¥0 TAKE FREE

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

2
【ハグハグ 岡山・香川版】
February 2021 / vol.134
毎月20日発刊

ご自由にお取りください
TAKE FREE

モデル：アユリ
（feelNEO／HUG PRO所属）

おうちで作ろう バレンタインレシピ

離乳食でお困りのママ、パパへ……
はぐもぐ離乳食ガイド
「食事のマナーは何歳ごろから?」

遠慮なく子どもと楽しめるお店

びっくり! 楽しい!
お家で科学実験やってみよう

みんなの写真館 part1

この春、子どもが大きく羽ばたくために
春の習い事特集



読者プレゼント
応募受付期間
1/20(水)～2/19(金)
※詳細はp48をご確認ください。



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。



これからの企業に求められるリスクマネジメント

近年、**労働災害**や**風評被害**は企業にとって**大きなリスク**になっています。長時間労働による過労死や健康起因事故、コロナウイルス感染による風評被害などニュースで見かける頻度も増加しています。企業を取り巻く環境も激変し、以前であれば見て見ぬふりをしていたことも、許されない不祥事ととらえられ、**企業責任が問われる**時代になりました。これからの企業は**社会的責任**を果たし、従業員と組織を守るために、あらゆる事態を想定した上で、常に**管理体制**を適正な状態に保ち**リスクに備えなければなりません。**

労務リスクを科学的にマネジメント

これからの経営は労務トラブルが発生してから対応するのではなく、積極的に**リスクマネジメント**を取り入れていくことが極めて重要です。業務や通勤に起因するケガや新型コロナウイルスなどの病気、死亡などの労働災害を防ぐため、企業は従業員への**健康管理**を科学的かつ積極的に取り組む必要があります。**AI顔認証出退勤検温システム**により、**検温結果や、勤怠などを一元管理**し、ひとつのサービス上でデータを抽出・参照。またデータを活用し、企業全体の働く環境を見直すことで**企業のリスク軽減**、ひいては生産性向上への寄与も期待できます。

- 従業員の健康管理
- 安心して働ける業務環境の整備

企業のリスク軽減
生産性向上への寄与も期待できる

使用施設の設置例

オフィス・公共施設



従業員だけでなく外部からのお客様の出入りが多い環境は、従業員の健康チェックが重要です。出退勤時や来客時の体温チェックで毎日の健康管理をサポートし、顔認証により不正な入室も防ぐことが可能です。

作業現場



非接触かつ高性能の認証機能で作業用のヘルメットや帽子の着用時や、タオルを頭に巻いている状況でも認識・測定可能です。働き手の健康状態を把握することで、現場の事故を防ぎます。

工場



窓が無い等、換気し辛い環境下は特に入室者の健康状態に気を配る必要があります。また、発熱者はアラームと表示でお知らせするので音が聞こえづらい環境でも利用していただけます。

フィットネスクラブ・会員制施設



会員制の空間では不正な入室を顔認証により防ぐことができます。また、3密になりやすいフィットネスクラブやスポーツジムでは利用者の健康状態により利用制限を設けることで集団感染の発生を防ぎます。

保育園・学校・塾



毎日多くの人々が利用する学校などでは、短時間での検温・顔認証による出席の把握は非常に便利です。子どもたちの健康状態を守り集団感染リスクを軽減します。

長距離運送（バス・トラックなど）



労務管理が問われる昨今、勤務状況の把握にも有効です。出退勤時間の厳格化により潜在的な長時間労働を防止し、従業員の健康を守ることで仕事上のミスや事故を防ぎます。

AI顔認証出退勤検温システムの特長

高精度顔認証**AI**による**出退勤管理**と同時に**発熱者を発見する**温度モニターを備えたセキュリティシステムです。

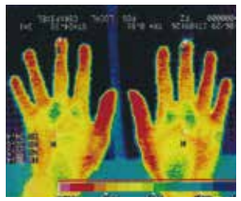


POINT 1 体温を瞬時に測定



顔認証登録している人を0.2秒で瞬時に識別すると同時に発熱者も検知。未然に入室を防ぐことが可能です。

POINT 2 誤差±0.5℃の高精度



AI（人工知能）により、誤差は±0.5℃と高い精度での体表面温度の測定ができます。また、あらかじめ設定した以上の温度を検知した場合には、対象者に接触する事なく瞬時に通知します。

POINT 3 マスク非着用アラーム搭載



本体画面に顔をかざすだけで、瞬時に検温と同時にマスク着用の有無を判定できます。
体温が高い方はもちろんマスクを着用していない方へも音声とアラーム音で注意を促すことができます。

