile

おかもと けんたろう●9月4日岡山県生まれ。会社勤めを経験後、漫画を描き始め、2003年「ヤングマガジン」にてデビュー。2009年に岡山へ帰郷し、兼業猟師を始める。2011年から「イブニング」にて、自身の狩猟生活をテーマにした『山賊ダイアリー』（全7巻）、『山賊ダイアリー SS』（既刊1巻）を連載。現在、「週刊ヤングマガジン」にて連載中の「ソウナンですか？」の原作を担当している。

子どもから「○○になりたい！」と言われたママ&パパが、その職業について答えられるように、岡山・香川ゆかり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。今回は子どもの将来なりたい職業ランキング常連の「漫画家」。

猟師としての生活をテーマにしたエッセー漫画「山賊ダイアリー」を連載、現在は昨年アニメ化もされた「ソウナンですか？」の原作担当としてもご活躍中の、岡本健太郎さんにお話を伺いました。

漫画家ってどんなお仕事でしょう？

「漫画という娯楽で読者に暇潰しを提供する仕事だと思います。締め切りがあるので基本的には1日中机の前に座って絵を描いたり漫画の内容を考えたり担当さんと打ち合わせをしています。サッカー選手と比べるとかなり地味な作業をこなす日々です。」

よかったことと、大変なことは何ですか？

「よかったことは、自分の漫画で自分の人生を変えられることでしょうか。収入もですが会社に毎日通わなくてもすみますし上司もいませんから鼻にピアスをしても怒られません（してないですけどね）。かなり自由です。人気が出れば映像化されたり書店で自分の本が売れる瞬間を目の当たりにすることもありますし、なかなか会えない漫画家さんや有名人にあえることもあります。とても刺激的な仕事です。

大変なことは、ぼくがいくら漫画家という仕事が好きで続けたくても、人気がなければプロ漫画家を続けるのは難しいでしょう。来年の家賃が払えるかどうかはわからないのです。先のあては何もないのがこの仕事の困ったところだと思います。」

漫画家になるにはどうすればいいですか？

「とりあえず漫画を描いてみることだと思います。その時、例えば漫画を描くよりゲームしたいとかアニメが見たいとかYouTubeが見たいとかが頭をよぎったなら、あまり漫画家には向いてないかもしれません。漫画家になる以上いずれ漫画とは仕事として向き合うのですが、目指す段階でその情熱があるかないかは大きいような気がします。



リアル猟師奮闘記「山賊ダイアリー」（岡本健太郎、講談社、全7巻）



「ソウナンですか？」（原作/岡本健太郎、漫画/さがら梨々、講談社、1〜5巻）

あとはそれほど難しく考える必要はありません。漫画は読者を飽きさせなければ何を描いてもいいのです。かっこいいシーンや可愛い女の子を描くのもいいですし、ちょっと工夫すれば音や味、匂いみたいなものも間接的に表現できる手段です。

ただ漫画家になりたいという考えは、家族やまわりの理解はほぼ得られません。不言実行で先に漫画家になってしまうのがいいでしょうね。今は漫画を描いて雑誌に投稿しなくても、WEBで公開して、会社に勤めながら人気者になることも可能です。また、そういう場合は大抵、出版社から即スカウトされます。『漫画家になりたいから、ぼく仕事辞めます』っていうのは現在通用しないので、お母さん方はご安心ください。」

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やかな成長・発達を妨げる行為をいいます。親が「しつけ」だと思っていても、その行為が、子どもの心身を傷つけるものであれば、「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たり、病気や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ことなど

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に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。

児童相談所虐待対応ダイヤル(無料)

虐待を受けたと思われる子どもを見つけた時には **189**(いちはやく) にお電話ください

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!



詳しくはこちらへ
https://kagawa-colorful.com



「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!

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

おかやま子育て応援サイト
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でかけスポット、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まった「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。



❶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っている活動で、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。

❷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。

❸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	毎年6月～12月
問合	岡山市けんしん専用ダイヤル／☎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	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	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

検診がなくても、30歳からは月に1回セルフチェック!

気になることがあれば医療機関を受診しましょう。

- ①鏡の前で ―― くぼみ、ひきつれ、赤みはないか
- ②指の腹で ―― 「の」の字でなぞって、しこりはないか / 乳首をつまんで、分泌物はないか
- ③脇の下まで ―― お風呂や仰向け寝の時にもチェック / 脇の下から胸の広い範囲でチェック



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!!

子育て支援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、皆さんのお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・つどい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. wlfcld@city.kurashiki.okayama.jp

人権侵犯事件の調査救済制度をご存知ですか?



人権イメージキャラクター 人KENまもる君
人権イメージキャラクター 人KENあゆみちゃん

岡山地方法務局では「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、法律的なアドバイスをする「援助」や当事者の話合いを仲介する「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 (ゼロ ゼロ みんなの ひゃくとおばん)	最寄りの法務局
子どもの人権110番	0120-007-110 (ゼロ ゼロ ななの ひゃくとおばん)	岡山地方法務局 人権擁護課
女性の人権ホットライン	☎0570-070-810 (ゼロ ナナ ゼロの ハートライン)	岡山地方法務局 人権擁護課

