私立中学校
進学・教育相談会 hugジュニEXPO2020 イオンモール岡山5F おかやま未来ホール 6月6日(土) 10:00～16:00 入場無料

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

5
［ハグハグ 岡山・香川版］
May 2020 / vol.125
毎月20日発刊
TAKE FREE

ご自由にお取りください
TAKE FREE

モデル：あやポン
(HUG PRO所属)

はぐもぐ 離乳食ガイド

HAPPY BIRTHDAY
5月生まれのおともだち

HOC × INNOCENCE presents
my favorite collection

おうち時間を楽しもう
HUG HUGなぞなぞ

読者プレゼント
応募受付期間
4/20(月)～5/19(火)
※詳細はp48をご確認ください。

ポタジェ作りに挑戦♪

子どもと楽しむ ガーデニング



岡山県では、幼稚園・保育園・スーパー・公共施設など約1000ヵ所、
香川県では、コンビニ・スーパーなどを中心に設置・配布しています。

「小さな森のまち」米倉130

新規分譲開始

全21区画

岡山市南区米倉

「小さな森のまち」第3弾
いよいよ販売開始！



※まちなみのイメージパースです。
現地に建物は建っていません。
ご要望に合わせて建物プランいたします。

シンボルツリーや駐車場緑化で潤いあるまちなみに。

岡山市南区米倉に、豊かな緑があふれる21区画のまちが誕生します。

それぞれの住まいにシンボルツリーや駐車場緑化、菜園などでお庭を彩ってもらうことで、まち全体が緑あふれる風景に。

JR備前西市駅から徒歩10分、バイパスへも近い便利な立地ながら、少し奥まった場所にあるため、落ち着いた周辺環境も魅力です。



ゆとりの6m道路と通りに沿ったグリーンゾーン。

＜区画図＞



延べ石と芝生からなる
グリーンゾーンで
よりゆったりとした印象に。





備前西市駅まで 徒歩10分

ますます便利になる北長瀬駅周辺や
2号線バイパスにも楽々アクセス。











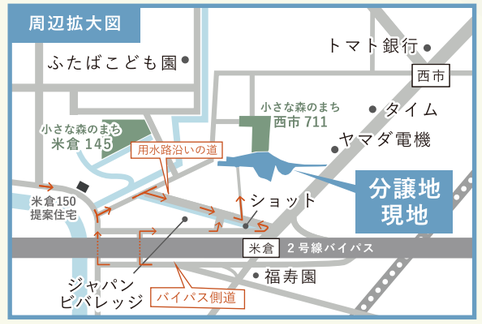
徒歩 約10分

ＪＲ西市駅



徒歩 約15分

くすりのラブ平田店



□物件概要 ●所在地／岡山市南区米倉 130 他●地目／田●用途地域／準工業地域●建ぺい率／ 60%●容積率／ 200%●現況／更地●販売区画数／ 21 区画●最多価格帯／ 1,700 万円●設備／上水道、下水道、電気、都市ガス●道路／団地内 6m（①号地東 6m、②⑥～⑭号地南 6m、③号地南 6m・東 6m、⑤号地南 6m・西 6m、㉑㉒号地北側 6m●学区／芳明小学校、芳田中学校●備考／開発団地（開発許可番号 岡山市指令開第 744 号（R1 年 11 月 15 日）、建築条件付●取引態様／売主

土地価格 1,632万円～2,059万円　土地面積 137.25㎡（41.51坪）～169.93㎡（51.40坪）

※土地価格には上下水道負担金 55 万円を含みます。

お問合せはこちらまで

株式会社
ミナモト建築工房
086-246-1188
担当：尾原（おはら）
岡山市北区辰巳 14-101 くらしのたねビル
ミナモト建築工房
建設業許可番号 岡山県知事許可（般—29）第16674号
宅建業許可番号 岡山県知事許可（5）第4414号

小さな森のまちって？

5年、10年と、時の流れと共に緑と住まいが馴染み、一歩足を踏み入れたときホッと感じられるようなまちを岡山に少しずつ増やしていきたい。そんな想いから『小さなもりのまち』の計画はスタートし、今まで2つの『小さなもりのまち』をつくってきました。

第1弾 小さな森のまち 米倉145

曲線を描く通りに沿ったグリーンゾーンや季節を彩る樹木が美しい 21 区画の分譲地。



第2弾 小さな森のまち 西市 711

シンボルツリーや緑化駐車場などを各戸に設け、潤いのあるまちなみをつくる 18 区画の分譲地。



見学をご希望の方は、
左記まで
お問合せください。

Housing Yamachu
CONNECT STUDIO
Company Housing YAMACHU woodenhouse&reform SINCE 1971

「大事なことは、無理をしないこと。」
山忠はそう考えています。
「夢と理想と現実と」
それをバランスよく配分することが大切です。

なにが必要で、どこにこだわりたいのか、ゆずれないポイントはどれなのか。
「予算とにらめっこ」しながら考えてみる。

幸い山忠にはみなさんの先輩たちが「あーでもない、こーでもない」と言いながら
一生懸命創り上げたすばらしいプランばかり。
暮らしをイメージしやすく、打ち合わせも楽しみながらできるはず。
何でも聞いてください。山忠の家づくり。









CONNECT STUDIO TEL.0120-927-576 OPEN.10:00-17:00 水・祝日休み（見学会等イベント時も休みになりますのでHPでご確認ください）



SIMPLE STYLE
シンプルスタイル

生活に、木の温もりを。上質を楽しむシンプルライフ

シンプルだけれど、温もりのあるわが家に。
そんな願いを実現する、上質素材の家づくり
お気に入りの家具や花も馴染みやすいスタイルで
毎日の暮らしを豊かに、美しく



VINTAGE STYLE
ヴィンテージスタイル

かっこよく、味わい深く。そんな日常を叶える家

職人技術で磨き上げた、世界に1つの味わいを持つ家
ひとつひとつ表情が異なる素材をまとめ上げ
暮らしに馴染むヴィンテージスタイルを実現

暮らしを、つなぐ。

Li-plus ーリプラスー

Little … 家族にジャストサイズ
Like … 好きに囲まれた毎日を
Life … 暮らしと人生をもっと豊かに
Live … 日常を自由に

Provence style
プロヴァンススタイル

細部までのこだわりと憧れを詰め込んで

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



base
【 ベース 】

暮らしを重ねて育てていく、世界に1つの家づくり

この家で過ごす毎日はどんな色になるだろう。
テイストを選ばないベーシックスタイルは
そんな期待を膨らませてくれる。
これからの人生を豊かに支える、
コストパフォーマンスに優れた生活を



*お家づくりの詳しいお話をお聞きになりたい場合は事前にご連絡ください。

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

https://www.wood-stage.com ハウジング山忠 検索
housing yamachu（ハウジング山忠）

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。

友達登録 お願いします!

資料請求だけでもお待ちしております。
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。
ぜひお問い合わせください!

eco電力に切り替えてQUOカードGET

新規 ご入会キャンペーン

eco電力に新規契約するともれなくQUOカード1000円分プレゼント!
eco電力に切り替えるだけでオトクがず〜っと続く!!

キャンペーン期間　2020年 4/20〜 2020年5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4月20日から2020年5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。

一般ご家庭向け eco電灯Aプラン はこんなにオトク!!

HUG HUG 特典

HUG HUGを見てお申し込みされた方の電気料金
通常1kWhあたり24.4円を23.4円に割引いたします!



一般ご家庭向け eco電灯Aプラン　1kWhあたり 24.4円(税込) → -1円 → 23.4円(税込)

例えば、3人暮らしのご家庭が従来電灯Aからeco電灯Aプランへ切り替えた場合

中国電力	約11,359円／月
eco電力	約10,109円／月

基本料金0円　毎月1,250円、年間15,000円もお得です!!

※従量電灯A　432kWh/月ご利用の場合　※燃料調整費・再エネ賦課金は含まれておりません

さらに eco電力 に切り替えるとお客様の **住宅トラブル** も 業界初! **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ください。

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。

キャンペーン申し込み番号 8989



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
eco電力 検索
小売電気事業登録番号:A0519

CONTENTS

10 巻頭特集
ポタジェ作りに挑戦♪
子どもと楽しむガーデニング
ちょっと気になる お庭のはなし
おすすめの庭
ガーデニング好きの猫ちゃんにちょっと困った……

14 おうち時間を楽しもう
HUG HUGなぞなぞ

18 HOC × INNOCENCE presents
my favorite collection

22 歯のお悩みQ&A

22 はぐはぐめいろ

24 離乳食でお困りのママ、パパへ……
はぐもぐ離乳食ガイド
「子どもがまともな離乳食を食べてくれません。」

25 クロスワードパズル

26 HUG HUGおすすめセレクション

28 HUG HUG ママスクール
パコちゃんのまちがいさがし

30 今月の住宅情報

40 求人情報

41 髙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 子ども喜ぶ! パクパク完食!
みんなのキャラ弁教えて!
キャラクターがいっぱい!
野菜もいっぱいのお弁当

44 岡山県 休日当番医表

45 香川県 休日当番医表

46 HAPPY BIRTHDAY
5月生まれのおともだち

47 読者コーナー

47 Green Rabbitの 今月の花タロット

48 読者プレゼント
4/20(月)～5/19(火)受付



model ： あやボン（feelNEO／HUG PRO所属）

photo ： JIN FUKUDA（QUATRO PHOTO DESIGN）

今月号に掲載されているイベントは、場合により延期または中止となる可能性がございます。
参加ご希望の方は、お手数ですが、事前に主催元などにご確認頂きますようよろしくお願い致します。

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。
マネードクターのFP（ファイナンシャルプランナー）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
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:1911270IM0094B

入場無料

岡山県の中高一貫校・進学塾が集結!
中学受験情報誌「hugジュニ」がお送りする
学びと教育のテーマパーク開催!

hugジュニEXPO2020
進学・教育相談会

2020年6月6日(土) 10:00～16:00
おかやま未来ホール イオンモール岡山5F
〒700-0907 岡山県岡山市北区下石井1-2-1 イオンモール岡山 5F

※新型コロナウィルス感染症拡大防止のため、急遽開催を中止する場合がございますので、下記お問い合わせ先にてご確認ください。

メインステージ
各校のプレゼンパフォーマンスに注目

学校資料配布
学校案内、募集要項などを集めよう

勉強方法をアドバイス
先生たちが最適な勉強法を教えます

制服ファッションショー
人気の制服をこの場ですべてチェック

体験ブース
子どもたちが遊べるブースをご用意

出展予定校

学校法人 関西学園
岡山中学校・岡山高等学校

学校法人 山陽学園
山陽学園中学校・高等学校

学校法人 就実学園
就実中学校・就実高等学校

学校法人 加計学園
岡山理科大学附属中学校

学校法人 森教育学園 岡山学芸館
清秀中学校・高等部

ノートルダム清心学園
清心中学校・清心女子高等学校

金光学園中学・高等学校

学校法人 みつ朝日学園
朝日塾中等教育学校

【主催】 株式会社リードオン 〒700-0926 岡山市北区西古松西町8-18 TEL 086-245-4350／FAX 086-245-4351／mail info@lead-on.co.jp

実は、男性にこそ必要!
できる男は始めている
今こそチャンス!

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ヵ月!**
生涯ひげ剃りにかける金額平均 **約120万円!!**
清潔感UP! 第一印象を変えるメンズ脱毛を応援します。

毎日のヒゲ剃りから解放されたい



毛量を減らしたい

01 美容ライト脱毛



痛くない脱毛で初めての方も安心。男性の為の美容サロンがオススメする美容脱毛です。デザイン脱毛も人気です。お気軽にご相談ください。

FACE ひげ脱毛	BODY ボディ脱毛
月額 ¥6,500（税別）	月額 ¥11,000（税別）
あご裏&首はオプション +¥1,000 ・ひげ脱毛の部位は、目から下。	・ご希望の2カ所を選択（VIOは除く） 都度払いやチケットよりお得です。

それが今なら……

初回お試し価格の
¥2,020（税込）

さらに……

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!!

02 美容整骨

立ち方一つで印象がかわる!
キリリとした姿で営業成績UPを目指しませんか? スピード小顔、美尻コースもお試しください。男性専門店は岡山発です♪



03 フェイシャルエステ

男性にもぜひとも体験していただきたい。
毛穴のお掃除後の爽快感!!
men's MOUで日頃の疲れを癒してみませんか?
日焼けする前の今がおすすめです。



How to



step.1 来店

有資格者による安心のカウンセリング。
お客様のお悩みに真摯に向き合います



step.2 施術

30分～1時間で施術完了!
お昼休みでも通えます。



step.3 完了

皆さんにくつろいでいただける隠れ家のようなお店です。

［結果に自信］ ［低価格］ ［女性スタッフ］ ［完全個室］



大元駅からすぐで、香川の方も通いやすい☆

完全予約制

☎ **086-728-5992**

〒700-0927
岡山県岡山市北区西古松2-24-15
ステップビル2F
Open. 11:00～19:00（最終受付）
Close. 日曜日 Instagram mens_mou

ご来店前の注意事項
・ご来店時に身分証の提示をお願いしています。
・脱毛前の事前処理として、施術前日までに脱毛部位のシェービングをお願いします。
・処理を行なっていない場合、1箇所につき¥1,000でシェービングアドバイスさせていただきます。

ボクたちだって癒されたい
こういう時間
欲しかった

もう悩まないで!!

LGBT応援サロン
一緒にキレイになりましょー!

men's MOU
ESTD 2019

総合住宅展示場

プレステージ城東

7社10棟のモデルハウスを展示



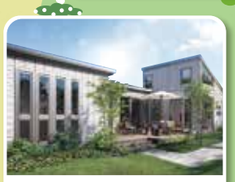
























野菜の苗はセンターハウスで貰えるよ!



5/3(日祝)～6(水振) 10:00～17:00

センターハウスで
来場アンケートに答えると
プチトマトの苗プレゼント!

さらに、プレステージ城東の公式インスタグラムをフォローで

＋

選べる ミニ観葉植物 プレゼント!!