POINT 4 10万人分の顔データを記録



データ記録数最大10万件分の顔データを記録。瞬時に照合が可能です。

POINT 5 出退勤管理と連携



顔認証機能と組み合わせて従業員の出退勤チェックとして活用できます。認証した人を日時別に検索し登録名、体温、マスク着用の有無も閲覧可能です。

測定イメージ



サーマルカメラに内蔵されている顔認証システムにより、登録されている人のみを識別すると同時に発熱者を検知します。

計測・認識

・正常な場合



成功

・発熱がある場合
・顔登録していない場合
・マスク未着用の場合



×認証失敗

・体温検知
・マスク有無判定
・人物認識

体温が高すぎます
アラーム音で注意喚起
マスクを着用してください

入退室管理と連携



・パソコンでモニタリング
・システム連携でデータ管理
（顔写真を含む識別データ登録が可能）
・パンチレコード
（検温結果をCSVデータで出力）

料金プラン



AI顔認証サーマルカメラ（タブレット型）



自立スタンド

alhua TECHNOLOGY AI顔認証出退勤検温システム
ハイエンドモデル

定価 ~~500,000円~~（税別）

DHI-ASI7213X-T1ASF172X-T1 ※一部消耗品を除く

機器保証2年※ | サーマルカメラ本体+自立スタンド

特別価格 期間限定の大特価価格でご提供中です
詳しくはお問い合わせください

3年リース 月額15,000円（税別） 5年リース 月額9,000円（税別）

人体温度モニタリング | 10万人分の顔認証データベース | ノーマスクアラーム | 測定精度：±0.5℃
出退勤管理機能 | 測定距離：0.3～1.8m | 顔認証速度：0.2秒



AI顔認証サーマルカメラ（タブレット型）　自立スタンド

alhua TECHNOLOGY AI顔認証出退勤検温システム
エントリーモデル

定価 ~~350,000円~~（税別）

DHI-ASI7213Y-V3-T1 ※一部消耗品を除く

機器保証2年※ | サーマルカメラ本体+自立スタンド

特別価格 期間限定の大特価価格でご提供中です
詳しくはお問い合わせください

3年リース 月額10,000円（税別） 5年リース 月額6,000円（税別）

人体温度モニタリング | 5万人分の顔認証データベース | ノーマスクアラーム | 測定精度：±0.5℃
測定距離：0.3～2.0m | 顔認証速度：0.35秒

ゼロカメ
[香川本社]　香川県高松市林町1964−1
[岡山オフィス]　岡山県岡山市北区西古松西町8-18

※コロナ対策補助金・助成金が活用できる場合がございます。

お見積もり・ご相談はこちら
0120-125-155
受付時間10:00～17:00（土日も対応）

https://zerocame.com/
info@zerocame.com

「暮らしやすい」をカスタマイズ
好きを暮らしに、暮らしを豊かに


おしゃれかつ実用的な収納力


木の扉で温もりある雰囲気に


洗面化粧台は、オリジナルの造り付けが標準仕様


ひとつひとつ好きを集めておうち時間を快適に


モルタル風キッチンでおしゃれに


無垢の床は素足が気持ちいい、子どもたちものびのび

【完全予約制見学会情報】
0120-927-576 または LINE にてご予約ください。詳細はHPをご覧ください。

セミオーダー Li-plus シンプルスタイル
2021年 2月6日(土)・7日(日) 10:00-17:00 岡山市東区瀬戸町



フルオーダー
2021年 2月20日(土)・21日(日) 10:00-17:00 岡山市北区撫川







Semi-Order
Li-plus
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







YAMACHU wooden house & reform SINCE 1973
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!

HUG HUG ② Vol. 134

CONTENTS

06 この春、子どもが大きく羽ばたくために
春の習い事特集 part1

10 **おうちで作ろう バレンタインレシピ**

14 びっくり! 楽しい!
お家で科学実験 やってみよう

18 **子どもが変われば 未来が変わる**
「知っていますか?口腔機能発達不全症」

20 歯のお悩みQ&A
「金属アレルギーの子どもの歯列矯正」

21 パパっとつくれる♪ カンタンレシピ
「豆腐のごま煮」

21 りったいめいろ

22 離乳食でお困りのママ、パパへ……
はぐもぐ離乳食ガイド
「食事のマナーは何歳ごろから?」

23 イオンモール倉敷 MaMaサークル
「ママとほっこり おうち時間を楽しもう」

23 クロスワードパズル

24 HUG HUGおすすめセレクション

26 遠慮なく子どもと楽しめるお店

28 **HUG HUG ママスクール**

30 **HUG HUG住宅展示場**

37 みんなの写真館

38 **HUG HUG なぞなぞ**

40 **求人情報**

41 点つなぎパズル

44 岡山県・香川県 休日当番医表

45 まちがいさがし

46 **HAPPY BIRTHDAY**
2月生まれのおともだち

47 読者コーナー

47 今月の花タロット

48 **読者プレゼント**
応募期間:1/20(水)～2/19(金)



model ： アユリ（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。



HUG PRO ENTERTAINMENT

HUG PRO研修生 随時 募集開始!!

メジャーデビューを目指し、プロとして活躍できる
アイドルグループを育てるために様々なサポートをいたします!
随時オーディションを行いますので、いつでもご応募ください!
締め切りはありません!! ご応募お待ちしております!

募集要項

応募資格

★ 小学3年生～高校3年生までの男女!!
★ 健康で明るく、やる気のある方
★ 特定のレコード会社や芸能事務所などと所属契約をしていない方
※保護者の同意が必要です
★ 合格後、弊社と所属契約を結びレッスンやイベント・撮影にご参加頂ける方

応募方法

メールにて、必要事項(＊)を記入の上、顔がはっきりと分かる上半身アップの写真1枚、全身写真を1枚添付し、下記メールアドレスまでご送信ください。
※写真は3ヵ月以内に撮影したものに限ります。
(プリクラや華美なメイク、極端な角度で撮影されたお写真でのご応募はご遠慮ください)

＊必要事項
参加者本人のお名前(ふりがな)、年齢、学年、住所、保護者のお名前(ふりがな)、電話番号(繋がりやすい番号)

E-mail： hugpro@lead-on.co.jp

※受信拒否設定をされている方は「lead-on.co.jp」のドメインが受信できるよう設定してください。
※ご連絡先を必ず明記してください。連絡先の記載がない場合、選考対象外となりますのでご注意ください。

合格後は……

受講料無料
一部負担の場合もあり

特典1 プロの講師陣による本格的レッスン!!