岡山地方法務局・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（2月）

㊥…外科 ㊦…内科 ㊩…整形外科 ㊨…小児科 ㊪…耳鼻咽喉科
㊫…消化器科 ㊭…皮膚科 ㊯…脳神経外科 ㊰…泌尿器科 ㊱…アレルギー科

	2/2（日）	2/9（日）	2/11（火祝）	2/16（日）	2/23（日祝）	2/24（月振）
高松市（診療時間）9:00～18:00（※1）8:30～18:00（※2）9:00～17:00（※3）8:30～17:00	㊦ タウンクリニック高松東 春日町438-1 ☎087-818-0007	㊨ いとうわんぱくクリニック 楠上町2-3-15 ☎087-812-1089	㊨ おおた小児科アレルギー科クリニック 春日町466-1 ☎087-844-8288	㊦ ありとも内科クリニック 小村町256-13 ☎087-887-4103	㊩ おはら整形外科クリニック 多肥下町1543-1 ☎087-865-2398	㊦ ごしまクリニック 楠上町2-3-15 ☎087-813-1122
	㊦ 高松協同病院 木太町4664 ☎087-833-2330	㊪ 楓の森整形外科 小村町256-2 ☎087-887-9888	㊦ 香川県立中央病院 朝日町1-2-1 ☎087-811-3333	㊨ 香川県済生会病院 多肥上町1331-1 ☎087-868-1551	㊦ 木村医院 前田東町800-1 ☎087-847-6002（※1）	㊨ しぶやこどもクリニック 牟礼町牟礼2094-1 ☎087-845-6111
	㊨ ハピネスこどもクリニック 十川東町55-1 ☎087-848-9178（※1）	㊪ かわにし眼科医院 上之町1-3-11 ☎087-815-0588	㊪ 楠の森眼科医院 木太町1608-5 ☎087-802-1211	㊨ かど小児科クリニック 多肥下町1556-15 ☎087-868-1200	㊦ ㊨ 久米川病院 新田町甲474-3 ☎087-844-3111	㊦ ㊭ 高松赤十字病院 番町4-1-3 ☎087-831-7101
	㊨ ㊪ ひがさクリニック 三谷町1697-14 ☎087-888-5151	㊦ 中空医院 香西本町256-1 ☎087-881-1230	㊪ タカオ整形外科医院 国分寺町新居1310-1 ☎087-870-6700（※2）	㊪ 整形外科徳野医院 木太町2808-1 ☎087-831-3700	㊪ 坂口眼科医院 太田上町420-1 ☎087-816-5151	㊪ 新田外科整形外科医院 木太町2543-13 ☎087-833-8757
	—	㊦ ミタニ病院 三谷町1680-1 ☎087-864-8778	㊯ 高松脳神経外科・外科医院 檀紙町1593-1 ☎087-886-5588	㊦ 高松大林病院 番町1-10-3 ☎087-862-1231	㊭ さんあいクリニック 松縄町1005-3 ☎087-816-3192	㊪ まつもと眼科 郷東町東新開134-1 3F ☎087-832-8822
	—	㊪ 屋島総合病院 屋島西町2105-17 ☎087-841-9141	㊪ 番丁クリニック 番町5-9-10 ☎087-862-1110	㊦ 仏生山駅前こだまクリニック 仏生山町甲816-5 ☎087-814-4262	㊦ ㊰ 山下医院 国分寺町国分2155-3 ☎087-874-0077（※3）	—
丸亀市（診療時間）9:00～18:00（※1）8:30～18:00（※2）9:00～17:00	㊦ ㊰ 今田医院 垂水町1342 ☎0877-28-7526	㊦ ㊯ まるがめ医療センター 津森町219 ☎0877-23-5555	㊦ 吉田病院 宗古町5 ☎0877-22-8101	㊦ 小山クリニック 金倉町391-3 ☎0877-58-4976	㊦ 厚仁病院 通町133 ☎0877-23-2311	㊦ 辻松外科内科医院 前塩屋町1-12-24 ☎0877-22-6718
	㊦ おおくぼ内科医院 綾歌町富熊1077-1 ☎0877-86-6500	—	㊦ ㊨ 楠原内科医院 綾歌町岡田東2266-3 ☎0877-86-3005	㊭ みずたに皮フ科 土器町東3-254-2 ☎0877-58-0898	㊭ 石川整形外科クリニック 葭町3 ☎0877-23-8100	㊭ 十河皮膚科医院 今津町535-1 ☎0877-22-3065
	㊪ 竹内耳鼻咽喉科医院 川西町南422-12 ☎0877-28-1187	—	㊦ ㊭ 津森クリニック 津森町1109-1 ☎0877-21-1212	㊇ ㊦ 垂保小児科医院 飯山町川原972-1 ☎0877-98-2010（※1）	—	㊪ 三崎耳鼻科クリニック 飯山町川原1847-4 ☎0877-98-7696（※2）
坂出市（診療時間）9:00～18:00（※1）8:30～17:00（※2）8:30～16:30（※3）9:00～17:00	㊦ 佐藤医院 駒止町2-1-38 ☎0877-46-3387	㊦ ㊯ ㊪ 総合病院回生病院 室町3-5-28 ☎0877-46-1011（※1）	㊦ つざき内科クリニック 林田町3348-2 ☎0877-47-0130	㊦ ㊨ ㊯ 坂出市立病院 寿町3-1-2 ☎0877-46-5131（※2）	㊦ ㊨ ㊯ 坂出聖マルチン病院 谷町1-4-13 ☎0877-46-5195（※1）	㊦ 伊藤内科消化器科クリニック 川津町66-1 ☎0877-44-1930
	㊦ ㊯ 西山脳神経外科病院 加茂町593-1 ☎0877-48-3366	—	—	—	—	㊦ 永井循環器内科医院 川津町2800-1 ☎0877-44-1177
	—	—	—	—	—	㊯ 永井整形外科医院 川津町2730 ☎0877-45-1177（※3）
綾歌郡（診療時間）9:00～18:00（※1）9:00～17:00	㊪ 山下整形外科医院 綾川町畑田1071-1 ☎087-877-2272	㊦ よした内科消化器科医院 綾川町小野甲147-7 ☎087-876-5110（※1）	㊯ 井上胃腸科肛門科クリニック 宇多津町東分49-7 ☎0877-49-1700	㊭ ㊰ さくらづか吉田クリニック 綾川町陶4185-1 ☎087-870-8000（※1）	—	—
	—	—	㊦ 富士クリニック 宇多津町浜5-53-1 ☎0877-49-7576	—	—	—