※各日先着30組1家族1回に限ります

Instagram はじめました

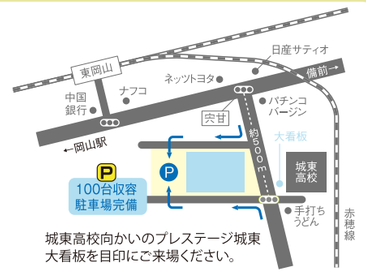


総合住宅展示場

プレステージ城東 後援／住宅金融支援機構 **Tel.086-279-8844**

〒703-8222 岡山市中区下126-1 営業時間／10:00～18:00
定休日／毎週水曜日（祝日・イベント期間を除く） 駐車場／100台
http://www.prestige-joto.jp プレステージ城東 検索

※写真はすべてイメージです。※イベントは予告なく中止する場合がございます。



城東高校向かいのプレステージ城東
大看板を目印にご来場ください。



ちょっと気になる

お庭のはなし



花や木を買う時についているラベルにはいろいろな情報が書かれています。
どんなところに植えればいいのか、将来どんな姿に成長するのか……
ガーデニングを始めるとよく見かける用語を少しご紹介します。

一年草　1シーズンで花を咲かせ種をつけて枯れる植物

一年のうちに発芽から開花・結実までのサイクルが完結する草花のことを一年草（別名、一年生植物、一年生草本）といいます。
生育スピードが早く、花が咲いた後の手入れや休眠期がないため、管理しやすく、ガーデニング初心者でも育てやすいのが特徴です。

《春蒔き一年草リスト》

花の名前	種まきの時期	開花期
朝顔	5〜6月	6〜10月
アスター（エゾギク）	3〜5月	6〜8月
ニチニチソウ	4〜6月	6〜10月
千日紅（センニチコウ）	5月	5〜11月
コスモス	3〜7月	6〜11月
マリーゴールド	3〜5月	4〜12月
ひまわり	4〜6月	6〜10月

二年草　1回の生活環を完了するのに2年を要する植物

種まきから最初の一年は、茎葉や根を作って冬に休眠し、二年目の春〜夏にかけて花を咲かせて枯れる草花を指します。別名、二年生植物、二年生草本と呼ばれます。
一年草や多年草に比べて種類が少なく、環境によっては二年生であっても一年で枯れてしまうものもあれば、一年草であっても二年ほど生育してしまうこともあることから、厳密に区別することがむずかしい分類です。

《春に咲く宿根草リスト》

植物名	開花期
マーガレット	3〜6月
芝桜	4〜5月
アヤメ	5〜6月
デルフィニウム	5〜6月

多年草　同じ株から何年も花を咲かせ、冬でも葉が枯れない植物

数年にわたって枯れず、同じ株から毎年花を咲かせる草花のことを多年草もしくは、多年生植物といいます。

宿根草　冬になると葉や茎は枯れるが根は生きていて、暖かくなると芽が出てくる植物

宿根草とは、毎年花を咲かせる草花や球根植物のことです。「しゅくこんそう」または「しゅっこんそう」と読みます。
多年草の一種で、生育に適さない時期になると、地上部が枯れてしまうことが特徴です。地下に根が残っているので、翌年再び花を咲かせることができます。
植えっぱなしで育てられるので、毎年植え替えをする必要がなく、経済的かつ手間が少なくガーデニングが楽しめるメリットがあります。ただ、地上部の弱り具合がわからないため、根の水不足などの様子の変化に注意してください。

常緑樹　1年を通して緑の葉が茂っている樹木

落葉樹は葉を落としている時期には寒々しい印象になりますが、常緑樹は常に緑色の葉を生い茂らせているので冬にも自然の温もりを感じることができます。
日差しを遮ってくれるメリットもあるので、夏は涼しく、冬は温かく感じさせてくれるでしょう。

落葉樹　寒さで冬には葉を完全に落としてしまうような樹木

寒くなると葉を落とし、春になると新芽を出す樹木。紅葉するものが多く美しい。家の南側に植えると、夏は茂った葉が強すぎる日差しをさえぎり、冬は葉を落し、暖かな日差しが入ります。

バラの樹形

バラは樹形から、木立ち性（ブッシュ・ローズ）、半つる性（シュラブ・ローズ）、つる性（クライミング・ローズ）の3タイプに分けられます。

木立ち性（ブッシュ・ローズ）

枝が太くて上に向かって伸び、木のようにしっかり自立するもの。

半つる性（シュラブ・ローズ）

やや枝が細く、扇型に枝が伸びるので、横に広いスペースをとって植える。

つる性（クライミング・ローズ）

枝が3〜6メートルに伸びるので、長さを生かして大型のアーチや広い壁面に誘引すると美しい。
咲きそろった頃の景色は圧巻……。





＼ポタジェ作りに挑戦♪／

子どもと楽しむガーデニング



ホームセンターやお花屋さんに並ぶ野菜の苗は、
5月のゴールデンウィークあたりに植えるとよく育つといわれています。
お庭がなくても、鉢で十分育つ野菜もたくさんあります。
自分で育てた野菜の味は、格別！　食育にもつながります。
まずは、チャレンジしやすいプチトマトがおすすめ♪
トマトは、乾燥すると甘くなるという性質があるので、
水やりを忘れがちな方にも育てやすい野菜ですよ（*^-^*）
今回は、毎日お庭を見るのが楽しくなる、ポタジェに挑戦してみましょう!



ポタジェとは?

フランス生まれの"ポタジェ"とは、ハーブや草花と野菜を一緒に植えて、実用的でありながら見た目にもおしゃれな家庭菜園のことを指します。庭がなくても、ベランダの小スペースを活用して手軽にはじめられるのが魅力的です。



ポイントは?

ただ、野菜を植えるのではなく、ちょっとデザイン性をもたせ、絵を描くように植えます。
上に伸びるトマトやキュウリなどは、支柱の立て方でおしゃれ度がアップしますよ。





サンチュやベビーリーフなどは、中心から新しい葉が出てくるので、外側の大きくなった葉から摘んでいくと長〜く楽しめます。

マリーゴールドは、野菜と一緒に植えると、虫除けや駆除効果を発揮することからコンパニオンプランツとしてよく使われます。





伸びてきたら麻ひもなどでやさしく支柱にとめます

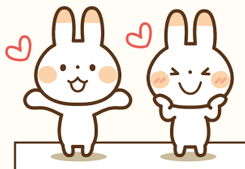


食べられる花「ナスタチウム」は葉っぱも食べられます。
サラダなどに加えてもOK!!

《お料理例》



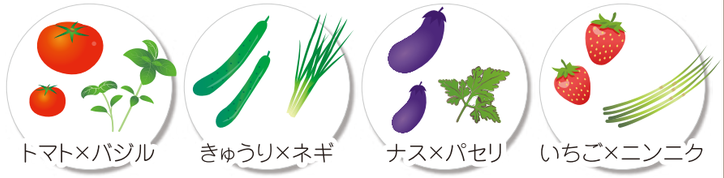
いつものご飯がご馳走に見える魔法♡
色どりが足りない時に便利!!
ママの「ちょっと摘んできて〜」で子どもも楽しくお手伝い♪



一緒に植えると相性のいい野菜と花

一緒に植える事で、病気や害虫の被害に遭いにくくなる、生育がよくなる、風味や味がよくなるといった作用があります。
植物にも相性があるんですね(*^-^*)
この、仲良しな植物同士を『**コンパニオンプランツ**』といいます。

《コンパニオンプランツの例》



一年中楽しめるお庭づくりのポイントは、春の花、夏の花、秋の花、冬の花をバランスよく植える事。お花屋さんと仲良くなって季節ごとに好きな花を足していくのがおすすめ。
成長した姿を想像して、奥に背の高くなる植物を、手前に背の低い植物を植えましょう。咲いた花は、お庭で楽しむだけでなく、切り花として飾ったり、子どもと一緒に写真を撮ったりすればとてもいい思い出になりますよ♪



シェードガーデン

日陰の庭だからってあきらめなくて大丈夫。
日陰だからこそ元気に育つ植物もたくさんあります。
高さや葉の形、色にメリハリをつければアクセントの効いた庭になります。陽あたりが良すぎる庭に、大きな木を植えて、わざと日陰を作り、落ち着いた雰囲気にする事もできます。



マルバノキ
落葉樹 低木 4m



エゴノキ
落葉樹 低木 7〜8m



アジサイ
落葉樹 低木 2m



アカンサス
宿根草 150cm



クリスマスローズ
多年草 50cm



カレックス
多年草 1m



ギボウシ
宿根草 15〜30cm



ヒューケラ
多年草 30cm





お庭に遊びに来る猫ちゃんに ちょっと困った……





猫は可愛いんだけど、せっかくお手入れをした家の庭でいたずらするのはご遠慮願いたい……という方に、猫が苦手な植物をご紹介します。
反対に、猫が大好きな植物もありますから、植える時にはご注意ください♡



ネコがキライな植物

·ランタナ ·ルー
·タンジー ·カニナハイブリッド

ネコが好きな植物

·キャットニップ ·キャットミント
·レモングラス



お庭に蝶を呼ぼう♪

野菜の受粉を手伝ってくれる蝶をお庭に呼んで、野菜作りをお手伝いしてもらいましょう。
ポイントはもちろん、蝶の好きな植物を植える事です!!

蝶が好きな植物

·イタリアンパセリ ·ブットレア（紫）
·ミカン ·ランタナ ·三尺バーベナ
·モナルダ ·エキナセア ·ジニア





教えてくださったのは……

ガーデンコーディネーター
神谷 映希佳先生

子どもの頃夢見ていた「お花畑でお花摘み」を子どもにさせてやりたい……という思いで庭づくりを始める。自宅の庭を実験場に育てやすい植物を見つけ、子どもと遊べる庭づくりや忙しい方でも楽しめる庭づくりを日々模索している。



子どもが小さな頃は、オーガニックガーデンがおすすめです。手軽なハーブの苗を植えておけば、料理にも使えますし、花が咲けば、食卓に飾ったりと色々楽しめます。子どもと庭に遊びに来る虫を観察していると、小さな虫にもそれぞれ役目がある事や、スーパーに並んでいる野菜が食べられる様になるまでには結構時間がかかる事など、子どもなりに色んな発見をしていくようです。花がらもおままごとの材料になっていたりして微笑ましいです♪





オーガニックガーデン

化学肥料や、薬品を使わずに育てた草花の庭の総称で、植物と虫、ペット、人間の共生がテーマの庭。
害虫が嫌がるハーブを植えたり、てんとう虫などの益虫を呼び美味しい野菜を収穫……などなど夢が広がります。
害虫がつきにくい植物を選ぶ事が大切です。



ユーカリ（ポポラス）
常緑樹 高木 6m



モッコウバラ
常緑樹 つる性低木 4m



ハニーサックル
常緑樹 つる植物 3m



レモンバーベナ
常緑樹 低木 3m



チェリーセージ
多年草 1m



ゼラニウム
多年草 1m



ローズマリー
常緑樹 低木 1m



フレンチラベンダー
ハーブ 50cm



ホワイトガーデン

ホワイトガーデンは文字通り「白い庭」。
つまり白い花を集めたお庭です。花は白ばかりなので、全体が単調にならないように、アクセントとして銀葉や銅葉と呼ばれるリーフプランツを組み合わせると白が一層引き立ちます。
好みに合わせて、ブルーやピンクに統一してみても素敵です。



スモークツリー（ホワイトファー）
落葉樹 高木 4m



ドドナエア
常緑樹 低木 3m



つるバラ（アイスバーグ）
常緑樹 つる性低木 4m



西洋アジサイ（アナベル）
落葉樹 低木 1.5m



ハゴロモジャスミン
つる植物 2m



ジキタリス
多年草 150cm



コルデリネ（レッドスター）
常緑樹 低木 2m



オルレア
宿根草 60cm



バタフライガーデン

蝶やその幼虫などが好む花や木を植えて、庭に呼び込む庭をバタフライガーデンと呼びます。
窓の外に蝶がひらひらと舞う姿はとても美しく、お子様がいるご家庭にもおすすめの庭です。蝶が好む蜜元や花の色を選ぶのが色々な種類の蝶を呼ぶポイントです。



ブットレア（紫）
落葉樹 低木 3m



ミカン
常緑樹 低木 2.5m



ランタナ
常緑樹 低木 2m



三尺バーベナ
宿根草 1m



モナルダ
宿根草 50cm



エキナセア
宿根草 50cm



ジニア（百日草）
一年草



イタリアンパセリ
二年草

おうち時間を楽しもう
HUG HUG なぞなぞ
～ 略してハグなぞ ～

問題が解けたら、枠の右上に○をつけよう!!
全部で何問、解けるかな?

Q.1 初級 なぞなぞ

とっても臭い野菜ってなぁに?



Q.2 初級 なぞなぞ

帽子の中に入っている動物ってなぁに?



Q.3 初級 なぞなぞ

「うちわ」は良いけど、「扇子」は持ち込み禁止の乗り物ってなぁに?



Q.4 初級 なぞなぞ

ボールはボールでも四角いボールってなぁに?



Q.5 初級 なぞなぞ

本は本でもお店で買えない本ってなぁに?



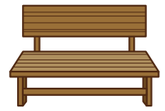
Q.6 初級 なぞなぞ

話すことがとっても好きな道具ってなぁに?



Q.7 初級 なぞなぞ

とっても冷たいイスってなぁに?



Q.8 初級 なぞなぞ

ハンガーを使わない都道府県はどこでしょう?



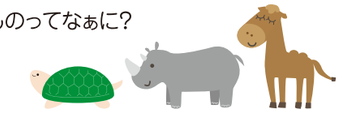
Q.9 初級 なぞなぞ

リスやウサギが勝って、ライオンが勝てないゲームってなぁに?



Q.10 中級 なぞなぞ

「らくだ」と「サイ」と「亀」が口をそろえて欲しいと言ったものってなぁに?



Q.11 中級 ひっかけクイズ

日本にある登り坂と下り坂、数が多いのはどっち?



Q.12 中級 計算クイズ

下の□の数字パネルを1枚動かして正しい式にしてね。

1	6	+	5	= 1

Q.13 中級 なぞなぞ

不思議な招待状、どこに行けばいい?

こたうえ　たんたのべんたちで　たたまったてる



Q.14 中級 なぞなぞ

日光東照宮にいる3匹の猿の中で、一番おしゃれな猿は?



Q.15 中級 なぞなぞ

パパとママは2回ずつ会えるのに、父と母は1回も会えません。
これってなぁに?



Q.16 中級 なぞなぞ

パトカーが鳴らす音を静かにするには何をつけたらいい?



Q.17 中級 なぞなぞ

「たこ焼き」「寿司」「焼肉」の中で、探偵が一番好きな食べ物はなぁに?



Q.18 上級 なぞなぞ

牛がある事をしたら石になってしまいました。
何をしたのかな?



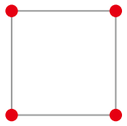
Q.19 上級 なぞなぞ

赤ちゃんがたくさんいる国ってどこ?



Q.20 上級 ナゾトキ

右の四角形の中に、4つの頂点を通るように円を描いてね。



Q.21 上級 計算クイズ

下の□の数字パネルを2枚動かして正しい式にしてね。

6	+	9	+	3	=	36

Q.22 上級 法則クイズ

下の「?」に入る数字は何かな?

16	06	68	88	?	98

分からなかった問題は、もう一度ママやパパと一緒に解いてみよう。
答えは次のページにあるよ!



OKAYAMA GAKUGEIKAN SEISHU JUNIOR HIGH SCHOOL



受験NEWS

地方でも受験できます!

津山・笠岡・丸亀に受験会場を設置します

清秀は東大・京大・医学部を目指します

令和3年 新コース制、導入!