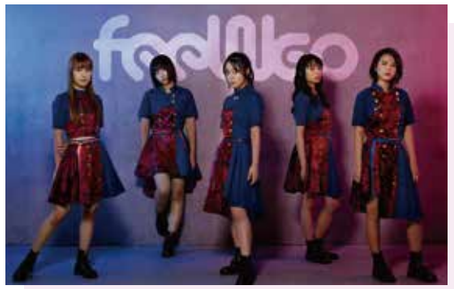
専門学校入学後、ヒップホップ、ジャズ、ロッキング、ポッピング、ブレイキング、ハウスなど、さまざまなジャンルのレッスン、業界知識、ダンスの歴史、舞台演出などの技術を学ぶ。
現在は岡山を拠点に活動中。



岡山を拠点に活動するアコースティックデュオ「ボクん家」のヴォーカル。岡山国際音楽祭で優勝をし、1stアルバムを全国リリース。
現在はfeelNEOなどアイドルのプロデュースや作詞・作曲も行なっている。

特典2 オリジナル楽曲でのCD作成 LIVE、メディアへの出演

特典3 弊社発行のフリーペーパー 表紙モデル



feelNEO(フィールネオ) HUG PRO所属
■2020年1月8日リリース楽曲「星の下の僕らの話」
■オリコンデイリーランキング2位!!
■オリコンウィークリーランキング4位!!
■Billboardウィークリーランキング3位!! を獲得!!
■YouTube「星の下の僕らの話」MV再生回数140万回を突破!!
■日本テレビ系列RNCにて冠番組「feelNEOの3分30秒」が放送中



梶原凪 KAJIHARA NAGI

梶原凪(かじはら なぎ) HUG PRO所属
■中京テレビ・日テレ系「それって!? 実際どうなの課」出演
■舞台「キクネ ～僕らに出来ること～」出演
■eco電力 CM出演

株式会社リードオン 内 HUG PRO／〒700-0926 岡山県岡山市北区西古松西町8-18 HUG PRO係 TEL 086-245-4350

〈個人情報のお取り扱いについて〉
ご応募いただいた個人情報は応募選考、およびHUG HUG誌面制作等に必要な場合の連絡確認、取材、ヒアリング以外の目的には使用しません。
また、第三者への開示・提供することは一切ありません。個人情報の取扱いに関して詳しくはホームページ、もしくは株式会社リードオンまでお問い合わせください。
https://www.lead-on.co.jp/privacy_policy/（株式会社リードオン プライバシーポリシー）

岡山市北区　体操

ももたに体操スクール問屋町スタジオ

3月より新コースが登場&レッスン時間が変更になります。子どもの成長に合わせたコースで楽しい体操を始めましょう!







コロナ対策実施中

感染予防に最大限配慮して運営しております。

運動の得意な子も苦手な子も、みんな楽しく運動に関わっていけるような教室を目指します。

1人1人の能力に応じた技を練習し、お子様の可能性を引き出していきます。少し難しいことに挑戦する心と、どうすればできるようになるかを考える思考力を養います。基礎体力の向上・柔軟性の向上といった他のスポーツでも必ず必要とされる体づくりを指導することを得意としています。また、挨拶などの礼儀作法や協調性・社会性なども体操の指導を通じて伝えていきます。楽しく練習し、しっかりと学ぶことのできる素直で一生懸命頑張る子が一人でも多く育つ教室づくりを目指しています。

◎ももたに体操スクールについて

「子どもたちに教えたいことは『できることが楽しい』ということです。できなかった技ができるようになることで、達成感や喜びを感じることができます。
まだまだ若い体操クラブですが、岡山で一人でも多くの健康な子どもたちを育てていけるように頑張ります♬」

ももたにコーチ（桃谷 道直）
・日本体操協会 公認指導員
・岡山県体操協会 3種審判員
・日本トランポリン協会 普及指導員



1〜2月

コース	対象	回数	曜日	時間	月会費
キンダーコース	3〜6歳	月4回	火	16:15〜17:05	5,000円
			土・日	10:55〜11:45	
キッズコース	5歳〜	月4回	火・水	17:15〜18:15	6,000円
			土・日	9:45〜10:45	
ジュニアコース	6歳〜	月4回	水	18:25〜19:45	7,000円

3月〜 ※コース・レッスン時間が変更になります。

	コース	対象	回数	曜日	時間	月会費
NEW	リトルコース	2〜3歳	月4回	火〜金	14:15〜14:55	4,000円
	キンダーコース	3〜6歳	月4回	火〜金	15:05〜15:55	5,000円
				土・日	10:55〜11:45	
	キッズコース	5歳〜	月4回	火〜金	16:05〜17:05	6,000円
				土・日	9:45〜10:45	
	ジュニアコース	6歳〜	月4回	火・水・金	17:15〜18:15	6,000円
				日	8:35〜9:35	
NEW	ジムナストコース	推薦	月8回	水・金	18:25〜19:45	9,000円

無料体験スクール実施中!!