※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。

略して HOC

HUG HUG ONLINE CLUB
先行会員大募集

年会費無料

特典1 大好評の読者参加型ファッションページで誌面デビューしてくれるモデルさんを大募集中!! 撮影が行われるスタジオでは、ヘア、メイク、衣装の全てをプロのスタッフがお手伝いしてくれます。

詳しくは、18ページを見てね

特典2

お得なイベント情報が届いたり、各種イベントへの会員先行入場などがあります。

特典3

eco電力のCMでお馴染みの梶原凪ゆ、feelNEOの会員限定特典も配信。

ママも パパも ばぁば じぃじも みんなで一緒にこどもの未来と笑顔をはぐくむ
HUG HUG
¥0 TAKE FREE
ONLINE CLUB先行会員募集
hug-online@hughug-web.com

【登録方法】
① 上記アドレスへ空メール送信
② 戻ってきたメールのURLへアクセス
③ 登録タイプ2種類のうち1つを選択し必要事項をご記入の上「入力内容を確認する」をクリック
④ 確認画面内容に間違いがなければ「送信する」ボタンを押して完了

※受信拒否設定をされている方は「hughug-web.com」のドメインが受信できるよう設定してください。
※ご提供いただく個人情報は、HUG HUG ONLINE CLUBとそれに付随するご希望コンテンツ以外の使用はいたしません。ご本人の承諾なしに第三者に開示・提供する事はいたしません。