英才教育 清秀コース

土曜授業あり（先取り学習） 清秀高等部へ進学

きよらクラス
◇定　員　20〜35名
◇目　標　東大・京大・医学部など難関大学

みやびクラス
◇定　員　30〜35名
◇目　標　岡大・広大など国公立大学

日本人としての誇りと倫理観を養う人間教育と
徹底した受験指導を行う「二兎を追う」コースです

NEW!! 文武両道 学芸館コース

週5日制（先取り学習無し） 岡山学芸館高校へ進学

◇定　員　20〜40名
◇目標進路　確かな基礎学力と多面的スキルを用いた大学進学
○英　語　中学3年間で英検準2級取得目標、英語を用いたアクティブラーニングによる4技能の修得
○ＩＣＴ　1人1台PC、ICT活用能力の向上、プログラミング教育を通した論理的思考の育成
○部活動　岡山学芸館高校との6カ年一貫指導
○探　究　実社会と連携した探究学習の実施　※岡山学芸館高校は文部科学省地域協働事業グローカル型事業特例校

日本人としての誇りと倫理観を養う人間教育を基に
世界・地域社会を牽引するリーダーを育成するコースです

学校法人森教育学園　岡山学芸館
清秀中学校・高等部

〒704-8502 岡山県岡山市東区西大寺上1丁目19-19
TEL 086-942-4916　FAX 086-280-5918
http://www.gakugeikan.ed.jp/seishu/

●詳しい情報はホームページへ
清秀中学校

A.11 同じ（下からだと登り坂で、上からだと下り坂）

A.12 6 ＋ 5 ＝1 1

A.13 公園のベンチで待ってる（「た」ヌキ読み）

A.14 聞かざる（着飾る）

A.15 くちびる（上と下のくちびるが合う回数）

A.16 ト（サイレント）

A.17 寿司（推理が好き→酢入りが好き）

A.18 うがい（うがいになると変身するよ）

A.19 ニュージーランド（乳児ランド）

A.20  （漢字の円にする）

A.21 9 ＋ 9 × 3 ＝36

A.22 87（ひっくり返すと 86 ¿ 88 89 90 91 ）

さぁ、何問できたかな?
解けた数を数えてみよう。
診断結果もあるから見てね。



A.1 白菜（はクサイ）

A.2 牛（ぼうし）

A.3 潜水艦（せんすイカン）

A.4 段ボール

A.5 見本

A.6 シャベル（喋る）

A.7 アイス

A.8 福岡県（服をかけん）

A.9 しりとり（最後に「ん」がつくから）

A.10 カメラください（亀・らくだ・サイ）



17〜22問できた

すご〜い!!　君こそクイズ王だ!!
もっとクイズが得意になるために、友達とクイズの出し合いをしてみよう。



9〜16問できた

あと一歩でクイズ王だね。
たくさん本を読んで、色んなことを学んだら、もっと賢くなるよ。



0〜8問できた

もっと色々なクイズを解いて、クイズ好きになろう。ママやパパと一緒に練習してみるのも良いかも。

CREATIVE STUDIO
HOC × INNOCENCE
presents

my favorite collection

THEME：INNOCENCE ORIGINAL | chapter.10 |

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。

01 HINATA,YUTA
age11　age5





02 NATSUKI
age7



02



03 HIMEA age12



04 SHIYOU
age6

04





03



05 ASAHI,KANNA
age4　age1



05



06 AYU
age3



06



<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〉

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





中四国地方初、中が見える
CT・レントゲン室



すべての始まりは、
知ることから。
学び育てる歯医者さん



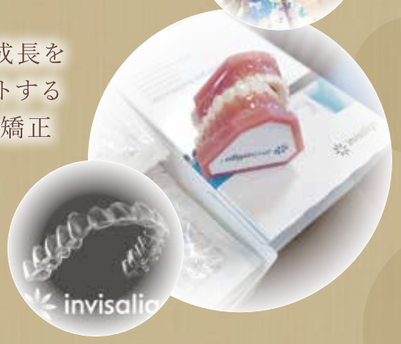








正しい成長を
サポートする
子ども矯正





お仕事体験



KEEP CALM AND
LOVE BABY
赤ちゃんからの口育て



電車が走る歯医者さん



診療が終わったら
コインがもらえるよ。
コインを使って
電車を走らせよう！



『今すぐ始めよう！ 予防歯科』

一緒に
子どもたちの笑顔を
増やしませんか？

Okayama Y's
岡山ワイズ小児・矯正歯科



Asahijuku NEWS

朝日塾小学校への入学をご検討中の保護者様向けに ホームページに新たにMy Pageを開設しました！

My Page 登録はこちら

My Page に登録すると、学校説明会やオープンスクールなど、朝日塾小学校、朝日塾幼稚園で開催される入試関連情報やイベント情報がまとめて見られ、申し込みも簡単です。限定情報の配信やイベントの先行予約なども実施を予定しています。
ぜひ My Page にご登録ください。

いいね！
お願いします。

朝日塾小学校の Facebook ページに「いいね！」をすると、My Page 関連の更新情報も見られます。

教育情報コラム NOTEBOOK

教育情報コラム「Aノート」の連載がスタート !!

保護者が知りたい教育情報を連載コラムでお届けするAノートがスタートしました。教諭や専門家が伝える学びの話だけでなく、入試過去問題の解説なども、掲載していきます。Aノートは、My Page 登録会員になると、いつでも読むことができます。Aノートの更新情報は Facebook ページでチェックしてください。

学校法人 朝日学園
朝日塾小学校
〒701-1143　岡山市北区吉宗 856
URL：https://www.asahijuku.ac.jp
E-Mail：elem@asahijuku.ac.jp

学校法人 朝日学園
朝日塾幼稚園
〒700-0955　岡山市南区万倍 30-20
URL：https://www.asahijuku.ac.jp
E-Mail：kind@asahijuku.ac.jp

歯のお悩み Q&A

Q 麦茶をよく飲むせいか、子どもの前歯（乳歯）に茶色いしみができています。毎日意識して磨いていますがなかなか落ちません。研磨剤入りの歯磨き粉を使った方がいいでしょうか。

A 研磨剤入りのものは着色を落としやすくなりますが、反面子どもの歯を傷つけるおそれもあります。

麦茶などによって、歯の表面には着色がよくついてしまいますよね。この着色を歯ブラシで落としやすくする歯磨き粉に関しては、研磨剤が入っているもの、歯に付いた着色を浮かせていく成分が入っているものなどがあり、使うと着色が取れる場合もあります。



お子様の場合は、研磨剤で着色を落とす歯磨き粉の方がおすすめではありますが、デメリットとしては、歯の表面のエナメル質を傷つけてしまって逆に着色が付きやすくなったり、知覚過敏が起きやすくなったりすることもあります。



子どもの歯の表面は大人の歯に比べて軟らかいということもあり、できるだけ研磨剤があまり入っていないものの方が望ましいです。低研磨の歯磨き粉もあるので、どれが良いか、かかりつけの歯医者さんで相談してみてください。





プリード歯科 院長
曽山（そやま） 聖二（せいじ） 先生

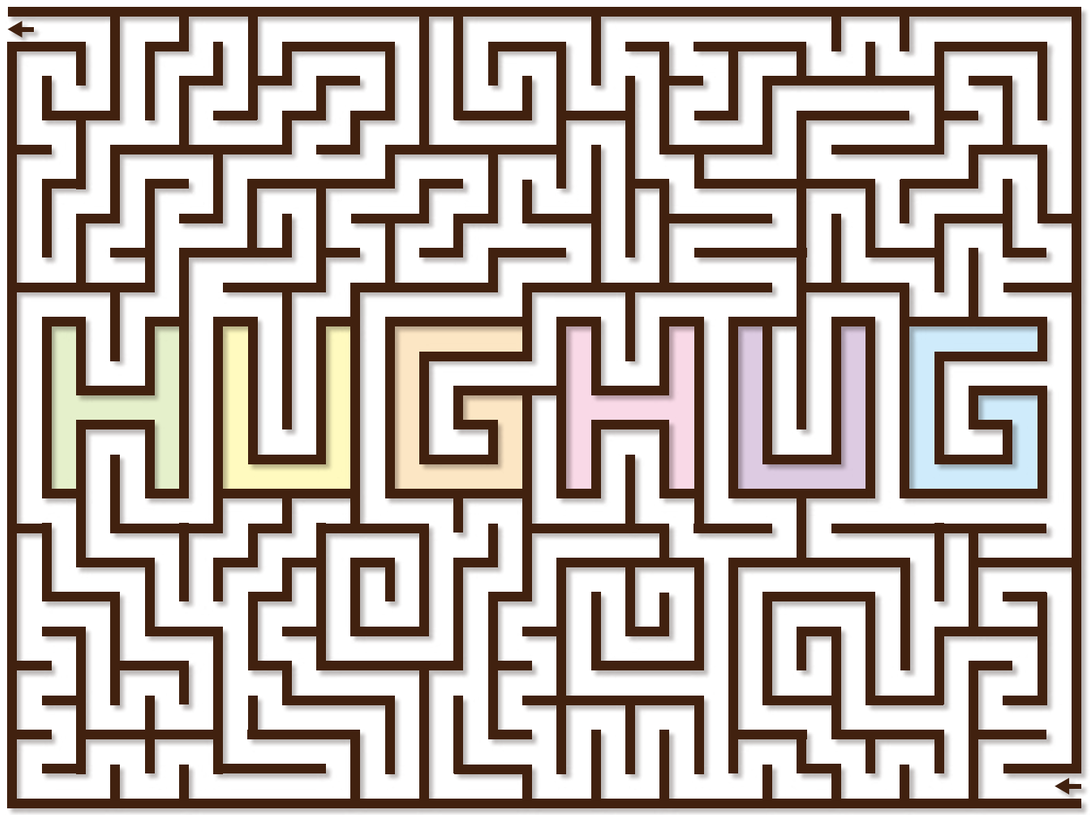
平成17年　プリード歯科開業。子どもが大好きで、大切な歯をムシ歯から守るため、一緒に楽しくがんばるクラブ「ぴっかりん☆クラブ」を作りました。歯について楽しく勉強するイベントを行っています。

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。



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。

Q 多月のHELP!

もうすぐ1歳。完了期だというのに、

子どもがまともな離乳食を食べてくれません。

ニンジンやカボチャなど、1食品だけの料理なら食べます。色々と混ざった料理は、かわいい指で器用により分けています。ちゃんとした料理を食べてほしいけれど、もうくじけそう……

A はぐもぐポイント

赤ちゃん自身が好む「食感」を探ってみて。一緒に食べるママパパの楽しい雰囲気も大切!



せっかく頑張って作った3度の離乳食を食べてくれない、辛いですよね。ただ、この先も色々な食材・味に挑戦してもらいたい親心もありますし、保育園・幼稚園に入園した時に給食が壁になってほしくないですよね。

実は、離乳食期には"好き嫌い"はほぼないと言われています。では何で変わるのでしょう。それは、赤ちゃん自身にとって食べやすいかどうかです。

酸味・苦味はまだ苦手な赤ちゃんが多いですし、固さ・大きさ・水分量の違いで変わることもあるので、少し柔らかめにするなど、食べやすい工夫をするのも1つの案です。また、つかみ食べ用は1品料理、お母さんが食べさせてあげる離乳食には混ぜた料理を、など使い分けもよいでしょう。

最後に1つ。赤ちゃん自身が食べなくても、お母さんやお父さんが「○○おいしいよ〜」など目の前で美味しそうに食べる姿、ニコニコした雰囲気を繰り返すことも大切なポイント。気持ちに余裕がある時はぜひ色々な食材を、くじけず何回も食卓に出してみてくださいね! いつか赤ちゃんも食べてくれる日が来ますよ!

初期 5〜6カ月 鯛ちり



材料〈1人分〉

鯛……10g
白菜(葉の部分)……15g
昆布だし……100cc

1. 白菜は大人の一口大に切る。
2. 鍋に白菜、昆布だしを入れ柔らかくなるまで煮る。
3. 白菜が柔らかくなったら鯛を入れる。
4. 鯛にも充分火が通ったら火を止める。
5. 鯛・白菜をみじん切りにする。

タンパク質は白身魚からスタートします。しらす・真鯛・カレイ・ヒラメなどで、皮・骨がないお刺身が使いやすいですよ。



中期 7〜8カ月 イチゴ豆乳



材料〈1人分〉

イチゴ……15g
無調整豆乳……大さじ1

1. イチゴはみじん切りにする。
2. 鍋に①、豆乳を入れ弱火にかける。
3. 混ぜながら火を通し、鍋肌がフツフツしてきたら火を止める。

牛乳はイチゴの酸と反応して固まってしまうのでNG。離乳食期は砂糖などが入っていない無調整豆乳を使ってください。豆乳を増量し、耳を除いた食パンを追加すると、イチゴ豆乳のパンがゆにもアレンジできます。



後期 9〜11カ月 カボチャとレーズンの茶巾



材料〈1人分〉

カボチャ……40g
レーズン……3g

1. カボチャは種・ワタ・皮を除き一口大に切る。
2. レーズンはお湯に5分程漬けて柔らかくし、みじん切りにする。
3. カボチャを耐熱容器に入れ軽くラップをし、手で簡単に潰れる程度、電子レンジ500wで2分程加熱する(お使いの電子レンジによって火の通り加減が異なりますので、様子を見ながら調整してください)。
4. 柔らかくなった③に②を混ぜ、一口大に成形する。

とっても簡単&自然の甘みでパクパク! おやつにもオススメ♪



コラム 食卓の雰囲気ってやっぱり大切?

想像してみましょう。友人とワイワイ楽しく食べる昼食と、喧嘩した人と向いあって食べる昼食。メニューが一緒だとしたら、どちらがおいしく食べている気分になりますか?

大人でも赤ちゃんでも同じ。食事中の雰囲気って実は大切なんですよ。お母さんが優しい声で褒めてくれながらと、イライラした怒った顔で食べさせられるのだと、赤ちゃんは前者の方がおいしく食べることができるでしょう。実際に保育園でも、Aちゃんは苦手なお野菜。Bちゃんがおいしそうにパクパク食べていたら、いつの間にかAちゃんも食べるようになった! ということはよくあります。



とはいえ、なかなか食べてくれなかったり、ボロボロこぼして汚れたり。時にはイライラする気持ちも出てきますが、家族で一緒に食事の時間を楽しめたら赤ちゃんもよりストレスなく食べてくれるかもしれませんね!

離乳食のお悩みを募集中

【応募方法】E-mailで募集します。件名を「離乳食」、メール本文に、①離乳食に関するお悩みの内容、②ペンネーム、③離乳食の時期を記載して「planning@hughug-web.com」までお送りください。

イオンモール倉敷 子育て支援プロジェクト
Enjoy 親子 club

イオンモール倉敷からのお知らせ

下記掲載のイベントにつきまして、新型コロナウィルスの感染が拡大している状況を鑑みて、中止・延期させていただくこととなりました。
今後の予定につきましては、イオンモール倉敷のホームページにてご確認いただけます。
何卒ご理解賜りますよう、お願い申し上げます。

MaMaサークル
毎週水曜日開催中!!
パパの参加も大歓迎!
MaMaサークルとは?
ママ同士で気軽に参加できるワークショップやカルチャー教室を実施しています。
ママと子どもたちの交流の場にもなります。

Enjoyキッズパーク
毎月1回土曜日に開催!
「楽しく学ぶ」子どもの広場

仮装赤ちゃん大集合!!
ハイハイレース in イオンモール倉敷

エニーのスマイル ダンスキャラバン
お花の国へようこそ!
幼稚園・保育園を訪問しています♪
みんなで一緒にダンスを踊ろう! 絵本の読み聞かせもあるよ!
エニーさんに来てもらいたい園を大募集!