上記の内、お好きな日時にご参加ください★
ももたにコーチと楽しいレッスンを始めましょう♪

お申し込みは下記お電話で

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



Lesson動画

5月末までに入会の方

ユニフォームプレゼント& 入会金5,000円無料!

この春、子どもが大きく羽ばたくために

春の習い事特集 part1

春が近づいてきました。幼稚園や小学校へ進む子どもたちにとってはドキドキ、ワクワクの季節ですね!
この機会に、子どもたちのさらなるステップアップのため、習い事を始めてみませんか?
新入会の多いこの季節、各種割引を用意しているところもたくさんありますので、気になる習い事があればぜひチェックを!

＼バリエーション豊かな6つの習い事をご紹介!／

運動大好きで向上心豊かな子どもに育てたい!
という方は、
p07「ももたに体操スクール」のページへ!

親子で一緒にリトミックを楽しみたい!
という方は、
p08「音色こずみっく」のページへ!

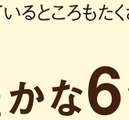
小学校進学へ向けて算数・硬筆・そろばんを身に付けさせたい!
という方は、
p08「進学塾イーサス」のページへ!

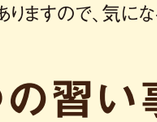
レゴブロックを使って楽しみながら向上してほしい!
という方は、
p08「クレア・クラ」のページへ!

子どものうちにパソコンの技能を身に付けさせたい!
という方は、
p09「PCらいふパソコンスクール」のページへ!

個別指導できめ細かな学習指導をしてほしい!
という方は、
p09「総合学習塾 啓真館」のページへ!

習い事写真 大募集





HUG HUG 3月号の習い事特集で掲載いたします♪

お子様が習い事を頑張っている姿の写真を大募集いたします。
運動系・文科系は問いません。また、お子様への応援コメントも掲載いたします。ご応募お待ちしています。（対象0歳〜12歳まで）
※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。あらかじめ、ご了承ください。

【必要事項】件名を「習い事写真」
メール本文に、①お子さまのお名前（ふりがな）、②性別、③コメント30字程度、④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】hughug@lead-on.co.jp

【応募締切】2021年2月5日（金）24:00



※写真はイメージです



レディースコース 女性限定

月6回受講月謝 8,800円(税別)

30~50代の女性限定のお得なコース。
お仕事に趣味に幅広く活かせるパソコンスキルで自分磨き！

キッズパソコンコース

小学4年生～対象 月4回受講月謝 5,800円(税別)

「子どもにさせたい習い事」で大人気のプログラミング。
入門からプログラミングまで充実の内容です。

Office基礎特訓コース 20回受講 19,800円(税別)

資格取得パックコース 96,000円(税別) 10%OFF

HUG HUGをご持参で嬉しい特典！ 1 入会金無料(通常10,000円) 2 福袋プレゼント！ PCらいふオリジナル初回テキスト 受講用USB 他

☆月会費￥800(税別)・テキスト代別途要 ☆授業時間1回50分 ☆当日朝9時までなら予約変更OK [営業時間]10:00～19:50(夜間の営業時間は異なることがありますのでお問い合わせください)

岡山校	岡山市北区柳町 2-1-1 山陽新聞本社ビル 8F 086-233-0303	津高校	岡山市北区横井上 83-3 エブリイ Okanaka 津高 3F 086-256-1188	庭瀬校	岡山市北区平野 920 わたなべ生鮮館庭瀬店 2F 086-250-8670	浅口校	浅口市鴨方町六条院中 2128-1 天満屋ハピータウン鴨方店 2F 0865-44-3131
平島校	岡山市東区東平島 163 ゆめタウン平島 1F 086-297-3939	和気校	和気郡和気町福富 510 サンモール内 0869-92-4078	井原校	井原市下出部町 2-11-2 ゆめタウン井原 2F 0866-67-3434	高梁校	高梁市中原町 1084-1 ポルカ天満屋ハピータウン２F 0866-23-0300
津山校	津山市大手町 1-1 NTT ビル 1F 0868-32-1123	美作校	美作市楢原下 1268-1 ゆめマート美作 0868-73-6699	真庭校	真庭市惣 170 ゆめタウン久世 0867-42-9191		
総社校	総社市門田 187 天満屋ハピータウンリブ総社店 3F 0866-93-8182	茶屋町校	倉敷市茶屋町 601-2 C-Platz CHACHA 内 086-441-1447	新見校	新見市正田 433-6 サンパーク新見 0867-72-6822		