ここから空メールを送ってね


HUG HUGキャラクター はぐきち

岡山県休日当番医表（2月）

※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。

		2/2（日）	2/9（日）	2/11（火祝）	2/16（日）	2/23（日祝）	2/24（月振）
岡山市（診療時間）9:00～17:00	旭川東	ながけクリニック（内科） 中区中井454-1 ☎086-207-6788	横田内科クリニック（内科） 中区国富820-1 ☎086-272-2202	江森内科・循環器科 中区中井1-13-15 ☎086-275-7474	清野内科医院（内科） 中区雄町295-1 ☎086-278-5535	戸川医院（内科） 中区高島新屋敷237-3 ☎086-275-0705	長井クリニック 中区円山54-18 ☎086-276-2111
	旭川西	にいや内科クリニック 北区北方2-1-30 ☎086-803-2189	ふじわら内科クリニック 南区福成1-167-1 ☎086-250-8070	同仁病院（内科） 北区下伊福上町15-7 ☎086-252-2661	酒井内科小児科（内科） 北区白石西新町7-110 ☎086-255-2131	たなか内科診療所 北区田中183-102 ☎086-259-1551	いのくち内科クリニック 北区大安寺東町23-15 ☎086-253-8000
	西大寺・上道	陽クリニック（内科・小児科） 東区西大寺新地16-3 ☎086-943-8778	藤田病院（内科） 東区西大寺上3-8-63 ☎086-943-6555	藤原内科循環器科医院（内科） 東区西大寺東3-1-8 ☎086-942-2173	井上内科小児科医院 東区東平島921-1 ☎086-297-9333	ふじわらクリニック内科小児科 東区中川町301-23 ☎086-942-3520	石井内科クリニック（内科小児科） 東区神崎町105-1 ☎086-946-2030
	瀬戸	山陽クリニック（内科・小児科） 赤磐市上市141-1 ☎086-955-7111	吉井外科内科クリニック 東区瀬戸町沖210 ☎086-952-3331	近藤内科（内科・小児科） 東区瀬戸町宗堂597 ☎086-953-1610	うえおか内科医院（内科小児科） 東区瀬戸町江尻1360-5 ☎086-952-5665	熊山診療所（内科） 赤磐市松木621-4 ☎086-995-1251	石原医院 東区瀬戸町瀬戸77 ☎086-952-0162
	一宮・津高・御津 建部・高松・足守	福本クリニック（内科） 北区首部65-4 ☎086-284-8811	森脇内科医院 北区津高712-1 ☎086-253-1567	たけべクリニック 北区建部町建部上325-1 ☎086-722-0063	須江内科クリニック（内科） 北区横井上142-1 ☎086-294-1001	佐藤医院 北区建部町川口1524-3 ☎086-722-1122	難波医院 北区横井上222-1 ☎086-294-3366
	吉備・妹尾・福田	田中胃腸科（内科） 北区小山108-3 ☎086-287-9200	深井医院 北区高松131-5 ☎086-287-2011	済生会 吉備病院（内科） 北区高松原古才584-1 ☎086-287-8655	西村内科小児科医院 北区加茂282-3 ☎086-287-6886	平山医院 北区平山508-1 ☎086-287-8464	えばらクリニック 北区加茂15-3 ☎086-287-3300
	藤田・興除・灘崎	せのお内科医院（内科） 南区妹尾850 ☎086-282-1211	平田内科医院 倉敷市茶屋町427-1 ☎086-429-2221	重井医学研究所附属病院 南区山田2177 ☎086-282-5311	原田内科医院 南区妹尾140-2 ☎086-282-0318	三宅おおふくクリニック（内科） 南区大福393-1 ☎086-281-2020	重井医学研究所附属病院 南区山田2177 ☎086-282-5311
		庵谷医院（内科） 倉敷市林514 ☎086-485-0057	さとう内科クリニック（内科） 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	みやけ内科クリニック（内科） 南区藤田674-6 ☎086-296-7778	岡山光南病院 南区東畦767-3 ☎086-282-0555	さとう内科クリニック（内科） 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	寺沢クリニック（内科） 南区東畦766-20 ☎086-281-7211
倉敷市（診療時間）児島地区・歯科 10:00～12:00 13:00～15:00 玉島地区・歯科 10:00～12:00 13:30～15:00 その他（常設施設以外）9:00～17:00	常設施設	情報が変更になる場合があります。事前に各宿直室へお電話にてご確認ください。 本庁/086-426-3033 児島/086-473-1111 玉島/086-522-8110 真備/086-698-1111	【内科・小児科】倉敷市休日夜間急患センター 倉敷市新田2689 ☎086-425-5020 【休日・祝日】9:00～12:30／13:00～17:00（内科医・小児科医が診察） 【平日・夜間（※休日・祝日含む）】20:00～23:00（内科医が診察）		【歯科】倉敷歯科衛生センター診療所 倉敷市昭和2-2-17 ☎086-422-2122 【休日・祝日】 10:00～12:00／13:00～15:00		
	倉敷・水島地区	かめ山こどもクリニック 沖新町88-4 ☎086-425-1117	あさき小児科 水島南幸町1-9 ☎086-446-1110	おかもと内科クリニック 水江1029-1 ☎086-441-1080	小川内科医院 連島5-1-37 ☎086-448-5800	やまだ内科クリニック 水江1594-56 ☎086-466-6880	国定内科医院 西田402-4 ☎086-454-6050
		—	平田内科医院 茶屋町427-1 ☎086-429-2221	—	—	—	—
	児島地区・内科	児島中央病院 児島小川町3685 ☎086-472-1611	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	やまもとクリニック 児島元浜町783-5 ☎086-473-5151	おか内科耳鼻科【内科のみ】 児島稗田町1957 ☎086-472-7780	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	やまな内科整形外科【内科のみ】 児島下の町10-2-12 ☎086-472-3012
		庵谷医院 林514 ☎086-485-0057	—	—	—	—	—
	児島地区・外科	児島中央病院 児島小川町3685 ☎086-472-1611	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	チクバ外科胃腸科肛門科病院【外科のみ】 林2217 ☎086-485-1755	児島聖廉病院【外科のみ】 児島下の町10-374 ☎086-472-7557	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	村山クリニック【外科のみ】 児島下の町2-12-2 ☎086-472-3059
	児島地区・小児科	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	なんば小児科医院【小児科のみ】 児島上の町2-2-17 ☎086-473-6011	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	—
	児島地区・歯科	おさき歯科 児島田の口4-11-1 ☎086-477-4848	大上歯科医院 林566-5 ☎086-485-4184	—	須藤歯科診療所 児島唐琴3-5-11 ☎086-477-8746	藤原歯科医院 児島味野1-13-30 ☎086-474-3000	—
	玉島地区	むらかみクリニック 新倉敷駅前3-3 ☎086-525-0018	新倉敷ビーチクリニック 玉島八島1513 ☎086-525-0840	やまだ皮フ科クリニック 新倉敷駅前3-137 ☎086-441-3800	みつおかクリニック 玉島中央町2-5-3-1 ☎086-523-2220	プライムホスピタル玉島 玉島750-1 ☎086-526-5511	玉島中央病院 玉島阿賀崎2-1-1 ☎086-526-8111
	玉島地区・歯科	黒住歯科 玉島柏島1580-1 ☎086-525-0851	川西歯科医院 新倉敷駅前2-13 ☎086-522-5716	—	白神歯科医院 玉島柏島767-6 ☎086-522-2947	長尾歯科医院 玉島爪崎419-3 ☎086-525-2500	—
	真備地区	源医院 真備町有井205-1 ☎086-698-5050	まきび病院 真備町箭田2387 ☎086-698-6511	—	まび記念病院 真備町川辺2000-1 ☎086-698-2248	呉妹診療所 真備町尾崎1600-1 ☎086-698-2220	—
玉野市（診療時間）9:00～17:00	外科	山田外科医院 和田3-19-1 ☎0863-81-7197	たまメディカルリハビリテーションクリニック 玉2-25-19 ☎0863-31-6803	玉野市民病院 宇野2-3-1 ☎0863-31-2101	三宅内科外科医院 槌ケ原1017 ☎0863-71-2277	宇野八丁目クリニック 宇野8-19-3 ☎0863-33-8080	近藤医院 東田井地1398 ☎0863-41-1061
	内科	井上内科医院 玉2-12-10 ☎0863-21-2074	東条小児科医院 迫間2137-4 ☎0863-71-5110	田川医院 和田1-6-14 ☎0863-81-8345	海岸通りクリニック 宇野1-42-26 ☎0863-31-3400	玉野三井病院 玉3-2-1 ☎0863-31-4187	石井医院 築港1-5-33 ☎0863-21-2743
浅口市（診療時間）9:00～17:00		白神医院 寄島町5660 ☎0865-54-2025	国定病院 浅口郡里庄町浜中93-141 ☎0865-64-3213	上田内科クリニック 鴨方町鴨方1081-1 ☎0865-44-3147	金光病院 金光町占見新田740 ☎0865-42-3211	磯川内科医院 浅口郡里庄町新庄1388 ☎0865-64-2001	みわ記念病院 金光町佐方80-1 ☎0865-42-5000
井原市（診療時間）9:00～17:00 ㊥…外科 ㊦…内科		㊦ 森本整形外科医院 上出部町473 ☎0866-62-6000	㊦ 小田病院 井原町582 ☎0866-62-1355	㊦ 井原市立井原市民病院 井原町1186 ☎0866-62-1133	㊦ 國司内科医院 西江原町1797-1 ☎0866-63-0739	㊦ 井原第一クリニック 高屋町127-1 ☎0866-67-0331	㊦ 菅病院 井原町124 ☎0866-62-2831
		㊦ 大山胃腸科放射線科内科 西江原町1470-1 ☎0866-65-0065	㊦ ほそや医院 七日市町102 ☎0866-62-1373	㊦ 青木内科 高屋町4-24-10 ☎0866-67-3138	㊦ 山成医院 芳井町与井44-7 ☎0866-72-0101	㊦ 河合医院 芳井町吉井89-1 ☎0866-72-1556	㊦ 前谷内科クリニック 西江原町666-1 ☎0866-63-4888
総社市（診療時間）9:00～17:00		三宅内科小児科医院 井手919 ☎0866-93-8511	やまてクリニック 岡谷121-6 ☎0866-92-9200	さかえ外科内科クリニック 真壁212 ☎0866-93-8800	原田整形外科 井手1208-2 ☎0866-94-8881	平川内科クリニック 久代4964-1 ☎0866-96-2002	薬師寺慈恵病院 総社1-17-25 ☎0866-92-0146
		診療ドクター杉生 門田315 ☎0866-92-5771	くにとみクリニック 門田78-1 ☎0866-92-0255	杉本クリニック 駅前2-18-21 ☎0866-92-1000	谷口レディスクリニック 真壁213 ☎0866-94-3300	旦医院 美袋1792-1 ☎0866-99-1120	谷向内科 井手1208-2 ☎0866-94-8801
久米郡 診療時間は各医療機関に事前にお問い合わせください。		櫃原病院 美咲町吉ヶ原992 ☎0868-62-1006	関医院 美咲町原田1732-1 ☎0868-66-1155	—	河合内科医院 久米南町神目中794-6 ☎0867-22-3131	亀乃甲診療所 美咲町原田3154-1 ☎0868-66-1000	—
瀬戸内市（診療時間）9:00～17:00		瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234
		津島医院 牛窓町牛窓3823 ☎0869-34-3313	平井医院 長船町福岡102-1 ☎0869-26-2006	内田クリニック 邑久町本庄2004-5 ☎0869-22-3020	はっとり医院 長船町土師1212-5 ☎0869-26-5656	瀬戸内りょうま医院 邑久町尾張1341-20 ☎0869-22-2800	あいの光医院・牛窓 牛窓町牛窓3121-1 ☎0869-34-6161