ママ&パパにうれしい子育て情報をお届け
AEONMALL KURASHIKI 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 大粒、小粒、ひきわり……
2 丸太を割ると何になる?
3 福引やビンゴで当たる
4 一番食べるのは正月
5 田んぼや川にいる巻き貝。「ジャンボ」が付くと外来種に
7 たぶん本当は「他人丼」
10 土師器や須恵器など
11 一日も早い終息を……
13 ヌメヌメしたおいしいキノコ
14 毎日入って清潔にしよう
16 中につまっているのは、ご飯粒によく似た卵
17 ウサギは住んでない
18 うなぎ屋さんで、うな重についてくると嬉しい汁物
20 つついたらヘビが出る?
21 のどかで自然がいっぱい
23 昔の写真はこれがない

ヨコのカギ

1 一日中木の上でのんびり
6 「一ヵ月に一度」略して……
7 来年の話をすると笑うもの
8 いつも安い庶民の味方。野菜炒めやナムルに
9 小麦粉の別名
12 テムズ川やバッキンガム宮殿で有名なイギリスの都市
14 日本の川魚の代表選手。琵琶湖周辺では「なれ寿司」に
15 くねくねして、分かれ道や行き止まりがいっぱい
19 ひげの生えた大きな川魚
20 冬の風物詩。ボイラー付きの屋台やトラックで売りに来る
22 飛び込むこと
24 米…、加茂…、千両…
25 悪口を言われると傷つくもの
26 水や空気がまずい所

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

読者おすすめの保育/習い事施設・お店etc.

大募集!

誌面で紹介してもらいたいお店などを 自薦・他薦問わず募集しています。
「キッズルームがあって気軽に行きやすいよ」「とってもサービスが良かった」
などなど、皆さまの情報をお待ちしております!

応募メールアドレスはこちら
planning@hughug-web.com

ラーメン　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、本格的な〆の麺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

二度とないこのビッグチャンスをお見逃しなく!!　高級ブランド(子供服・ベビー服)
長年のご愛顧 本当にありがとうございました!!
心より大きな感謝の気持ちを込めて!!
nunuforme melt Grand garcon CHEN CHEN etc..
閉店全品半額セール
オールシーズン 全新品 在庫限り! 売り切りまで どうぞお早めに!
春・夏物も大放出!!
"かわいい"と"オシャレ"がいっぱい
水着も 雨の日グッズも♪
ママとおそろいコーデも素敵♪
わくわく〜
ウチの子一番!!
ワクワク雑貨も多々あります!
Zakka & Kids Style
Dear Raspberry
ディア・ラズベリー
TEL 086-363-1580
岡山市北区下中野780-2 【P有り】
【営】10:00〜19:00
【休】毎週 月曜日・木曜日

Twitterでおすすめ情報発信中!

HUG HUGのTwitterでは、岡山・香川のおすすめ情報を発信しています。

新しいお店がオープンした! / ママやキッズに嬉しいサービスがある! / おすすめイベント情報 / 使って便利な子育てグッズ　etc…

プレゼント企画も計画中。フォローよろしくお願いします!

皆さまのつぶやきをお待ちしています♪　アカウント　@hughug_okayama

こちらから簡単アクセス!

リトミック　岡山市南区　早島町　倉敷市

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付くリトミック!**

3歳クラスは、お友達や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、音感・集中力・想像力を身に付け、自己肯定感を高めていくレッスンです。4歳クラスより縦いす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。

3回1,000円 1ヵ月体験実施中!
※初回体験日〜1ヵ月間有効。5/19(火)まで

Tel 080-6265-7789(講師:黒崎)
[東畦教室] 岡山県岡山市南区東畦
[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
[倉敷教室](土曜)[上富井公民館] 岡山県倉敷市上富井5849
休 日曜・祝日
otoirocosmic　音色こずみっく　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・香川の子育てファミリーにおすすめのあれこれを一挙紹介!
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・香川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!

シェアサロン　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。

5/19(火)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)
営 9:00〜20:00 ※ご希望に合わせて対応します
休 不定休　Ⓟ3台
シェアサロンFerris　検索





エステサロン　岡山市北区

ライフスタイルプロデュース岡山



ここが人気のヒミツ♥

女性専科　完全予約制

**施術後もお家でできる
セルフケアでしっかりサポート!**

〜身体の"気になる"は土台から整える事が一番の近道〜
♥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……
♥出張もいたします。お気軽にご相談ください!

5/19(火)まで「HUG HUGを見ました!」で
《産後ケアコース》通常 初回5,000円➡ 3,000円(税別) 2回目以降4,000円〜
《ママお首・頭痛・肩コリケアコース》通常 初回6,000円➡ 半額(税別) 2回目以降5,000円〜

[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)
営 9:00〜18:00 休 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!

子ども靴　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。



メンズエステ　岡山市北区

男性専門脱毛&エステサロン men's MOU(メンズ 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!!

ご好評につきキャンペーン延長!
日焼けする前の今がおすすめ
5/19(火)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
営 11:00〜19:00(最終受付) 休 日曜
Ⓟ あり　@mens_mou　@042absco
men's MOU　検索





レジャー　吉備中央町

国立吉備青少年自然の家



**吉備の里山で親子一緒に自然体験!
「ウーリークラブ」参加者募集中!**

1年間で3回シリーズに渡り、ハイキングや野外炊事など、自然の中でさまざまな体験ができます。
家族同士の交流や集団宿泊を通して、積極性や協調性などの子どもの新たな成長が見られます。
ママ・パパ向けの子育て講義や演習もあり、親子で一緒に成長できるプログラムです。
対象は、幼児を含む10家族40名程度(全日程参加可能な家族)です。

第1回:　6月7日(日)　日帰り
第2回:　9月5日(土)〜6日(日)　1泊2日
第3回:　11月7日(土)〜8日(日)　1泊2日

国立吉備青少年自然の家
Tel 0866-56-7232
岡山県加賀郡吉備中央町吉川4393-82
https://kibi.niye.go.jp
kibi-senmon@niye.go.jp
※詳細についてはHPをご確認ください➡



温泉　岡山市北区

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。

5/19(火)まで HUG HUG5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
営 9:00〜24:00(受付終了23:30)、土日祝8:00〜24:00(受付終了23:30)
休 第3木曜 Ⓟ 200台
http://pokaon.net　ぽかぽか温泉　検索





授乳室　託児サービス　全面禁煙　キッズスペース　ママにオススメ　パパにオススメ　キッズにオススメ

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 **5/19(火)・23(土)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 5/18(月)
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!／



〈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。

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

こちらは別会場です

5/23(土)13:00〜15:00
POLA vita
岡山県岡山市南区妹尾2373-23
オフィス南陽203
086-282-1110

6/26(金)10:00〜12:00
POLAエステイン・昇
岡山県倉敷市上東1037-19
倉敷市立庄中学校前
086-441-5146

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





講師 大西 雅子先生
(POLAビオーネショップ)

メイクやハンドトリートメント、フェイシャルマッサージの基礎を学びながら体験。短時間でお顔のお手入れやご自身を魅力的に魅せるメイクを身につけられます。立体感のあるファンデーションの塗り方やトレンドに合わせた自分に似合うポイントメイクのアドバイスを受けられます。ハンドトリートメントで周囲を癒す体験もできます。

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 **5/26(火)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 5/25(月)
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。

＼第一印象が変わる／

ママの普段着おしゃれ度UP講座

日　時 **5/28(木)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 5/25(月)
対　象 ママ
持ち物 筆記用具
受講料 無料(飲み物付き)



あなたは普段、服を選ぶ時
どんな事を基準に選んでいますか?
ちょっとした知識を身に付けるだけで
自分の体形を最大限に素敵に
見せることができたり、自分では
気が付かなかった魅力に
気づけるかもしれません♪
今回受講される方は、次回カラー診断をHUG HUG特別価格に♥

講師 **河野 理奈先生**
(JPCAパーソナルカラーアナリスト®)



ＡＦＴ色彩コーディネーター。『パーソナルカラー』と『シルエットスタイル診断』を元に、心からお洒落になれる"あなたらしいオンリーワンファッション"を提案している。

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。
2. 当選は先着順になります。

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

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!



日々の育児に活かせるヒントが盛りだくさん!

脳育ベビマ&スマホ育児講座

日　時 **5/18(月)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 5/14(木)
対　象 2ヵ月〜1歳末満のお子様とママ
持ち物 バスタオル、赤ちゃんの飲み物
受講料 1,000円



スマホ時代の子育ては、これまでになかったお悩みがいっぱい。脳の基礎が出来上がる3歳までにどんな風に関わっていけばいいのだろう……。そんなお話を聞きながら、ベビーマッサージの基礎を学びます。親子のふれあいは、赤ちゃんの免疫UPやママ自身の不安解消にもつながります。

講師 **木色 美紀先生**
(ベビーマッサージ/ヨガインストラクター　JADP認定)

ベビーキッズ・あそび発達インストラクター、育児セラピスト〈日本アタッチメント協会認定〉
岡山ベビーマッサージ、発達あそび教室dan-dan
2020年5月OPEN!

詳しくはこちらから

イクメンのその先へ 子どもより、まずはパパから!?

ママが育てる! パパコンサルセミナー

日　時 **5/19(火)** 10:00〜11:30

定　員 先着10名
応募締切 5/18(月)
対　象 ママ　持ち物 なし
受講料 無料(飲み物付き)



夫婦共働の今の時代。多様なストレスを夫婦それぞれで抱え、忙しすぎて爆発寸前。私は自分のコンサル業という仕事を通じて、そんなご家庭をたくさん見てきました。育児や家事を分担するイクメンは、もう当たり前。これから先を見据えた次のテーマに必要なスキル、それが「パパコンサル」です。お子様の教育にも使える学びを、ぜひ一緒にしていきましょう!

講師 **森繁 泰史先生**
(人間関係統計学講師)



数多くの家族と企業のコンサルティングを通じ、家庭と企業の本質的な共通点を見つけ、企業が使う様々なテクニックを家庭運営に応用。実践しやすく、分かりやすい語り口で多くの奥様から高評価を受けている。

年間を通じて、毎回別のテーマで新鮮な話題をお伝えしますので、どの回からのご参加でも気兼ねなくお越しください。

お金の悩みをみるみる解決!?

香川県にて開催

子育てママのための やさしいお金の勉強会

日　時 **5/21(木)** 10:00〜11:30

定　員 先着7名
応募締切 5/20(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!／



〈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

岡山エリア限定

令和の家づくり、始まる

新防災住宅

4/20 Mon ～ 5/31 Sun

詳しくは展示場へ

ご予約はこちらから

YouTube

一条工務店の防災住宅とは

https://www.youtube.com/watch?v=c44DDrrItPw

「ご来場予約」でご来場の方に

QUOカード1,000円分 プレゼント

※1家族1つまでとさせていただきます　※数に限りがございますのでご了承ください

家は、性能。

一条工務店



岡山西展示場
岡山市北区撫川1575-1
（RSKハウジングプラザ）



岡山南展示場
岡山市北区撫川1575-1
（RSKハウジングプラザ）



岡山展示場
岡山市中区浜597-7
（OHKハウジングパーク）



岡山中央展示場
岡山市南区藤田673
（山陽新聞岡山住宅展示場）



子どもたちと一緒に成長する家を提案します

今月の住宅情報

待ちに待ったゴールデンウィーク。マイホーム探しに出かけるには、おすすめの季節です。
理想の住まいを手に入れるために大切なのは、できるだけ具体的なイメージやプランを持つこと。
立地、間取り、インテリア、予算など……考えなければいけないことは無数にあります。
机の前で悩むよりも、実際に見て、聞いて、体験してみるのがマイホームへの近道かもしれません。
モデルハウス見学、完成見学会、勉強会……今度のお休みは、家族そろってお出かけしてみませんか？


p35
株式会社明徳ホーム
香川県高松市香西北町489-1


モデルハウス p32
designers house TOIRO
岡山県玉野市玉原2–10–35


p01
株式会社ミナモト建築工房
岡山県岡山市北区辰巳14-101


モデルハウス p35
株式会社明徳ホーム
香川県高松市六条町1109-2


勉強会 p32
designers house TOIRO
岡山県岡山市南区妹尾880-1


分譲地 p01
株式会社ミナモト建築工房
小さな森のまち、米倉145


p35
あなたを守りたい。ユニバーサル ホーム
香川県高松市春日町825-1


p33
株式会社ヤマホン
岡山県玉野市田井3-20-28


分譲地 p01
株式会社ミナモト建築工房
小さな森のまち、西市711


p36
Shuko build
香川県高松市三名町142-1


p34
グリーンターフ芝鷹
岡山県玉野市宇野2-41-34


分譲地 p01
株式会社ミナモト建築工房
小さな森のまち、米倉130


p36
Shuko build
岡山県岡山市北区田中625-13


p34
KAKETANI 株式会社掛谷建設
岡山県玉野市八浜町八浜160-4


p02
YAMACHU ハウジング山忠
岡山県岡山市北区平野655-53


p37
イシン住宅研究所 直営店 イシンホーム 高松
香川県高松市伏石町2137-20


p34
SENKO センコーホーム岡山株式会社
岡山県岡山市北区下中野363–102


p08
総合住宅展示場 プレステージ城東
岡山県岡山市中区下126-1


裏表紙
science home サイエンスホーム
岡山県都窪郡早島前潟602-19


p34
エクステリア&ガーデン アール・ツゥ
香川県高松市木太町5093-2


展示場 p31
一条工務店
岡山県岡山市北区撫川1575-1


展示場 裏表紙
science home サイエンスホーム
岡山県都窪郡早島前潟602-19


p34
株式会社日進堂
岡山県岡山市南区西市585-10


展示場 p31
一条工務店
岡山県岡山市中区浜597-7


展示場 裏表紙
science home サイエンスホーム
岡山県岡山市北区大供本町712-4


モデルハウス p34
株式会社日進堂
岡山県倉敷市東塚


展示場 p31
一条工務店
岡山県岡山市南区藤田673


展示場 裏表紙
science home サイエンスホーム
岡山県笠岡市笠岡4137-8


分譲地 p34
株式会社日進堂
岡山県倉敷市連島町


p32
designers house TOIRO
岡山県岡山市南区郡2998

ホントの技術。技術のホント。
株式会社ヤマホン

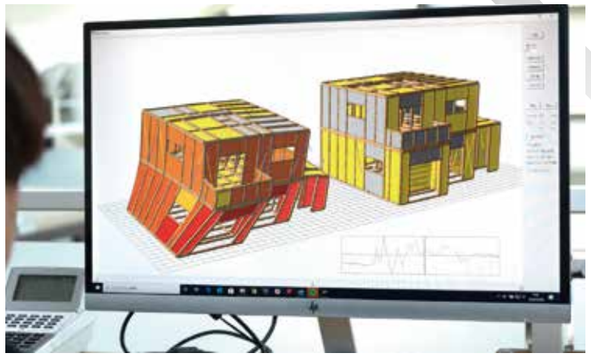
その家
ヤマホン
入ってる?