詳細はHPへ

おかげさまで20周年 PCらいふパソコンスクール PCらいふ 検索



啓真館の新年度 2/25(木)より START

小中高一貫システム &豊富なカリキュラム

新中1生限定 新年度ご入校特典 ～2021.2/27(土)
期間中のご入校で 入校金(通常11,000円) 半額 + 授業料 5,500円 減額

新年度ご入校特典 2021.2/1(月)～2/27(土)
期間中のご入校で 図書カード3,000円分 または 授業料3,300円 減額

地域のことを知り尽くした『啓真館』だからこそできる指導があります！



小学生

個別指導【小1・2】 一斉授業【小3～6】 能力開発講座 附属小・発展クラス

学ぶことの楽しさを教えます。
家庭学習の定着で
「わかった」から「できる」へ！

- 週2回で算数・国語・英語が学べる！
- 学校準拠の算数・文章読解の国語
- 小学校の英語「教科化」対応！



中学生

一斉授業 定期テスト対策 志望校目標別クラス 中3難関高校受験コース

志望校合格を完全サポート！
一斉授業だからこそ得られる
相乗効果を重視します。

- 完全5科目指導！
- 7時20分スタートで部活動との両立可能！
- 高校入試に向け、実力UPと内申点向上



高校生

一斉授業 映像授業 個別指導 少人数総合クラス

目標は『志望大学現役合格』！
一斉×映像×個別で
全科目対応可能！

- 高校別専用クラス設置！
- 大学入学共通テスト対策も実施
- 現役合格にこだわったカリキュラム準備

総合学習塾 啓真館 ＼小1～高3までが通う塾／ 無料体験受付中！

詳しくはこちらまで、まずはお問い合わせください

〈啓真館(香川地区)〉
木太校 太田校 三木校
屋島校 仏生山校 高校部本校
栗林校 紫雲校 高校部南本校
高松東部校 国分寺校 スタディプラザ春日校

WEBでカンタン資料請求
お電話またはホームページにて
いつでもお気軽にお問い合わせください！
啓真館 検索 スマホ・タブレットの方はこちらから

岡山市北区 学習

進学塾ETHOS(イーサス)

そろばん・硬筆・算数が3つセットになった。



1年後、小学校で輝く君になる

リトルスター

対象：年長さん

詳しくはWebで。

年に一度の 入会金0円キャンペーン！ 2/27(土)まで

授業風景公開中! http://ethos-juku.com/ 進学塾イーサス 検索

リトルスター 【対象:年長さん】
Tel 086-250-4816
岡山県岡山市北区下中野 313-101 2階
〈開〉14:00～21:00 〈休〉日曜

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。



岡山・早島・倉敷 リトミック

音色(おといろ)こずみっく

オンラインだからこその楽しいレッスンも開催中!
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、楽しみながらリズム感・音感・挨拶・順番・お片付けなどを覚え、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。

対面・オンライン体験どちらにも使用可! 3回・通常3,000円→1,000円体験!!
※初回体験日～1ヵ月間有効。2/19(金)まで

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:黒﨑)
[東畦教室] 岡山県岡山市南区東畦367-12
[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



岡山市北区 倉敷市 知育 レゴブロック

ものづくりで学ぶ教室 クレア・クラ

子どもたちが大好きなレゴブロックを使った
新時代の学びに必要な教育プログラム! 育てるのは「問題解決能力」です





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。

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。

思考が「待ちのスタンス」でない子に!!

- 1st.step つなげる 模索・想像
- 2nd.step つくる 意欲
- 3rd.step つきつめる 根拠・理論・法則
- 4th.step つづける 発展・展開

4つの視点を意識した効果的なプログラム
4つの「つ」
子どもたちの論理的な思考力を伸長

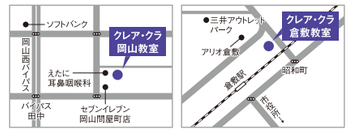
ファンタイムクラブ(4回コース)開催! 親子で参加!

「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月3日・10日・17日・24日(水)		
	倉敷教室 2月5日・12日・19日・26日(金)		
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4組

もの作りで学ぶ教室 クレア・クラ
受講料その他詳細はHPをご覧ください
http://www.creakura.com/
クレア・クラ 検索

【岡山教室】岡山県岡山市北区問屋町21-103
Tel 086-239-3610
【倉敷教室】岡山県倉敷市寿町1-36
Tel 086-424-6111
■対象:幼児～中学生



VALENTINE'S DAY

♥ おうちで作ろう ♥

バレンタイン レシピ

2月14日は、バレンタインデー。
初心者でも簡単に作れるオススメのチョコレシピをご紹介します。
パパやじぃじ、お友達や大好きなあの子へ
手作りチョコはいかがですか？
おうち時間を利用して、ママと一緒に作ってみてね。



レシピ・画像提供：PROFOODS



ティラミス

マスカルポーネチーズで作る、ひんやりとなめらかで口どけの良いイタリア生まれのデザートです。

材料　約20cm×20cmの型　1台分

A
- 卵黄 …… Mサイズ2個分
- 製菓用グラニュー糖 …… 40g

- 牛乳 …… 80g
- マスカルポーネチーズ …… 250g
- 生クリーム …… 200g

【シロップ】

B
- 湯 …… 240g
- 製菓用グラニュー糖 …… 75g
- インスタントコーヒー …… 25g

- 洋酒 …… 25g（お好みで）
- サヴォイアルディ（フィンガービスケット）… 1/2袋
- ココアパウダー …… 適量

使用する小道具
- □ ボール
- □ 泡立て器
- □ 約20cm×20cmの型
- □ ゴムべら
- □ 茶こし

準備
※Bを合わせて溶かし、粗熱がとれたら洋酒も加え、冷やす。

インスタントコーヒーの代わりにエスプレッソ粉末をお使いいただくと、より本格的な仕上がりになります。

洋酒は、アマレット、マルサラ酒、ラム酒、コーヒーリキュールなどがオススメです。



所要時間　約60分
難易度　★☆☆☆☆

作り方

1 Aを白っぽくなるまですり混ぜ、牛乳を加え60℃～80℃程度の湯せんにかける。
ダマにならないようによく混ぜ、とろみがついてきたら火から下ろす。



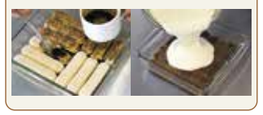
生クリームのツノがピンと立つ状態が9分立てです。



2 1にマスカルポーネを加え合わせ、氷水に当て、冷やす。
生クリームを9分立てに泡立て、加える。



3 型にサヴォイアルディを敷き、シロップをたっぷり浸み込ませ、2のクリームを半量流す。同様にもう一段サヴォイアルディ→シロップ→クリームの順に流し、冷蔵庫で冷やす。