HUG HUG 読者コーナー

読者の皆様の色々な声をご紹介します!



節分の豆まきって、けっこうお家ごとの特徴が出ますよね！　豆の代わりに飴やラムネなんかの駄菓子をまいたり。もう豆まきでも何でもないけど、子どもは喜びます！　豆も、大豆じゃなくて落花生をまく地方もあるとか。後で拾って食べやすいから？

「我が家に猫がやってきました。初めて部屋に足を踏み入れた時、不安そうに隠れる場所を探していました。それが今や撫で始めると、わずか数秒で喉をゴロゴロと鳴らすようになりました！　呼ぶと可愛らしくお返事をして、駆け寄ってきます。そっと抱き上げると丸くなる姿に、子どもがまだ赤ん坊だった時のことを思い出してはほっこりします。小さな小さな、可愛い家族。これからもよろしくね！」（あーこさん）



猫、おとなしい子なら一度飼ってみたいなあ……。



「少し前まで何故か顔を合わすたびに泣かれていた孫も1歳になり、始めはジーっと見てくるけど、次第にニコって笑ってくれるようになりました。その笑顔で、また何か買ってやらねば」（かめ太郎さん）



顔を覚えてもらうまで大変ですよね、かわいいけど。

「初2歳になった息子くん。1歳のときより動物に対して優しくよしよしをできるようになりました。1歳のときは力加減が分からず、力ずくだった生き物に、優しく接することができ嬉しいです」（マロンさん）



優しいタッチで、猫も嫌がってないみたいです！←

おたより募集!

http://talk.hughug-web.com

上記のアドレスでアクセスできる
専用投稿フォームよりご投稿ください。

☆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。
※入力して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



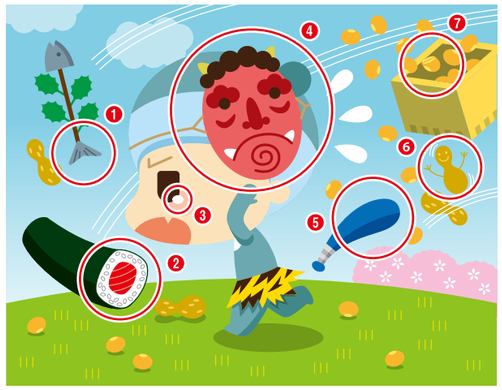
趣味のお話や
失敗談 etc...