WALLSTATで建てる前に揺らす。

ヤマホンが着目する先進技術のひとつが、京都大学生存圏研究所 准教授・中川貴文氏が開発した木造住宅倒壊解析ソフトウェア「WallStat（ウォールスタット）」。コンピューター上に木造住宅の骨組みをモデル化し、地震による損害状況や倒壊の様子を、視覚的にシミュレーションできるこのソフトウェア。このソフトを使うことで、これから建てる住宅が地震によってどのような被害を受けるのかを、詳細に解析できるようになりました。ヤマホンでは早くからこの「WallStat」を導入。これまで蓄積してきたデータやノウハウ、それらに精通する技術スタッフの存在も「ヤマホンの耐震技術」を支える力となっています。





ハウスメーカーのCMなどで、実際の住宅を機械上で振動させ、耐震性能を測定する「振動台実験」。それをコンピューター上でシミュレーションできるのが「WallStat」の魅力。

下記グループ会員でご利用いただけます

国土交通省 地域型グリーン化事業「晴れの国から～家づくりネットワーク」グループ会員（施工・設計業者）

河井林産株式会社
株式会社木まま
有限会社建築工房蔵
株式会社建房
株式会社コラボハウス
山陽地所（株）カンパニー
ハウジング山忠
三協住宅サービス株式会社
株式会社親和建設
杉岡建設株式会社
有限会社ハウス倉敷
株式会社ひのき住宅
株式会社ビルドエイト
有限会社ふくしま建築事務所
有限会社不二建設
株式会社プライムホーム
株式会社松建グループ
有限会社マツミ住宅
株式会社ヤマホン
株式会社ユーリン・ホーム
uni株式会社
両備住宅株式会社
株式会社L＆Aデザイン
株式会社倉敷構造設計室

（50音順、敬称略）

〈 お問い合わせはヤマホンまで 〉

ホントの技術。技術のホント。
株式会社ヤマホン
【本社】〒706-0001 岡山県玉野市田井3丁目20番28号
TEL.0863-31-1166　FAX.0863-21-5181
http://www.yamahon.jp/

Wallstatの
動画を公開!

建築家とつくる家

designers house TOIRO

建築家と建てる家を。
身近に、手軽に
R+house



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！
5/17(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

ご希望時間に1組限定でゆったりとご見学いただけます！
TOIROモデルハウス見学随時受付中
■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。

性能とデザインを兼ね備えた家

NEW MODEL HOUSE OPEN

モデルハウス販売開始

WEB ご来場予約

高松市
六条町
エクセシオール
六条町



※写真は一部合成・加工しております。

クオカード500円分進呈
※ご都合のいい日時をWEB予約ください。
※1家族1限り、ご来場時アンケートをご記入の方が対象になります。



ナビ検索／高松市六条町1109-2近辺を目指してください。

土地＋建物＋外構
照明＋カーテン＋家具
コミコミの価格！

モデルハウス販売価格（税込）2,980万円

ご返済シュミレーション

月々の支払い 69,815円

自己資金30万円・2,950万円借入・ボーナス払い56,461円
35年返済・5年固定金利0.7%（保証料込み）

木造／在来工法・2020年4月竣工【1F面積/62.10㎡（18.78坪）2F面積/44.86㎡（13.57坪）延床面積/106.96㎡（32.35坪）敷地面積/184.51㎡（55.81坪）】

※諸経費は別途必要になります。詳細は現地にてスタッフにお問い合わせください。

株式会社明徳ホーム 高松市香西北町489番地1
宅地建物取引業免許／香川県知事（5）第3549号　建設業許可／香川県知事（特-29）第6456号　一級建築士事務所／香川県知事第1615号
お問い合わせはこちら tel.087-881-8885



想いを共に育む住まい

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

SENKO
センコーホーム岡山株式会社

建築家との家づくりにチャレンジしませんか。

センコーホーム岡山株式会社
086-805-8805
〒700-0973
岡山県岡山市北区下中野363-102
http://senkohome-okayama.com
センコーホーム岡山 検索

金土日はエクステリアとお庭の相談会開催！

お庭の本場、英国の「英国王立園芸協会主催イギリスガーデンコンテスト」で日本人初のゴールドメダルを受賞するなど、20年以上の実績をもつ「アール・ツゥ」。一級建築士や庭園アドバイザー、エクステリアプランナーなどの資格をもつスタッフが在籍。門・フェンス・車庫や庭工事まで自社で一貫して行い、予算に合った外構造りをお手伝いしています。相談会は電話やメールで予約の上、参加を。

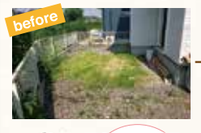


エクステリア＆ガーデン
アール・ツゥ
087-813-6886
香川県高松市木太町5093-2
営8:30～17:30（無休）
http://www.r-two2005.com
E-mail: info@r-two2005.com
※広い空間に空気洗浄機などを完備。新型コロナ対策は万全です。



寝ころびたくなる
リアル人工芝でインスタ映え◎

before



after



岡山・香川両県で
無料サンプル
＆無料見積り
受付中!!

お気軽にお問い合わせください

一般家庭ではお庭だけでなく、室内やドッグラン、ベランダ用カーペットタイプやパターゴルフなどもございます。
また、自分で施工してみたいという方は、無料で出張施工指導サービスもしています。

しばんちゅが選ばれる理由

①高品質＆低価格
②10年雑草が生えてこないお庭を実現
③熟練のプロによる施工技術でインスタ映えも◎
④寝ころんでも安心!やさしい肌触り
⑤用途にあわせて選べる長さ&カラー人工芝



グリーンターフ芝鷹
TEL: 080-4263-1200
〒706-0011 岡山県玉野市宇野2-41-34
グリーンターフ芝鷹 検索

人工芝専門店 しばんちゅ 芝人



建築資金プレゼント

全国抽選で1名様に500万円が当たる！

申込締切 2020年5月11日(月)
当選発表 2020年5月15日(金)

お近くの店舗またはユニバーサルホームのホームページ(www.universalhome.co.jp)からご応募ください。

【お申込み条件】●ユニバーサルホームの建築可能地域に土地をお持ちの方（借地も可）。または、土地をご用意できる方。敷地条件、地域により建築できない場合もございます。●2020年12月末日までに上棟していただける方。●モニターとして見学会の実施や、広告（雑誌、ホームページ等）掲載にご協力いただける方。●お申込みは一棟につき一件とさせていただきます。●同業者の方のお申込みはご遠慮ください。●お申込み者本人が建築、居住してください。●他特典との併用はできません。●当選権利の転売、譲渡、他の品物との交換はできません。●当選者の方にはキャンペーン当選賞状目録をお渡しいたします。ご契約時にご提示ください。●住宅建設資金は税込金額となります。●建築資金贈呈に関わる諸税（一時所得）等は、ご当選者本人の負担となります。●当該キャンペーンの当選者は、ご契約時に通常お見積金額にて契約していただきます。●ご当選された場合、2020年5月末日までにご契約いただきます。当選権利を辞退等された場合の繰上げ当選等はございません。●一部店舗では「建築資金」当選金額と相当額のサービス提案にかえさせていただく場合があります。●詳しくは営業スタッフにお問合せください。【個人情報のお取り扱いについて】●お客様の個人情報のお取り扱いについては、ユニバーサルホームのホームページまたはお申込書をご覧ください。

今月は！

HPからの見学予約で 通常2,000円分のところ

QUOカード3000

QUOカード 3,000円分プレゼント中！

※QRから見学予約の上、店舗にてアンケートにご記入いただいたお客様のみ対象となります。※この特典は家づくりに真剣なお客様を対象とさせていただきます。※ご家族様1組につき、初めての来場で1回限りの特典となります。既にいずれかのユニバーサルホームの店舗にご来場いただいている方は対象外となります。※前日までに見学予約をいただいたお客様のみ対象となります。予めご了承ください。

限定企画 リミテッドエディション





※チラシに掲載している写真・イラストはイメージです。実際とは異なる場合がありますのでご了承ください。また一部オプションが含まれております。仕様は価格変動などにより一部変更する場合がございます。一部地域により異なる場合がございます。商品により価格、仕様は異なります。本チラシは地図掲載店舗でのみ有効です。詳しくは営業スタッフにおたずねください。　チラシ有効期限：2020年4月末日

高松東店
（加盟店/株式会社サンフラワー）
☎087-843-2340
営業時間/10:00～19:00
定休日/火曜、水曜
香川県高松市春日町825-1
ユニバーサルホーム高松東店



倉敷市
東塚
第一福田小学校

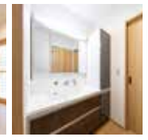
LDKが中心の温かみのある優しい家。

LDKは明るい木目を基調にナチュラルテイストでコーディネート。
大容量のリビングクロークや造作のカウンターなどを設け、
家族みんなが心地よいと感じられる温かみ溢れる空間に。

今すぐ見られる！

MODEL HOUSE OPEN







家事時短の味方、食洗機付きのキッチン。　大容量の収納を備えた広々洗面スペース。　お手入れしやすいタンクレストイレ。

SQUARE VALUE
販売価格 2,950万円（税込）
土地 169.27㎡（51.20坪）　建物 107.64㎡（32.56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
・カップボード・外構　全て付いてくる！

頭金なし！ボーナス払いなし！
月々 80,552円
※借り入れ額2,950万円／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



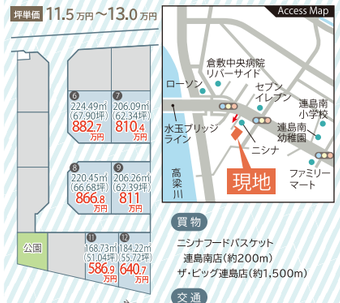
【物件概要】●所在地／岡山県倉敷市東塚　●間取り／3LDK　●構　造／木造2階建　●用途地域／第一福田小学校まで250m、福田南中学校まで670m　●交　通／下電バス　松竹梅バス停500m、水島臨海鉄道　常盤駅1,300m　●建築確認番号：2019岡住確建第000690号　●売主

今月のおすすめ 分譲地情報

倉敷市
連島町
連島南小学校

ニシナまで徒歩3分。
総合病院まで徒歩5分。
安心・便利な住環境。

坪単価 11.5万円～13.0万円



買物
ニシナフードバスケット
連島南店（約200m）
ザ・ビッグ連島店（約1,500m）

交通
三菱自工前駅（約3,500m）
ドンドン バス停（約900m）

病院
倉敷中央病院リバーサイド（約400m）
三宅内科クリニック（約950m）

教育
連島保育園（約1,800m）
連島南幼稚園（約800m）
連島南小学校（約900m）
連島南中学校（約1,200m）

［物件概要］
●所在地／倉敷市連島町鶴新田字天保　●総区画数／6区画　●地目／雑種地・田　●道路／北側公道・分譲地内道路約6.0m　●用途地域／都市計画区域内　市街化区域内　準工業地域　●建ぺい率／60%　●容積率／200%　●売主　※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



ISHIN HOME STYLE

スタイルのある暮らし



全ての家族に安心と安全を。









Shuko build

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

イシンホームで安心安全な家づくり

地震・災害に強い家

耐震工法+減震摩擦ブレーキ。Wの安全工法。だから強い。

イシンホームは、つくば防災研究所や東洋大学などで、地震に対する強度実験を繰返し行っています。揺れても倒れない耐震工法の家の下に、減震摩擦ブレーキを設置して二重の安全構造の家にしました。





家まるごと空気清浄機!

高断熱性能で省エネ

花粉はもちろんPM2.5を約98%除去する「アレルノンフィルター」を標準装備。また、床下給排気でお部屋全体をきれいな空気で保つ工夫がされています。







日本全国230店、年間3,500棟の実績「イシンホーム住宅研究会」直営店

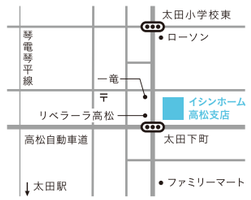
イシンホーム 高松支店

（株）イシン住宅研究所　国土交通大臣（特-30）第25163号
岡山県知事登録第14342号国土交通大臣（1）第8692号

家づくり・土地探し 無料相談会実施中!!

Tel.087-867-7773

〒761-8071 香川県高松市伏石町2137-20
営業時間/10:00～17:00
定休日/水曜日(祝日は除きます)
FAX 087-867-7783



価格 Price / 性能 Performance / 安心 Relief

Shuko build 3 Quality

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**（税抜）万円

坪数20.00 2階建 **846.1**（税抜）万円

※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

［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］

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!

まずはここから!

WEBサイトから来店予約→ご来店で　QUOカード1,000円分GET!

安心と安全のおつきあいを!