4 ココアパウダーをふり、お好みで取り分け、完成。





ミルキー生チョコ

カカオとミルクのハーモニーが魅力のミルクチョコレート。
なめらかで口どけの良い、優しい甘さの『生チョコ』を作るには、ミルクチョコレートがおすすめです。
仕上げにココアをたっぷりと振り、甘さと苦味のバランスを楽しんで。

材料　14cm×11cm×H4.5cmの型　1台分
玉子豆腐型（中）使用

A
- 生クリーム …… 70g
- 水あめ …… 7g

- ミルクチョコレート …… 200g

【仕上げ用】
- ココアパウダー …… 適量

使用する小道具
- □ ボール
- □ ゴムべら
- □ 玉子豆腐型（中）
- □ クッキングシートまたはラップ
- □ 包丁
- □ 茶こし

準備
※型にクッキングシートやラップを敷く。

所要時間　約30分（冷やし固める時間をのぞく）
難易度　★☆☆☆☆

作り方

1 ボールにAの材料を入れて50℃程度の湯せんに当てて温め、ミルクチョコレートを加えて溶かす。



2 型に流し、冷蔵庫で冷し固める。



3 お好みの大きさに切り、仕上げに茶こしでココアパウダーをふる。





ガトーショコラ

フランス語で「チョコレートケーキ」を意味するガトーショコラは、シンプルで奥深く芳醇なチョコレートの味わいを楽しむことができます。

材料　直径15cm（5号サイズ）　1台分

A
- 卵黄 …… Mサイズ3個分
- 製菓用グラニュー糖 …… 15g
- 塩 …… 1つまみ

- 生クリーム …… 50g
- ブランデー …… 12g

B
- ダークチョコレート …… 100g
- 無塩バター …… 55g

C
- アンシャンテ（薄力粉） …… 15g
- ココアパウダー …… 30g

- 卵白 …… Mサイズ3個分
- 製菓用グラニュー糖 …… 45g

【仕上げ用】
- ココアパウダー …… 適量

使用する小道具
- □ デコ缶5号
- □ 敷紙
- □ ハンドミキサー
- □ ボール
- □ 泡立て器
- □ 茶こし

準備
※Bを50℃程度の湯せんで溶かす。
※Cを合わせてふるう。
※型に敷紙を敷いておく。
※オーブンを170℃に温める。

焼き時間・温度はお使いのオーブンによって調節してください。

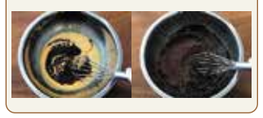
所要時間　約60分（冷ます時間をのぞく）
難易度　★☆☆☆☆

作り方

1 ボールにAの材料を入れ泡立て器ですり混ぜる。
生クリームとブランデーを加えて混ぜる。



2 1に準備しておいたBを加え混ぜ、さらにCを加え混ぜ合わせる。



3 別のボールで卵白を溶きほぐし、製菓用グラニュー糖の1/3量を加えてハンドミキサーの高速2分、残りの1/2量を加えて高速2分、残り全て加えて低速1分、しっかりとしたメレンゲを立てる。



4 2に3を3回に分けて加え、その都度メレンゲの泡をつぶさないようにやさしく混ぜる。



5 型に4を流し入れ、表面を平らにする。
170℃に温めたオーブンで約40分焼く。
焼き縮みを防ぐため、焼き上ったらすぐに20cm程度の高さから型ごと落とし、型から外して冷ます。



6 冷めてからココアパウダーを上から振る。



フォンダン・ショコラ

ベルギー産チョコレートを35%以上配合したフォンダンショコラミックス粉を使って作るリッチなチョコレート感のフォンダン・ショコラ。ジャム入りで、しっとりとフルーティーな味わいです。

材料　焼き型（45ml）　8個分
《伊藤景》TXトレーオーバルS20 使用

- パティス・フォンダン・ショコラ（フォンダンショコラミックス粉）…… 200g
- A
  - 全卵 …… 50g
  - 湯（45℃） …… 50g
- ラズベリージャム …… 60g

使用する小道具
- □ ボール
- □ 泡立て器
- □ 焼き型（45ml）《伊藤景》TXトレーオーバルS20

準備
※ラズベリジャムーを8等分にする
※オーブンを180℃に温める。

所要時間　約30分　　難易度　★☆☆☆☆

作り方

1. ボールにAの材料を入れ、混ぜ合わせる。



2. 1にパティス・フォンダン・ショコラを加えて、泡立て器で混ぜ合わせる。



3. 型に2の半量を均等に流し入れる。その上に準備しておいたジャムを入れ、残りの生地を均等に流し入れる。



焼成時間を短くすると柔らかな口当たりに、長めにすると、ブラウニーのような歯触りに仕上がります。



4. 180℃に温めたオーブンで6〜8分程度焼く。





ブッセ

チョコとジャムをサンドした軽やかな口当たりのミニブッセ。

材料　直径約3cm　約40個分

- 卵白 …… Mサイズ 2個分
- 製菓用グラニュー糖 …… 40g
- 卵黄 …… Mサイズ 2個分
- A
  - スーパーバイオレット（薄力粉） …… 40g
  - コーンスターチ …… 10g
- 粉糖 …… 適量
- B
  - スイートチョコレート …… 50g
  - 生クリーム …… 25g
- お好みのジャム …… 約30g