p29のクロスワードパズルのこたえ

タテのカギ	ヨコのカギ
1 ミツマメ（みつ豆）	1 ミソシル（味噌汁）
2 シロ（白）	3 アオ（青）
3 アウト	5 トウハ（踏破）
4 オハライ（お祓い）	6 マコ（真子）
5 トシヨカン（図書館）	8 ウシトラ（艮）
7 コウヒツ（硬筆）	9 メウエ（目上）
10 エト（干支）	11 ヒトダカリ（人だかり）
12 ダテマキ（伊達巻）	14 カツ
13 リツシ（立志）	15 テンツユ（天つゆ）
14 カニアルキ（カニ歩き）	17 アマ（海女）
16 ユオン（湯温）	18 シオ（塩）
17 アサイチ（朝市）	19 アニサキス
20 ニモ	22 ルモイ（留萌）
21 スモウ（相撲）	23 モノ
24 ノト（能登）	25 チユウトロ（中とろ）

A	B	C	D	E
オ	ニ	ハ	ソ	ト

p31のまちがいさがしのこたえ



①ヒイラギにイワシの尾びれ　②恵方巻の具がマグロに　③パコの目に涙
④鬼の面が青鬼から赤鬼に　⑤鬼の金棒が野球バットに
⑥落花生に顔と手が　⑦大豆が1粒割れている

求人情報

働くママ・パパのお仕事情報!

岡山市北区

「育児中でまとまった時間が取れないから、スキマ時間で仕事がしたい」「子どもが大きくなったから、手軽に始められる職場で再就職したい」「家族のために、給料や休みなどもっと条件のいい仕事を探したい」etc.……
そんな希望を叶えてくれる、理想の職場が見付かるかも？　気になる会社があったら、まずはお電話で相談してみてください。



岡山市北区　JR大元駅より徒歩10分　★マイカー通勤可

A P 経験不問　英語学童保育スタッフ　時給950円～【週1勤務OK】

お子様を連れての出勤OK!
話せなくても英語が好きな方
Welcomeです!

放課後、子どもたちのちょっとしたお世話をお任せします。グローバルになる時代、これからの子どもたちは英語は必修です。学童というスタイルを通して、多文化に触れながら英語力を身に付けてほしいと開校しました！　オープニングスタッフ募集!

仕 放課後、子どもたちのお世話
場 岡山市北区東古松485-4 2階
給 時給950円～
待 ◎未経験者歓迎
◎自家用車通勤可
◎子連れ出勤可

時 週1～、14:00～18:00
休 急なお休み対応可
事 英語学習塾兼、学童
応 お気軽にご連絡ください。



Sunshine English Academy
岡山県岡山市北区東古松485-4 2階
TEL 050-3690-0523　担当:小林

岡山市北区／大元駅より徒歩通勤可　◎交通費規定支給　◎自家用車・バイク・自転車通勤OK

A P【主婦活躍♪】テレアポスタッフ ☆PC作業は一切ありません　時給1,000～1,500円【土日祝休・完全内勤・ノルマ無し】

マニュアル通りにTELするだけでOK!!
☆研修もするので未経験の方も安心☆
ご家庭とムリなく両立できる環境です◎

仕 ①法人様へのエコ電力切り替えや太陽光設置の案内をして頂きます。
②地主さんなどに電話をかけて、余っている土地のご提供を提案して頂きます。
資 ●未経験者歓迎!
●60歳未満（定年のため）
給 時給1,000～1,500円
☆昇給あり（アポ率など条件付き）
待 ●自家用車・バイク・自転車通勤OK
●交通費規定支給（上限1万円）
●ウォーターサーバー・冷蔵庫完備!
●3ヵ月更新 ●服装自由

時 9:00～18:00（希望シフト制!!）
どうしても希望のシフトに入れない場合はご相談頂ければ調整可能です。
※10分休憩がこまめにあります♪
※週2日～・1日3時間～OK!
休 土日祝・GW・お盆・年末年始
●急なお休みの対応もOKです!
事 住宅産業用太陽光発電などのEPC等
応 まずはお気軽にお電話ください。在職中の方は入社日など相談に乗りますよ♪
面接時は服装自由です。写真付き履歴書持参で面接は1回の予定です。

日本エネルギー総合システム株式会社
岡山市北区西古松西町8-18
TEL 0120-523-727（採用担当）



◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆
○件電話しないと帰れない……
○件アポ取らないといけない……
などのノルマは一切なし!!!
◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆
アポイントの取得率などで時給がUPしたりとやりがいもしっかりあります!



20～50代が活躍中!
未経験の方大歓迎!!
シフトの融通もバッチリ♪
お子さんの体調などで
急なお休みの多い子育てママも
働きやすい職場です! ぜひお気軽に!!