ELJソーラーコーポレーションは全力でサポ ートし続けます。

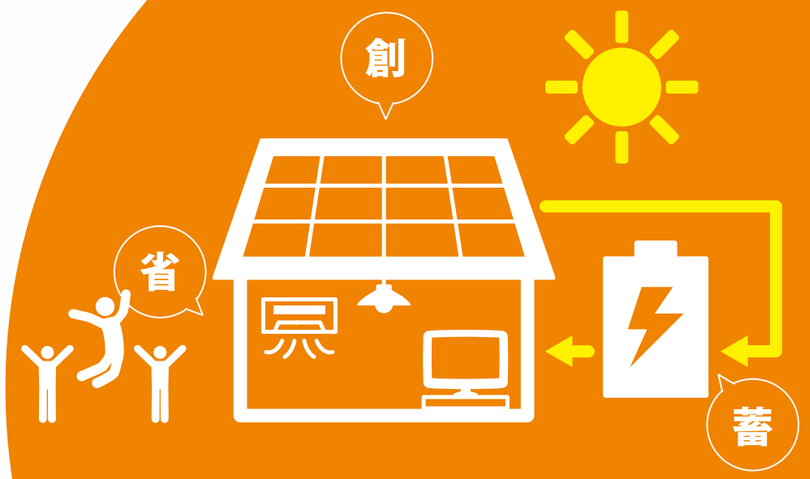
これからの電気は自給自足の時代へ。太陽光発電で「創」った電気を、蓄電池などに「蓄」めて、「省」エネ家電で
賢く使う「スマートライフ」 地球環境にも家計にも優しいエコライフを始めてみませんか？
ELJソーラーコーポレーションは、長年の経験でお客様のエコライフをサポートします。



設置後のサポート

無料点検
1年次・9年次点検、カラーモニターなど
異常時も無償で点検

保証
「商品」・「施工」・「発電」
各種保証が充実



「スマートハウスシステム構成イメージ」

電気をマネジメントする事で家計にも地球にも優しい「スマートハウス」生活を!
「スマートハウス」とは、ITによって家庭内の創エネ・蓄エネ・省エネをコントロールし、
より賢く使う事でCO2排出やエネルギーの無駄遣いをなくすお家です。

太陽光発電

今やエネルギーは「創る」時代へ

「太陽光発電」は、太陽のエネルギーを電力に変換し活用する、地球に優しくクリーンな発電方式です。

昼間の電気代が安くなる!
多くのお宅で設置前の電気料金から
約20～30%削減出来ます。

余った電気が売れる!
現在は買う電気より売る電気の方が高値のため、
短期間で設置費用を回収しやすくなりました。

オール 電化

自分で創った、 電気の自給自足を

「オール電化」とは、コンロや給湯、空調などの住宅　設備を全て電気でまかなうお家のことです 。

- 基本料金を一本化することで　月々の出費を軽減できます。
- 深夜の安い電力でお湯を沸かすの　で、光熱費が大幅削減できます。

蓄電システム

いざという時の備えと安心

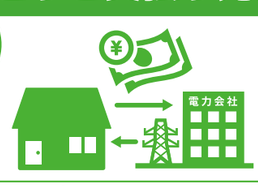
日中、太陽光発電で発電した電気を貯めておいて賢く使えます。

- 蓄電池に貯めておいた電気は、災害時（停電時）に使う事ができます。
- 夜間の安い電気を貯めて昼間使うことで、電気代が安くなります。

太陽光蓄電池の無料シミュレーションのご案内

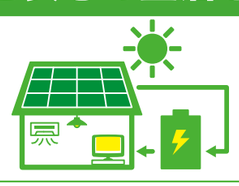
防災対策してますか？

どうせ支払う光熱費! だったら安心の生活を



電気を買う生活
終わらないローンを払い続けるように、電気を一生買い続けます。
しかも、停電したら意味がなくなります。

or



自家発電の生活
自給自足をしていると停電時にも強い生活になります。
しかも地球温暖化防止に貢献できます。

災害時 蓄電池はこんなに便利!!



停電時も安心。自動で電力を供給します。
フル充電の場合、左記すべての機器を連続して
約11時間稼働できます。

お客様の声（動画）
弊社お客様の
生のお声をいただきました。

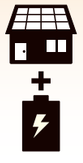


愛知県岡崎市 K 様
愛媛県新居浜市 M 様
和歌山県和歌山市 M 様

太陽光Q&A

Q 太陽光って高いですよね?

高いイメージありますよね。
ただ、以前に比べて
だいぶ安いです。
なので今は、
太陽光と蓄電池のセットで
設置する人が増えています。



Q 電気って売れなくなりますよね?

国の目指す水準まで普及が進んでないので、
まだまだ売れます。
ましてや政府は2020年までに、
自宅で消費するエネルギー量より
自宅で創るエネルギー量が多い、
ZEH（ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス）を
標準的な新築住宅とすることを目指して
いるので、今後も更なる普及が必要です。



Q メンテナンス費がかかりますよね?

はい、かかります。
ただ、パネルに関しては
ほぼ**ノーメンテナンス**です。
パワーコンディショナーという電気の
変換機が約10～15年で交換になります。
※設置場所、設置条件により異なります



Q パネルって重いですよね?

確かに重いです。
ただ、建築基準法に準じて
建てられている家なら
パネルの重さに耐えられるので
安心して設置できます。
※イラストはイメージです



ELJソーラーコーポレーション株式会社
〒700-0923 岡山県岡山市北区大元駅前3-40 大元駅東口ビル　TEL：086-233-3111／FAX：086-233-3115

お客様相談窓口
0120-917-751
【電話受付】10：00～19：00

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGsとは……
2030年に向けて世界が合意した「持続可能な開発目標」です。
私たち、ELJソーラーコーポレーションは、SDGsの活動に貢献していきます。

Facebook　Instagram　Website

求人情報
働くママ・パパのお仕事情報!



掲載企業様
募集中!!
詳細はお問い合わせください。
Tel 086-245-4350

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／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
AP【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)



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!!

◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆◇◆
◯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!



岡山市北区／JR「備前西市」駅徒歩10分 ◎マイカー通勤OK
正 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(写真)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

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.08

新学期に起きがちなトラブルと、その対処方は

新学期に起こりがちなトラブルは、何といっても学習環境と人間関係の変化が影響します。
子どもたちにとって最も気になるのはやっぱり、お友達や先生。その人間関係の変化でしょう。
しかし、保育園や幼稚園・小学校での人間関係が新しい展開を迎えるときも、家族という絆は変わりません。
まずは、不安な気持ちを家族に語れる子どもさんであれば、「そうかそうか、そうなんだ。」「あるある、そういうこともあるよな。」と受け止めてあげましょう。家族のパワーが特効薬。大いに助けになります。
聞いてもらっているうちに、明日に向かっての前向きな答えを見つけられることも多々あります。不安な気持ちを聞いてもらいたかった、聞いてもらえたので落ち着いたという子どもも多いです。
「こうやればいいのだ」とか、「それではだめだ」とかいう回答や、解決策、批評を必ずしも求めてはいないのです。家族だから話せていることを大切にし、忙しい手を止めて耳を傾けてあげて欲しいです。
前向きな気持ちが引き出せたら、子どもたちは元気を取り戻し、今まで以上に楽しい日々を送ることでしょう。
チェックは朝の「行ってきます」、帰宅後の「ただいま」や「おやすみなさい」。何気ない様子が感じ取れるものです。声掛けは、大人たちから積極的に。
私は別れ際に「さようなら。また明日、元気で来てね。待ってるよ。」と声をかけることを続けています。子どもたちは、心身ともに元気であれば、見事にトラブルを乗り越えていきますよ!
私たちは今、新型コロナウィルスというトラブルの渦中にあります。最前線で頑張ってくださっている医療従事者の皆さんの頑張りには感謝しかありません!
人類は、いつだってトラブルに見舞われ、耐えて踏ん張って解決策を見つけ出してきました。子どもたちにも、人類のDNAは受け継がれています。みんなで、今できることを見つけて終息を目指して頑張りましょうね!



佐々木 美行
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。



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



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。



木田ママこだわりポイント!
お米に色を付けるのにも、食紅などを使わずに素材の色で作る様にしています。
カレーパンマンは、かつおぶしと醤油で色をつけてみました。

お弁当エピソード
アンパンマン! というリクエストで作りました。
アンパンマンだけより他の仲間もいた方が喜ぶかな、と思ってカレーパンマンとしょくぱんまんも入れてみたら、とても喜んでくれてました(*^^*)

木田 苑絵ママ
雅紀くん(3歳)

みんなのキャラ弁写真 募集中!!
毎日のお弁当や運動会、遠足、誕生日など特別な日に作ったお弁当を紹介しませんか? ママだけでなく、パパ、ばぁばなどお弁当を作った方ならどなたでもOK!
子どもに喜んでもらえるお弁当レシピを共有したり、素敵なお弁当の思い出を記念に残しましょう♪

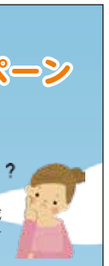
【必要事項】 件名を「キャラ弁紹介」
メール本文に、①紹介者のお名前(ペンネームでもOK)、②お子さまのお名前と年齢、③お弁当のエピソードやお子さまから聞いたお弁当の感想、④こだわりのポイント(1～4点)、⑤お弁当の写真(1～2点)、⑥紹介者とお子さまの写真を下記のアドレスまでお送りください。

【応募宛先】 planning@hughug-web.com

※頂いたコメントなどは文字制限のために編集部で調節させていただく場合がございます。予め、ご了承ください。

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。



このマークののぼり旗や看板が目印!

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
内容	問診、マンモグラフィ+視触診(併用)
期間	毎年6月～翌年3月
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

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	毎年7月～2月
問合	健康づくり推進課／☎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(5月)

(外)…外科 (内)…内科 (整)…整形外科 (小)…小児科 (眼)…眼科 (歯)…歯科 (耳)…耳鼻咽喉科
(皮)…皮膚科 (胃)…胃腸科 (産)…産婦人科 (肛)…肛門科 (泌)…泌尿器科 (脳)…脳神経外科 (婦)…婦人科

	5/3(日祝)	5/4(月祝)	5/5(火祝)	5/6(水振)	5/10(日)	5/17(日)	5/24(日)	5/31(日)
高松市 〈診療時間〉9:00～18:00 (※1)9:00～18:30 (※2)8:30～17:00 (※3)9:00～17:00 (※4)8:30～18:00	(小)あきた小児科クリニック 六条町605-5 ☎087-868-6000	(耳)うえむら耳鼻咽喉科 楠上町2-3-15　2F ☎087-831-8733	(内)大窪内科消化器科医院 成合町728-7 ☎087-885-1233	(内)香川県立中央病院 朝日町1-2-1 ☎087-811-3333	(内)ありとも内科クリニック 小村町256-13 ☎087-887-4103	(整)いがわ医院 勝賀町1-11-1 ☎087-861-4306	(内)オリーブ高松メディカルクリニック 観光町649-8 ☎087-839-9620	(小)いまいこどもファミリークリニック 新田町甲658-7 ☎087-813-8048
	(内)あまの内科クリニック 木太町4326-1 ☎087-868-3363	(内)香西内科医院 檀紙町1531-1 ☎087-886-5510	(内)(整)キナシ大林病院 鬼無町藤井435-1 ☎087-881-3631	(外)かがわ整形外科クリニック 屋島西町1347-10 ☎087-887-9876	(小)いとうわんぱくクリニック 楠上町2-3-15 ☎087-812-1089	(外)牛山クリニック 檀紙町68-1 ☎087-886-0119	(眼)加藤眼科クリニック 多肥下町1548-20 ☎087-868-0707	(耳)木村耳鼻咽喉科医院 太田上町420-1 ☎087-815-3317
	(整)三宅整形外科スポーツクリニック 三条町482-1 ☎087-867-2270	(内)(皮)くぼ屋外科・内科クリニック 国分寺町福家甲3812-1 ☎087-875-2255(※1)	(小)大林内科小児科医院 屋島西町2485-6 ☎087-843-3315	(小)高島小児科・アレルギー科医院 木太町1813-1 ☎087-862-2032	(内)かしむら内科医院 多肥上町718-1 ☎087-889-7760	(内)四宮医院 西植田町1540 ☎087-849-0201(※3)	(内)木村医院 前田東町800-1 ☎087-847-6002(※4)	(産)中川皮膚科医院 国分寺町新居1288-6 ☎087-870-6660(※3)
	(内)(外)JCHOりつりん病院 栗林町3-5-9 ☎087-862-3171	(整)高松市立みんなの病院 仏生山町甲847-1 ☎087-813-7171	— 休日	— 休日	(整)高松協同病院 木太町4664 ☎087-833-2330	(小)(産)高松市立みんなの病院 仏生山町甲847-1 ☎087-813-7171	(整)渋谷整形外科医院 牟礼町牟礼986-1 ☎087-845-9339	(内)百石病院 屋島西町1937-1 ☎087-843-6121
	(泌)松木泌尿器科医院 前田西町1080-7 ☎087-847-1121	(内)(外)伊達病院 観光町588-8 ☎087-831-1701	— 休日	— 休日	(整)高松平和病院 栗林町1-4-1 ☎087-833-8113	(耳)もも太内科耳鼻咽喉科クリニック 朝日町2-2-7　Lビルディング2F ☎087-811-1810	(小)高松赤十字病院 番町4-1-3 ☎087-831-7101	(整)扇井外科胃腸科・整形外科 田村町1277 ☎087-867-1222
	— 休日	(小)西高松キッズクリニック 郷東町134-1 ☎087-881-8899	— 休日	— 休日	(耳)勇静会上原耳鼻咽喉科医院 国分寺町新居1362 ☎087-874-4133(※2)	(内)真弓内科呼吸器科医院 塩上町2-2-6 ☎087-835-2321	(内)ミタニ病院 三谷町1680-1 ☎087-864-8778	(眼)みそて眼科クリニック 多肥上町1111-1　3F ☎087-806-1103
	— 休日	(皮)(泌)安元クリニック 東山崎町90-6 ☎087-847-1300	— 休日	— 休日	— 休日	(耳)みやべ耳鼻咽喉科クリニック 林町478-1 ☎087-889-1133	(耳)わたなべ耳鼻咽喉科 出作町宇東原281-1 ☎087-889-8733	(内)よこい内科クリニック 多肥下町359-1 ☎087-869-4511
丸亀市 〈診療時間〉9:00～18:00 (※)9:00～17:00	(内)(小)今田医院 垂水町1342 ☎0877-28-7526	(内)(小)瀬戸内クリニック 川西町北189-1 ☎0877-28-1511	(内)アイファミリークリニック 川西町南826 ☎0877-28-1333	(内)岸本医院 朴原町487 ☎0877-22-5629	(内)(整)岩本病院 郡家町2486-5 ☎0877-28-6311	(内)こうの内科クリニック 土器町西4-244 ☎0877-23-1119	(耳)藤田耳鼻咽喉科医院 金町2-11-33 ☎0877-25-3311	(内)(小)中山クリニック 城西町2-3-17 ☎0877-24-3000
	(小)(整)整形外科小児科安藤医院 福島町131 ☎0877-22-5496	(皮)武岡皮膚科クリニック 原田町1633-1 ☎0877-25-1880	(耳)こはし耳鼻咽喉科 郡家町234 ☎0877-28-6110	(整)竹川整形外科クリニック 飯山町川原町803-1 ☎0877-98-2600	— 休日	(外)大西外科医院 御供所町2-1-1 ☎0877-22-5627	(内)(小)三浦内科・わたり小児科クリニック 土器町東7-886 ☎0877-22-7311	(内)(小)楠原内科医院 綾歌町岡田東2266-3 ☎0877-86-3005
	(内)(胃)(外)吉馴医院 飯山町下法軍寺858 ☎0877-98-2012(※)	— 休日	— 休日	(外)中野外科胃腸科医院 土器町東3-617 ☎0877-25-2525	— 休日	— 休日	— 休日	(整)柴田整形外科クリニック 川西町南422-10 ☎0877-28-2700
坂出市 〈診療時間〉9:00～18:00 (※1)8:30～16:30 (※2)8:30～17:00	(内)伊藤内科消化器科クリニック 川津町66-1 ☎0877-44-1930	(内)ウェルクリニック 横津町3-2-31 ☎0877-45-2312	(内)北條クリニック 江尻町716 ☎0877-46-2201	(内)(小)(外)坂出市立病院 寿町3-1-2 ☎0877-46-5131(※1)	(内)(小)(外)総合病院回生病院 室町3-5-28 ☎0877-46-1011(※2)	(内)(小)(外)坂出市立病院 寿町3-1-2 ☎0877-46-5131(※1)	(内)(小)(外)坂出聖マルチ病院 谷町1-4-13 ☎0877-46-5195(※2)	(外)たかはし整形外科医院 笠指町2-43 ☎0877-45-6121
	(小)うちだ小児科医院 駒止町1-4-30 ☎0877-46-2622	(内)まつむら内科クリニック 江尻町字南新開1577-1 ☎0877-44-1133	(外)まえだ整形外科外科医院 室町3-1-13 ☎0877-46-5056	— 休日	— 休日	— 休日	— 休日	(内)つだ内科クリニック 川津町2980 ☎0877-46-8451
	— 休日	(外)みのりクリニック 駒止町1-3-5　1F ☎0877-59-0082	(内)吉田内科医院 元町1-3-18 ☎0877-44-1020	— 休日	— 休日	— 休日	— 休日	(小)峯小児科医院 寿町3-4-10 ☎0877-46-4315
善通寺市 〈診療時間〉9:00～17:00	(内)(外)(整)ふじた医院 上吉田町4-5-1 ☎0877-62-0555	(整)三宅整形・リハビリクリニック 生野町1851-1 ☎0877-63-2010	(内)石原消化器内科クリニック 生野町1852-1 ☎0877-63-6677	(耳)耳鼻咽喉科小野医院 文京町1-2-11 ☎0877-62-2277	(内)藤沢医院 金蔵寺町1249-1 ☎0877-62-1873	(産)(婦)谷病院 原田町字下五条1190-1 ☎0877-63-5800	(内)(小)中島医院 善通寺町7-5-6 ☎0877-62-0358	(内)(小)森医院 善通寺町1-7-18 ☎0877-63-1500
観音寺市(※1)8:30～18:30 〈診療時間〉(※2)8:50～18:00 9:00～18:00(※3)8:00～18:00	(内)(小)宮崎内科医院 観音寺町甲3393 ☎0875-25-1280	(整)細川整形外科医院 植田町西下1803-3 ☎0875-25-4290	(内)(小)今滝医院 粟井町2292-1 ☎0875-27-6218	(整)松井病院 村黒町739 ☎0875-23-2111(※1)	(内)(外)(整)羽崎病院 栄町3-4-1 ☎0875-25-3382	(外)たしろ医院 南町5-4-63 ☎0875-25-8413(※2)	(内)(小)富士クリニック 観音寺町甲3002 ☎0875-25-3692(※3)	(内)富田内科医院 柞田町甲915 ☎0875-24-0180
さぬき市 〈診療時間〉9:00～17:00	(内)ひもりの里診療所 鴨庄4481-2 ☎087-890-1055	(内)はらおか医院 内科・循環器内科 志度4625-3 ☎087-814-2200	(整)服部内科医院 造田是弘688-3 ☎0879-52-2173	(整)大石整形外科医院 昭和3322 ☎0879-52-2107	(整)金山眼科医院 志度361-1 ☎087-894-7171	— 休日	(内)あり主内科消化器科クリニック 志度1900-7 2F ☎087-814-2388	— 休日
	— 休日	— 休日	(皮)(泌)まつおか医院 長尾東1038-1 ☎0879-52-1888	— 休日	(内)摩山ファミリークリニック 寒川町神前1526-1 ☎0879-23-2555	— 休日	(内)(小)南医院 昭和3347-1 ☎0879-52-2171	— 休日
綾歌郡 〈診療時間〉 9:00～17:00(※2)8:30～17:00	(内)(外)くわはら医院 宇多津町浜八番丁112-2 ☎0877-49-3200	— 休日	(内)(眼)桑島医院 綾川町山田上甲1307-1 ☎087-878-2005(※1)	— 休日	(泌)さくらづか吉田クリニック 綾川町陶4185-1 ☎087-870-8000	(小)滝宮総合病院 綾川町滝宮486 ☎087-876-1145(※2)	(内)松本内科胃腸科医院 綾川町畑田673 ☎087-877-0520	— 休日