【仕上げ用】
- チョコペン …… 適量
- アラザンなど …… 適量

使用する小道具
- □ ボール
- □ 泡立て器
- □ ハンドミキサー
- □ ゴムべら
- □ 絞り袋
- □ 丸口金（10号）
- □ 茶こし

準備
※卵を卵黄と卵白に分けておく。
※Aの材料を合わせてふるっておく。
※オーブンを170℃に温める。
※丸口金10号程度のものを絞り袋につけておく。
※天板にクッキングシートを敷く。

所要時間　約60分（冷ます時間をのぞく）
難易度　★★☆☆☆

作り方

1. ボールに卵白を入れて溶きほぐす。
製菓用グラニュー糖の1/3を入れ、ハンドミキサーの高速で1分→残り1/2を入れて高速で1分→残りの全てを入れて低速で2分。しっかりとしたメレンゲを立てる。



2. 卵黄を1個ずつ加えながら、その都度メレンゲを潰さないように混ぜ合わせる。



3. Aも加え、粉気がなくなるまでメレンゲを潰しすぎないように混ぜ合わせる。



4. 絞り袋に入れ、直径3cm程度で約80枚絞る。
絞り終わったら粉糖を2回、まんべんなくふるう。



焼き時間・温度はお使いのオーブンによって調節してください。



5. 170℃に温めたオーブンで10〜12分焼き、冷ます。

6. Bを合わせて湯せんに当て溶かし、はさめるくらいの固さになるまで冷ます（ガナッシュを作る）。
5にジャムを薄く塗りガナッシュをのせて挟む。



7. チョコペンやアラザンなどで、お好みでデコレーションする。



お好みのジャムや、キャラメルソースなどでいろいろなアレンジを楽しんでください。



フロランタン・ショコラ

ミックス粉を使って作るサクサク香ばしいお手軽フロランタン。

材料　21cm×21cm　正角セルクル1枚分
（約2.5cm×10cm　16個分）

【シュクレ】
- 無塩バター …… 80g
- 製菓用グラニュー糖 …… 50g
- 全卵 …… 36g
- A
  - ドルチェ（薄力粉） …… 112g
  - ココアパウダー …… 10g
  - アーモンドプードル …… 43g

【フロランタン】
- B
  - フロレックス（フロランタンミックス粉） …… 100g
  - スライスアーモンド …… 100g

【トッピング】
- ピスタチオ …… 10g
- フルーツ顆粒（ラズベリー） …… 7g

使用する小道具
- □ 正角セルクルまたは天板
- □ ボール
- □ 泡立て器
- □ ゴムべら
- □ クッキングシート
- □ ビニール袋またはラップ

準備
※無塩バター、全卵を常温に戻す。
※Aの材料を合わせて2回ふるう。
※セルクルにクッキングシートを敷く。
※ピスタチオを細かく刻む。

トッピングは
お好みで調整してください。



所要時間　約2時間30分（冷ます時間をのぞく）
難易度　★☆☆☆☆

作り方

シュクレとは…
甘いタルト生地のことだよ！



【シュクレを作る】

1. ボールに無塩バターを入れ、泡立て器でクリーム状になるまで混ぜる。
製菓用グラニュー糖を加え、白っぽくなるまで混ぜ合わせる。全卵を2回に分けて加え、その都度よく混ぜ合わせる。



2. 準備しておいたAの材料を加え、ゴムべらで切るように混ぜ合わせる。
ビニール袋に入れるか、ラップで挟み、21cm×21cmに伸ばし、冷蔵庫で1時間休ませる。



【フロランタンを作る】



4. ボールにBの材料を入れて混ぜ合わせ、焼きあがった3の上に平らになるように広げる。



5. 200℃に温めたオーブンで18〜20分焼く。オーブンから取り出し、熱いうちに準備しておいたピスタチオとフルーツ顆粒を全体に散らす。
粗熱が取れたらセルクルを外し、温かいうちにカットする。



3. オーブンを180℃に温めておく。準備しておいたセルクルにシュクレを敷き、フォークで数か所穴を開ける。180℃のオーブンで約20分焼く。
オーブンからシュクレをだし、オーブンの温度を200℃に上げておく。



POINT
完全に冷めると、シュクレが割れ、きれいにカットができません。

POINT
正角セルクルを使用することできれいな形に仕上がります。
無い場合は天板などで焼成後、端をカットし、形を整えてください。





手作りチョコの事なら、プロフーズ岡山厚生町店へ。
材料はもちろん、優しいスタッフが丁寧にアドバイスいたします!!