岡山市北区／JR「備前西市」駅徒歩10分 ◎マイカー通勤OK

E 技術職（電気工事・土木施工スタッフ）　年休115日／月給23～33万円+諸手当／残業少

仕 太陽光発電に関する現場スタッフとして、土木、もしくは電気工事をお任せします!
【土木の仕事】
◎木の伐採・草刈り ◎造成作業
◎基礎作り（スクリュー杭工法）
◎フェンス・防草シートの貼り付け他
【電気の仕事】
◎パネルを置くための架台設置作業
◎パワーコンディショナー等の取り付け
◎配管・配線の処理 ◎鋼管柱の設置
◎電力メーターやブレーカーの据え付け他
場 岡山市北区今8丁目9-23 ★転勤なし
資 □第一種・二種電気工事士
（電気の仕事を希望の方は資格必須）
□学歴不問 □経験不問 □要普免
□第二新卒・正社員デビューの方歓迎
待 ◎通勤交通費 ◎時間外手当
◎子ども手当 ◎住宅手当
◎役職手当 ◎資格手当
◎各種社会保険完備
◎資格取得支援制度 ◎作業服・工具貸与
◎レクリエーション（社員旅行・社内交流会など）
時 8:00～18:00（休憩120分）
休 完全週休2日制（祝日は会社カレンダーによる）
★休日出勤の場合振休あり ★慶弔休暇
★GW、お盆、年末年始休暇あり
★有給休暇（年間5日以上取得を推奨）
事 住宅用・産業用太陽光発電からメガソーラーなどの設置工事
風力発電設置工事
応 応募希望の方は、本社採用担当宛に履歴書（写貼）を郵送してください。



日本エネルギー工事システム株式会社
香川県高松市林町1964-1（本社）
TEL 087-813-5907（採用担当）

正 正社員／A アルバイト／P パート／仕 仕事内容／場 場所／資 資格／給 給与／待 待遇／時 時間／休 休暇／事 事業内容／応 応募方法／他 その他

HUG HUG COVER GIRL INTERVIEW
今月の表紙
#05



キララ
（feelNEO／HUG PRO所属）

PROFILE
2004年2月29日生まれ。
おやこ情報誌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。
以前から練習しているギターはもちろん、作詞・作曲にも挑戦中です。

1月8日（水）に8枚目のCDシングル「星の下の僕らの話」をリリースしたばかりのfeelNEO。オリコンデイリーランキング（1/8付）では、2位を獲得いたしました。そんなfeelNEOグループ4人目の表紙撮影は、感性が光る天才肌のキララちゃんです。

―― ソロとして初めての表紙撮影はどうでしたか?

キララ　とても変な感じでしたが、とても楽しかったです。一応、小さい頃の夢はモデルさんで、キッズモデルとかもした事はあったんですけど、お仕事ではなかったので、私みたいなのが一人で表紙撮影をしているのがとても変な感じで……。でも、カメラマンさんがいつもfeelNEOを撮ってくださっている方だったので、とても優しく接してくださり、ゆったりとした雰囲気の中で、楽しく頑張る事ができました。

―― 2020年が始まりましたが、今年新たに挑戦したいことはありますか?

キララ　あまりアイドル活動には関係ないんですけど、ホテルのお風呂に一人で入る事です。私はこう見えて本当に怖いのがニガテで、以前、ツアーの最中にホテルのお風呂に入った時は、ずっとドアを半開きにしていました（笑）
特に洗顔の時が一人じゃ無理なので、その時はあやポンにお風呂の前でずっと立っていてもらったくらいです。

―― グループ、個人としてのこれからの夢・目標は何ですか?

キララ　もちろんメジャーデビューです!!　コトバワコトダマワンマンツアーのラスト「4.29　岡山市民会館」で、会場を満員にしたらメジャーデビューと約束されているので、絶対にお客様で満員にしてメジャーデビューをします!　ファンの皆さんと一緒に夢を叶えます!!
個人としての目標は、もじもじ喋るのをやめます!

2020年4月29日（水祝）に開催される岡山市民会館単独公演までさらに走り続けるfeelNEO。
今年もfeelNEOの活躍にご期待ください!!



HUG HUG 2月号 読者プレゼント

今月もHUG HUG読者のために、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。

1 JTBギフト券 2千円分
1名様
ショッピング、グルメ、テーマパークや宿泊施設など全国約50万店で使えるオールマイティなJTBギフト券、2,000円分を1名様にプレゼント。
提供：株式会社JTB 岡山支店



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
香川県丸亀市のテーマパーク、NEWレオマワールドのペアチケット（大人・小人各1名）。アトラクションやイベント、グルメやショッピングなども楽しめます。
提供：レオマリゾート



3 ガトーショコラホール 15cm／2,500円（税抜）相当
3名様
濃厚なフランス産チョコ使用の生地を焼いてトッピングにアッサリ生クリームをたっぷりのケーキを美味しくどうぞ! 当選者は1ヶ月以内に前日予約の上ご来店ください。
提供：洋菓子 Hashimoto



4 池田動物園 親子ペア招待券
5組10名様
池田動物園に親子ペア5組10名様をご招待！　ご家族揃って、動物たちに会いに来てください!
提供：池田動物園



5 はだし感覚の子ども靴 たびりらキッズ
3名様
カラー：
ブルー・イエロー・ピンク（カラーは選べません）
サイズ：14～21cm
サイズ：（1cm単位）
当選後、ご希望のサイズをご連絡ください。
提供：株式会社 丸五



6 鷲羽山ハイランド 親子ペアチケット
2組4名様
楽しい乗り物がいっぱいの鷲羽山ハイランド、親子ペア5組様をご招待！　ご家族揃って、遊びに来てください!　人気のフリーパスチケットです。
提供：鷲羽山ハイランド



7 晴れの国岡山からの贈りもの 晴れの国ロール 3名様
生地はふわふわ&もっちり。すーっと溶け込む自然な甘さの心も晴れるロールケーキです。
お店で人気No.1☆
当選者は3日前までにご予約の上、1ヵ月以内にご来店ください。
提供：パティスリーKou