※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 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や、feelNEOの会員限定特典も配信。

【登録方法】
① 右記アドレス(またはQRコード)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

hug-online@hughug-web.com

※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。

岡山県休日当番医表(5月)

		5/3(日祝)	5/4(月祝)	5/5(火祝)	5/6(水振)	5/10(日)	5/17(日)	5/24(日)	5/31(日)
岡山市 〈診療時間〉 9:00～17:00	旭川東	さつき内科クリニック 中区西川原135-1 ☎086-206-1351	矢野医院(内科) 中区中井1-15-18 ☎086-275-3757	旭電クリニック(内科・小児科) 中区中島70-1 ☎086-275-6768	たかはしクリニック(内科) 中区湊491-2 ☎086-277-1105	緑葉ファミリークリニック(内科・小児科) 中区長利103-5 ☎086-278-5001	なかとう内科小児科医院 中区平井3-874-40 ☎086-274-9100	コーブみんなの診療所(内科) 中区乙多見101-4 ☎086-278-8522	おかもと内科小児科診療所 中区浜356-1 ☎086-271-2655
	旭川西	ほそたにクリニック(内科) 北区津島南2-5-25 ☎086-251-1100	三浦内科医院(内科) 北区伊福町2-27-30 ☎086-252-6783	はた医院(内科・小児科) 北区大元上町12-10 ☎086-242-5151	南方クリニック(内科) 北区南方3-10-33 ☎086-224-3739	佐々木医院(内科) 北区西崎本町4-3 ☎086-253-0230	野口医院(内科・小児科) 北区可知2-3-18 ☎086-943-5131	コーブ大野辻クリニック(内科) 北区今3-26-28　2F ☎086-805-0335	河合内科医院(内科) 北区奉還町1-2-3 ☎086-251-2491
	西大寺・上道	野田内科医院(内科) 東区藤井174-6 ☎086-278-3318	岡村一心堂病院(内科) 東区西大寺南2-1-7 ☎086-942-9900	岡山西大寺病院(内科) 東区金岡東町1-1-70 ☎086-943-2211	藤田病院(内科) 東区西大寺上3-8-63 ☎086-943-6555	野口医院(内科・小児科) 東区可知2-3-18 ☎086-943-5131	石井内科クリニック(内科・小児科) 東区神崎町105-1 ☎086-946-2030	藤原内科循環器科医院(内科) 東区西大寺東3-1-8 ☎086-942-2173	陽クリニック(内科・小児科) 東区西大寺新地16-3 ☎086-943-8778
	瀬戸	吉井外科内科クリニック 東区瀬戸町沖210 ☎086-952-3331	森クリニック 赤磐市周西728-1 ☎086-954-4747	桜が丘クリニック(内科・小児科) 赤磐市桜が丘西6-3-13 ☎086-955-8025	戸川クリニック 赤磐市西軽部211-1 ☎086-957-3057	こどもクリニックえくぼ(内科・小児科) 東区瀬戸町旭ヶ丘4-2-36 ☎086-952-1515	こやま小児科(内科・小児科) 赤磐市下市362-2 ☎086-958-5056	熊山診療所(内科) 赤磐市松木621-4 ☎086-995-1251	近藤内科(内科・小児科) 東区瀬戸町宗堂597 ☎086-953-1610
	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	佐藤医院 北区建部町川口1524-3 ☎086-722-1122	マスカット内科クリニック(内科) 北区宮部4283 ☎086-294-7111	前田医院(内科) 北区楢津310-1 ☎086-284-7676	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
	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	ももたろう整形外科医院 北区下足守1912-1 ☎086-295-2557	あしもりクリニック 北区下足守1900-1 ☎086-295-1133	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
	藤田・興除・灘崎	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	岡山光南病院 南区東畦767-3 ☎086-282-0555	庵谷医院(内科) 倉敷市木514 ☎086-485-0057	木村医院(内科小児科) 都窪郡早島町早島1469-1 ☎086-482-0028	みや内科クリニック(内科) 南区藤田674-6 ☎086-296-7778
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	しげい病院 幸町2-30 ☎086-422-3655	水島中央病院 水島青葉町4-5 ☎086-444-3311	武田病院 連島町西之浦352-1 ☎086-446-4141	倉敷北病院 宮前41-2 ☎086-426-8711	すわ内科皮ふ科[内科のみ] 八王子町287 ☎086-425-8008	斎藤医院 西阿知町新田552-1 ☎086-466-3177	松田病院 鶴形1-3-10 ☎086-422-3550	伊木診療所 亀山775-1 ☎086-429-2300
	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	児島中央病院 児島小川町3685 ☎086-472-1611	倉敷シティ病院 児島阿津2-7-53 ☎086-472-7111	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	児島マリンクリニック 児島阿津1-7-27 ☎086-474-0333	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	国安ファミリークリニック 福江105-1 ☎086-485-6111
		—	—	—	—	—	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	児島中央病院 児島小川町3685 ☎086-472-1611	児島聖康病院[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	児島聖康病院[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	新見脳神経外科医院 児島神田町1822 ☎086-474-2200
	児島地区・小児科	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	—	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	—
	児島地区・歯科	駒井歯科クリニック 児島味野2-2-39 ☎086-472-8037	—	—	—	あい歯科クリニック 児島小川1-6-7 ☎086-473-4618	ホワイト歯科片山 児島神田町1746 ☎086-474-4618	中塚(浩)歯科医院 児島小川7-2-53 ☎086-473-0934	滝下歯科 児島柳田町622-3 ☎086-473-8738
	玉島地区	玉島病院 玉島乙島4030 ☎086-522-4141	プライムホスピタル玉島 玉島750-1 ☎086-526-5511	藤沢脳神経外科病院 玉島勇崎587 ☎086-528-3111	玉島協同病院 玉島柏島5209-1 ☎086-523-1234	正道歯科医院 玉島1550-1 ☎086-526-5018	もりや小児科医院 玉島1701-1 ☎086-522-7055	尾上整形外科医院 玉島1-7-10 ☎086-522-4121	守谷整形外科医院 玉島勇崎585-1 ☎086-528-3030	西崎内科医院 新倉敷駅前3-119-1 ☎086-526-6200
	玉島地区・歯科	玉島病院 玉島乙島4030 ☎086-522-4141	—	—	—	さわき歯科医院 玉島1697-1 ☎086-526-6818	おおしま歯科医院 玉島阿賀崎1-3-5 ☎086-522-3471	草地歯科医院 玉島勇崎174-6 ☎086-528-2200	
	真備地区	川辺内科 真備町川辺102-1 ☎086-697-1011	—	—	—	源医院 真備町有井205-1 ☎086-698-5050	まきび病院 真備町新田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	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	玉野三井病院 玉3-2-1 ☎0863-31-4187	三宅内科外科医院 槌ケ原1017 ☎0863-71-2277	玉野市民病院 宇野2-3-1 ☎0863-31-2101	中谷外科病院 田井3-1-20 ☎0863-31-2323	大西病院 田井3-8-11 ☎0863-33-9333	山田外科医院 和田3-19-1 ☎0863-81-7197
	内科	長崎医院 用吉1676-1 ☎0863-71-4800	岡山赤十字病院 玉野分院 築港5-16-25 ☎0863-31-5117	満木内科小児科 用吉1681-1 ☎0863-71-0747	たなべ内科 八浜町八浜1484-1 ☎0863-51-3600	油原医院 和田1-9-5 ☎0863-81-8235	こやま医院 八浜町見石1607-3 ☎0863-51-3333	せいきょう玉野診療所 羽模崎町5-10 ☎0863-81-1696	中村医院 長尾198-1 ☎0863-71-2217
浅口市〈診療時間〉9:00～17:00		福嶋医院 寄島町3072 ☎0865-54-3177	よりしま中西医院 寄島町7543-11 ☎0865-54-2324	白神医院 寄島町5660 ☎0865-54-2025	国定病院 浅口都里庄町浜中93-141 ☎0865-64-3213	にいつクリニック 浅口都里庄町新庄2929-1 ☎0865-64-3622	礒川内科医院 浅口都里庄町新庄1388 ☎0865-64-2001	金光病院 金光町占見新田740 ☎0865-42-3211	ほかま医院 金光町占見新田1166-1 ☎0865-42-6616
井原市 〈診療時間〉9:00～17:00 (外)…外科 (内)…内科		(外)井原市立井原市民病院 井原町1186 ☎0866-62-1133	(内)鳥越医院 笹賀町2-21-3 ☎0866-63-1656	(外)長尾整形外科リハビリテーション科 西江原町867-1 ☎0866-62-2510	(内)原田内科医院 西江原町851-1 ☎0866-63-1620	(外)森本整形外科医院 上出部町473 ☎0866-62-6000	(外)井原市立井原市民病院 井原町1186 ☎0866-62-1133	(外)小田病院 井原町582 ☎0866-62-1355	(外)井原第一クリニック 高屋町127-1 ☎0866-67-0331
		(内)河合医院 芳井町吉井89-1 ☎0866-72-1556	(外)菅病院 井原町124 ☎0866-62-2831	(内)國司内科医院 西江原町1797-1 ☎0866-63-0739	(外)ほそや医院 七日市町102 ☎0866-62-1373	(外)井原市立美星国保診療所 美星町大倉2467-4 ☎0866-87-2525	(内)前谷内科クリニック 西江原町666-1 ☎0866-63-4888	(外)山成医院 芳井町与井4-4-7 ☎0866-72-0101	(内)青木内科 高屋町4-24-10 ☎0866-67-3138
総社市 〈診療時間〉9:00～17:00		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	友野内科医院 富原344-1 ☎0866-92-8822	森下病院 駅前1-6-1 ☎0866-92-0591	長野病院 総社2-22-43 ☎0866-92-2361
		杉本クリニック 駅前2-18-21 ☎0866-92-1000	旦医院 美袋1792 ☎0866-99-1120	谷向内科 井手1208-2 ☎0866-94-8801	谷口レディスクリニック 真壁213 ☎0866-94-3300	渡辺医院 真壁151-5 ☎0866-92-7222	しおつか泌尿器科クリニック 金井戸168-1 ☎0866-90-0055	こうち整形外科 中央6-10-103 ☎0866-90-2020	あさのクリニック 中央2-3-5 ☎0866-93-8808
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	—	—	—	亀乃甲診療所 美咲町原田3154-1 ☎0868-66-1000	近藤クリニック 久米南町下弓削389-1 ☎0867-28-3233	関医院 美咲町原田1732-1 ☎0868-66-1109	河合内科医院 久米南町神目中794-6 ☎0867-22-3131
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	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
		藤原医院 邑久町山田庄75-1 ☎0869-24-0777	内田クリニック 邑久町本庄2004-5 ☎0869-22-3020	おさふねクリニック 長船町土師332-1 ☎0869-26-8080	岡崎内科クリニック 邑久町山田庄212-1 ☎0869-22-3880	内田医院 邑久町尾張39-12 ☎0869-22-5010	水野医院 邑久町上笠加171-5 ☎0869-22-3111	長田医院 邑久町豊原341-2 ☎0869-22-0001	瀬戸内りょう主医院 邑久町尾張1341-20 ☎0869-22-2800

※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。

HUG HUG 読者コーナー

今月のテーマ「室内遊び」



家の中でヒマを持て余している読者の皆様のために、今月は「室内遊び」について聞いてみました!