8 飛竜「岡山ラーメン」 2食入り 3パックセット
5名様
まろやかでコクのある濃厚醤油とんこつスープと岡山県産小麦100%の中細ストレートめんを使用。こだわり尽くした究極のラーメンです。
提供：株式会社飛竜



9 ぽかぽか温泉 岩盤浴 ペアチケット
5組10名様
美肌、デトックス、アンチエイジング、リラックス等の効果が期待できる岩盤浴5部屋と、お風呂12種類が楽しめるフリータイムチケットです。
提供：ぽかぽか温泉



10 ぽかぽか温泉 ペアご招待券
5組10名様
14種類のお風呂と6部屋80床の岩盤浴が大人気。ご家族そろって楽しめる憩いの温泉です。
提供：ぽかぽか温泉



11 ディア・ラズベリー 商品券 2,000円分
3名様
お洒落な子ども服・ベビー服と雑貨のお店ディア・ラズベリーの商品券2000円分をプレゼント。閉店のため只今半額セール中!
3月中にお店にご来店の上お受け取りください。
提供：ディア・ラズベリー



12 ガチャピン・ムックのペットボトルホルダー
5名様
ガチャピン・ムックのイラストが大きくプリントされた、体験の風をおこそう運動を推進する青少年自然の家オリジナルのペットボトルホルダーです。
提供：国立吉備青少年自然の家



13 「せんごくでござる」
ゆあさはち／著 800円（本体）
2名様
岡山の作家による初の歴史絵本。親子で戦国武将を楽しく学べます。「歴史って面白い!」5分読めば歴史に興味が持て、表紙の岡山城が郷土への関心を誘う一冊です。
提供：ゆあさはち



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。

読者プレゼント 応募フォームQRコード

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!

応募期間は2020年1月20日（月）～2月19日（水）です。

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



住宅専門の設計事務所
風景のある家
-Huukei-Design.LLC-
岡山atelier：岡山市南区西市109-5

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
2020年 2/1（土）▸2（日）
設計事務所が計画する資金計画相談会

詳しくは、HPをご覧下さい。
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。

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



えっ！768万円から さくら夢ハウス

さくら夢ハウスで叶える 夢のマイホーム♪

大展覧会&感謝祭2020

入場無料

さくら夢ハウスがお贈りする家づくりのビッグイベント!
普段は見ることのできない最新の住まいづくりや設備を大公開!
間取りからデザイン、インテリアそしてお金に関する相談までまるごと体験できる2日間!

2/22(土)・23(日)
時間 10:00~17:00

会場
サンメッセ香川 大展示場
香川県高松市林町2217-1

さくら夢ハウス 体験コーナー

実際のリビングやダイニング、ベッドルームなどをイメージしたコンセプトルームで、さくら夢ハウスの高機能・高品質な最新設備や機器を体験できます。どうぞ中に入って暮らしのアイデアを見つけてください!




家づくり相談コーナー

プランニングの事、資金計画の事、土地探しの事、各分野のプロが家づくりに関するお悩みを解決します!

ワークショップ

高品位ホーローのルーツ、「七宝焼き」のストラップを作ろう!
親子で楽しめるオリジナルのストラップ作りに挑戦!

スター☆トゥインクルプリキュア ショー

2/22(土)
時間 ①11:00 ②15:00
場所 イベントステージ
観覧無料



仮面ライダーゼロワン ショー

2/23(日)
時間 ①11:00 ②15:00
場所 イベントステージ
観覧無料



大抽選会 空くじなし

豪華賞品GET! 空くじなし!
アンケートに答えてガラポンチャレンジ!

特賞 エースJTBで行く ファミリー旅行 10万円相当!



1等 Nintendo Switch



2等 T-fal アクセススチーマー ハンガーアイロン



プレイランド

ふわふわプレイランド

大人気!



セグウェイ体験エリア

近未来の乗り物乗車体験ができるコーナー! さまざまなタイプのセグウェイに乗ってお気に入りを見つけよう!




MOTTOYと遊ぼう!

小さいお子様から楽しんでいただけるアクショントイMOTTOYの乗車体験ができる!




乗って遊べる遊具がもりだくさん!

feelNEO スペシャルライブ

全国で活躍中のアイドルfeelNEOによるスペシャルライブステージ! 100%生歌と圧倒的なダンスを武器とするfeelNEOのスペシャルパフォーマンス!



スタンプラリー

会場内のスタンプを集めて、お菓子つかみ取り!

話題のお店が大集合!! グルメエリア



増田豆富店

岡山で1番ゴキゲンな豆腐屋さんのゴキゲンな豆腐料理をどうぞ!

レストラン ア・ラ・メゾン

茹であげ生パスタをグラナパナードチーズにからめ、お好みのソースでお召し上がりください!



あがいやんせ

岡山県産の黄にらを使った香り甘みの良いスッキリとしたラーメンです。



ティーズクローバー

外はさっくり、中はふんわりと日本人好みの味と食感を追求されたスコーンは、楽天ショップのパン、焼き菓子ランキング1位常連の1級品!

その他多数出店!!

※予告なくイベントの内容が変更となる場合がございます。

さくら夢ハウス
[イベントに関するお問い合わせ] 〒761-0301 香川県高松市林町2521-5
0120-212-255 さくら夢ハウス 検索

■企画・編集・発行／おやこ情報誌「HUG HUG」編集室 086-245-4350
■発行元／株式会社リードオン 岡山県岡山市北区西古松西町8-18