パコは「お絵描き」！　紙と鉛筆があれば3ヵ月は余裕です！　ホームセンターで500枚入りのコピー用紙を買っておくと重宝します。

「室内遊び、マンション住まいだと走り回ることもできずに困ります。我が家は兄弟でテーブルを台にして卓球をしています。100均で簡単に遊べて楽しんでいます」（ハリネズミさん）

テーブル卓球楽しいですよね。パコはしゃもじとかうちわでやってます！　球さえあればできるので、スリッパとか洗面器とか、ラケットを色々変えると面白いです！

「うちの子はお風呂遊びが大好きです。お風呂にゴーグル付けて潜って、イルカがやるみたいなバブルリングの練習をしたり、水鉄砲を天井に打って、落ちてくる水滴をよけたり、よく分からない1人遊びをしてます。この前、お風呂から上がって『これなんやと思う?』と、小さな団子を見せてきて、何？　と聞くと、入浴剤を洗面器で溶かして、溶け残りを集めて団子にしたそう。すごく誇らしげでした」（たまこさん）

すごい楽しそう……！　子どもって、そういう遊びを見つけるの本当に上手ですよね。ヒマつぶしの達人というか。

「コロナのせいでボールプールに行けないので、代わりにビニールボールをたくさん買ってきました。娘がせっせとボールを拾ってはパパの所に持って行き、それをパパがまた投げて……の無限ループです」（ふみさん）

本物のボールプールも、早く遠慮なく行けるようになってほしいですね。室内遊びと言えば、今月号はなぞなぞコーナーもおすすめです。ぜひ親子でチャレンジしてみてください♪

おたより募集！　6月号のお題「最近の悩み」

読者コーナーへの投稿は、下記のアドレスでアクセスできる専用投稿フォームからお願いします。お題に対する投稿だけでなく、普通の投稿もお待ちしています。

掲載させていただいた投稿者様には、HUG HUGオリジナルグッズをお送りさせていただきます。

専用投稿フォーム

http://talk.hughug-web.com

※入力していただいた個人情報は、プレゼント発送以外には使用しません。

Green Rabbitの 今月の花タロット

今月の運勢は? 4/20(月) » 5/19(火)

山羊座(やぎ) 12/22〜1/19
ソード9（逆位置）
悩みが単なる考え過ぎだったという事に気が付いたり、誤解が解けたりして晴ればれとした気持ちになりそう。些細な事でも誠意をもって対応して。
ラッキーフラワー：コマツナギ
花言葉：希望を叶える

天秤座(てんびん) 9/23〜10/23
ソード10（逆位置）
長年、不自由さを感じていた事やコンプレックスから解放される予感。
学校や職場などで才能を生かす場を与えられる人もいそう……。
ラッキーフラワー：ヘリオトロープ
花言葉：誠実、献身的な愛、忠誠心

蟹座(かに) 6/22〜7/22
恋人たち（逆位置）
優柔不断な態度は良くありません。最初の一歩は完璧でなくても良いのですから、自分の心に正直に、やりたいと思った事には積極的に挑戦してみましょう。
ラッキーフラワー：ガーベラ
花言葉：希望、前進

牡羊座(おひつじ) 3/21〜4/19
ペンタクル10（逆位置）
物事が思うようにいかずイライラしがちですが、心を落ち着けて。
資格取得や技術の向上などに目を向けると、今後の収入アップにつながりそう。
ラッキーフラワー：アマリリス
花言葉：誇り、内気、おしゃべり

水瓶座(みずがめ) 1/20〜2/18
ワンド2（正位置）
目標を定めてスタートする時期です。
いる物といらない物、それが本当にやりたい事かを基準に心の断捨離を。輝く未来が待っています。
ラッキーフラワー：アサガオ
花言葉：愛情、結束

蠍座(さそり) 10/24〜11/22
ワンド5（正位置）
信念が試される時。
あなたが正しいと思うことは多少の反対があっても諦めない事です。
時間がかかっても必ず味方が現れます。
ラッキーフラワー：ダリア
花言葉：華麗、優雅、気品、感謝

獅子座(しし) 7/23〜8/22
正義（正位置）
今まで理不尽に感じていた状況は少しずつ改善されていきます。
人の意見も大切ですが、今は自分の気持ちに素直になって動いた方がうまくいきそう。
感情的にならず心を落ち着かせて、冷静に物事を判断する事がカギ。
ラッキーフラワー：パンジー
花言葉：もの思い、わたしを思って

牡牛座(おうし) 4/20〜5/20
愚者（正位置）
新しい事にチャレンジしたい気持ちが高まります。
人の意見も大切ですが、今は自分の気持ちに素直になって動いた方がうまくいきそう。
ラッキーフラワー：カメリア
花言葉：控えめな優しさ、誇り

魚座(うお) 2/19〜3/20
月（逆位置）
悩みの原因を他の人や環境のせいにしないあなたは周りの人からキラキラと輝いて見えています。
そんなあなたのふるまいで状況は好転します。
ラッキーフラワー：ハイビスカス
花言葉：繊細な美、新しい恋

射手座(いて) 11/23〜12/21
ワンド王（逆位置）
やるべき事に追われて疲労困憊。みんながあなたを頼りにしすぎているのかも。
スケジュールを確認して、優先順位をつけて行動してみましょう。
ラッキーフラワー：フロックス
花言葉：あなたの望みを受けます

乙女座(おとめ) 8/23〜9/22
カップ3（逆位置）
家庭と仕事の両立で少しお疲れ気味かもしれません。
みんなの為に頑張っている自分を褒めてあげましょう。
本当はみんなあなたに感謝しています。
ラッキーフラワー：ハス
花言葉：清らかな心、神聖、雄弁

双子座(ふたご) 5/21〜6/21
ソード6（逆位置）
あなたを悩ませる問題や人間関係から決別する時期が来ています。
今月は前向きな気持ちで、新しい展開を引き寄せましょう。
ラッキーフラワー：ワスレナグサ
花言葉：わたしを忘れないで

p25のクロスワードのこたえ「こどものひ」

p29のまちがいさがしのこたえ　①太陽の光線の数　②飛行機の上に人が　③左端の鯉のぼりの色　④左下にUFO　⑤パコの持った剣が折れている　⑥ピンクの鳥がスズメに　⑦右上の鯉のぼりの目の向き

HAPPY BIRTHDAY
5月生まれのおともだち

5月6日 優斗くん(5歳)

いつも元気いっぱいの優斗☆
これからもたくさん
笑って過ごそうね♪

5月3日 楓磨くん(1歳)

元気にいっぱいに
育ってね♡

5月1日 陽葵ちゃん(3歳)

みんなを笑わすのが得意!
これからも明るく
太陽の様な存在で!

5月1日 真紘くん(2歳)

やんちゃ真っ盛りで
毎日困らせてくれるけど、
それもまたいいね。

5月20日 梨衣奈ちゃん(1歳)

1歳おめでとう!　いつも可愛い
笑顔で癒してくれてありがとう!
りいちゃん大好き♡

5月17日 統真くん(3歳)

わんぱくにこにこ王子に
胸キュン♡
3さいお誕生日おめでとう!!

5月12日 はるとくん(6歳)

負けず嫌いで頑張り屋さんの
はるくん。
これからもそのままでいてね。

5月6日 透子ちゃん(1歳)

毎日幸せをありがとう!
1歳のお誕生日おめでとう!

5月の気候
晴れる日が多く、空気もさわやかで過ごしやすい季節です。

平均気温（2019年5月）



5月31日 乃愛ちゃん(4歳)

4歳のお誕生日おめでとう!
4月から新しい保育園でも妹と
一緒に楽しんで頑張ってね。

5月30日 莉奈ちゃん(1歳)

お誕生日おめでとう♡
お姉ちゃんと仲良く楽しく
過ごそうね♪

5月28日 菖ちゃん(8歳)

いつも笑顔で、
周りを明るくしてくれて、
ありがとう♡

5月の豆知識

外国語では?
- 陰暦 皐月(さつき)
- 英語 May(メイ)
- フランス語 mai(メ)
- スペイン語 Mayo(マージョ)
- イタリア語 maggio(マッジョ)
- ドイツ語 Mai(マイ)

星座は?
- 牡牛座(おうし)（〜5/20）
- 双子座(ふたご)（5/21〜）

誕生石は?
- エメラルド　幸運・幸福
- 翡翠　健康と繁栄・福徳

誕生花は?
- カーネーション　無垢で深い愛
- スズラン　再び幸せが訪れる
- 菖蒲(しょうぶ)　嬉しい知らせ



お誕生日のお写真や元気なお写真をお送りください!

お子さまの特別なお誕生日をHUG HUGでお祝いします♪

誕生月号に掲載し、HUG HUGでお祝いします。(対象1歳〜12歳まで)

※発刊月号にその月のお誕生日の方を掲載します。
※頂いたコメントなどは文字制限のために編集部で調節させていただく場合がございます。
※応募多数の場合は、先着順とさせていただきます。予め、ご了承ください。

【必要事項】件名を「お誕生日おめでとう」
メール本文に、①お子さまのお名前（ふりがな）、②性別、③生年月日、お誕生日を迎える年齢、④コメント30字程度、⑤お子さまのお写真を下記のアドレスまでお送りください。

【応募宛先】planning@hughug-web.com

【締め切り】

〈例〉

お誕生日	締め切り
6月生まれ	4月末
7月生まれ	5月末
8月生まれ	6月末

投稿の締め切りはお誕生日の2ヵ月前の月末になります。

締め切りにご注意ください!

HUG HUG COVER GIRL INTERVIEW
今月の表紙
#06

あやポン
（feelNEO／HUG PRO所属）



PROFILE
2004年7月10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のリーダー。この4月から高校生となり、メンバー全員が高校生となりました。

TwitterやInstagramも大人気のfeelNEO。
「星の下の僕らの話」MVはYouTubeで135万回再生（4/14現在）とその人気はもはや全国区。グループ最後の表紙撮影は、満を持しての登場、リーダーのあやポンです。

―― ソロとして初めての表紙撮影はどうでしたか?

あやポン　とっても楽しかったです!　カメラマンさんとのお話も楽しかったですし、菜の花がとても綺麗で気分があがりました!
近くに大きい木があったんですけど、もっとアクティブな服だったら木登りしたかったですね（笑）
あと、メンバーのあゆにお土産を頼まれていたので、菜の花をあげました!（笑）

―― 4月から高校生になりましたが、新たに挑戦したいことはありますか?

あやポン　小学校や中学校の時、リコーダーがすごい苦手だったんですよ!　なので楽器ができるようになりたいです!
ドラムは、ステージで一度披露していて、今はピアノに挑戦してます。その次はギターをしてみたいです。
演奏ができるようになったら、音楽の先生に成長をみていただきたいです!（笑）

―― グループ、個人としてのこれからの夢・目標は何ですか?

あやポン　feelNEOとしてはもちろん岡山市民会館での単独公演です。延期という形にはなってしまいましたが、今回の出来事も前向きに捉えて、「これがfeelNEOです」と胸を張って言えるパフォーマンス、そしてたくさんの方への感謝も届くように頑張りたいです。
個人の夢は、人に夢や希望を与える事ができる人間になる事です。自分のパフォーマンスを見た誰かの背中を少しでも押せてたら嬉しいです。

岡山市民会館単独公演が2020年7月23日（木祝）に変更になりましたが、そんなトラブルにも負けないfeelNEO。
今後も、feelNEOの活躍にご期待ください!!



HUG HUG 5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
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



2
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：14～21㎝（1㎝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



3
JTBギフト券 1,000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、1,000円分を1名様にプレゼント。
提供：株式会社JTB 岡山支店



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
中には苺たっぷり、色んなフルーツとアニマルフェースのチョコもトッピングした美味しくてかわいイーフルーツロール!!　当選者は1ヵ月以内に前日予約の上、ご来店ください。
提供：洋菓子 Hashimoto



5
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



6
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



7
feelNEO サイン入りCD
各1名様
オリコンデイリーランキング2位を獲得したfeelNEO「星の下の僕らの話」のCDをメンバー全員のサイン入りでプレゼント。
提供：HUG PRO



8
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、リラックスなど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



9
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。ご家族揃って楽しめる憩いの温泉です。
提供：ぽかぽか温泉



10
青少年自然の家 ハンドタオル（緑）
3名様
「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ハンドタオルです。外遊びのおともに!
提供：国立吉備青少年自然の家

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!

※ご提供いただく個人情報は「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
2020年4月20日（月）～
2020年5月19日（火）
今月号の発行日から、次月号発行日の前日となります

入園・入学おめでとう! 記念スナップ写真 大募集

2020年5月1日（金）締め切り



HUG HUG編集部からのお知らせです!!
ご入園・ご入学おめでとうございます!
4月に入園式、入学式を迎え新しい生活が始まった新入生のみんなをHUG HUG誌面でお祝いします!
桜の下や校門前で……ピカピカの制服を着て……仲良しのお友達やママ、パパと一緒に撮った入園・入学の記念スナップをお送りください。HUG HUG6月号でご紹介させていただきます♪

【必要事項】　件名を「入園・入学スナップ」
メール本文に、①お子様のお名前（ふりがな）、②年齢、③性別、④コメント30文字程度、⑤お子さまの写真を下記のアドレスまでお送りください。

【応募宛先】　planning@hughug-web.com

【応募締切】　2020年5月1日（金）24:00



※個人情報保護の取り組みの一環として、写真に学校名などが写っている場合は編集部にて修正させていただく場合がございます。予め、ご了承ください。

HUG HUG
5月号 vol.125
子どもと楽しむガーデニング



木の家が好きだから

新築まるごと一棟分
ひのきの柱プレゼントキャンペーン
詳しくはスタッフへお問い合わせを

『真壁(しんかべ)づくりの家 × オール国産ひのき』

自信があるから、泊まってじっくり見ていただきたい。高気密・高断熱の家で、森林浴のように癒やされる無料宿泊体験を早島駅前展示場・笠岡展示場にて受付中。詳しくは下記フリーダイヤルへお問い合わせを。

「木の王様」ひのきの効果

世界最高レベルの高耐久性

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。

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。また、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も。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。

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

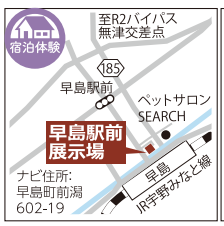
日本の伝統を科学するひのきの家

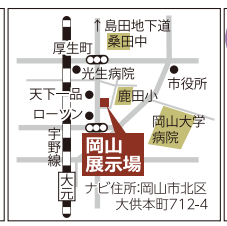
science home
サイエンスホーム

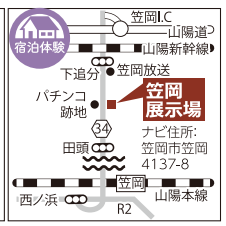
CM放映中　CM動画はHPでもご覧いただけます

早島駅前展示場/tel.086-482-1110
岡　山展示場/tel.086-235-3146
笠　岡展示場/tel.0865-63-8887
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(2)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

■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