PROFOODS
SPECIALTY SHOP FOR HEARTY COOKING
家庭で作るパン・和洋菓子の材料、
世界と日本のこだわり食品の店
プロフーズ 岡山厚生町店
〒700-0985
岡山県岡山市北区厚生町3-5-1
tel. 086-234-0700
fax. 086-234-0800
営 AM10:00〜PM7:00
休 年中無休（臨時休業あり）
遠方の方は是非
プロフーズの
オンラインストア
をご利用ください！
https://www.profoods.co.jp/

プロフーズのバレンタインフェア　2/14（日）まで開催中！



期間限定
SALE
おすすめ商品が
お買い得に！



数量限定・好評販売中
バレンタインも！
たのしい、おいしい、大満足！
プロフーズの手作りキット



びっくり！楽しい！ おうちで科学実験 やってみよう！

お外に遊びに行けない時は、お家の中で科学実験をしませんか。
「岡山県生涯学習センター 人と科学の未来館サイピア」でご活躍中の「にわとりおかん」こと辻先生に、おうちでできる科学実験を紹介していただきました。
身の回りのものを自分の手で変化させて、科学に興味を持つきっかけにしてみては。
実験がうまくいかない時は、好奇心と大人たちの出番です。一緒に改善点を考えて、より深く科学の世界を味わいましょう!







辻 志帆先生
(あだな:にわとりおかん)
サイピアにて、未就学児の親子向け企画「なぜなぜ広場」を主に担当している。

実験1 あわあわ、あわわ!

ひとこと



水を元のコップに戻しただけだから溢れるはずがないのに、ある粉を入れた後は
泡、泡、アワワ！
びっくり！
そのあと思わず笑ってしまう実験です。

準備するもの

- □ フリーザバッグ(S)1枚
- □ 紫キャベツ1/4～1/8の葉を3枚程度、または紫芋由来の食用色粉
- □ コップにたっぷり1杯分の水
- □ クリアコップ2個
- □ 重そう10g
- □ クエン酸10g
- □ 竹串や割りばし
- □ ボウル
- □ タオル



方法

① 

葉と水をフリーザバッグに入れ、空気をぬいて口を閉じます。色が出るまでしっかりモミモミ。紫芋由来の食用色粉の場合は、水によく色がつくようにしっかり溶かしてください。

注意！
爪で袋を傷つけないように、指の腹で袋の上から葉っぱを掴んで丁寧に紫色を出しましょう。

② 色水ができたら、2つのコップに同量ずつ分けます。片方のコップにクエン酸を10g、もう片方に重そう10gを入れます。

それぞれ何色になったかな? 割りばしなどでよーく混ぜて溶かしておいてくださいね。

そしてここで、
腕まくりを忘れずに!!



こんな色になったかな?

ここまでで1つの実験です。
ママやパパは小学校高学年で習った「リトマス試験紙」は覚えていますか? 酸性の物質は赤色、アルカリ性の物質は青色になるという、あの楽しい実験が、家の中でできるんです。



③ 

コップ2つを両手に持って、ボウルの上にコップを持ってきます。片方のコップから、もう片方のコップに全部の色水を……

一気に注ぐ!
どうなるかな?



①②とは別の科学実験です。クエン酸と重そうを混ぜる化学反応は、身近なところに利用されています。



どうしてそうなるの?

科学のおはなし

紫キャベツの色がリトマス紙の代わりになり、酸性とアルカリ性の判定実験をしているの。
その後、コップの水を合わせた時には、クエン酸と重曹が反応して、大量の泡(二酸化炭素)が出る実験だよ。
こちらは入浴発泡剤やラムネと原理は同じ。ボウルの上でやらないと、テーブルが大惨事になるので、ご注意を！

実験2 ウズラたまごでポポポンポン!

ひとこと



ペットボトルからたまごが生まれる？！
使ったたまごはあとでおいしくいただきましょう！

準備するもの

- □ ウズラのゆでたまご
- □ 水やお湯
  (熱湯でもなくてもOK)
- □ ボウル
- □ 厚手の炭酸用ペットボトル

果汁入り炭酸飲料用がオススメ。薄手だと少し難しい。



方法

① たまごをペットボトルの口に乗せ、お湯でしっかりと温めます。熱湯でなくても良いです。冬なら、給湯器の最低温度37度でもできます。
ペットボトルをまんべんなく温めましょう。
中の空気が、あぶくになってたまごのフチから出てくるのが見えます。しっかり中の空気を出しておきましょう。



② ペットボトルをお湯から出してしばらく置くと、中の空気が冷えてきます。
すると、ペットボトル内の空気は減圧され、**たまごが中に吸い込まれます。**
吸い込まれるときに、良い音がすることがあります。
「ポン！」という愉快な音を楽しんでください。
いくつか続けて吸い込ませることも可能です。



お湯から出してしばらくするとペットボトルの中の空気が冷えて、たまごを吸い込みます!

③ 

たまごを出すときは、またペットボトルを温めればOK!
中の空気がふくらんでウズラのたまごは押し出され、外に出せます。





どうしてそうなるの?

科学のおはなし

空気は温まると膨らみ、冷えると縮まるよ。
その性質を使った実験なの。
空気の圧力(大気圧)や真空状態を直感的に理解することができるよ。
温度差がある冬のほうが、夏よりもやりやすいよ。

実験3 台所で浜辺を再現! 卓上ダイラタンシー実験

ひとこと



液体？ 固体？ 不思議な手触りが面白い！
波打ち際の砂浜にいつまでも触っていたいという夢、叶えられます。

準備するもの

- □ 片栗粉1袋
  (200～250g程度)
- □ 水(片栗粉の重さの1.75倍)
  ※大体でOK!
- □ ボウル
- □ 色を付けたい人は絵の具

注意！
涼しいところで保存すれば約1週間遊べますが、温かい所では2～3日。雑菌が湧いてきたと思ったら廃棄を。この実験に使ったものは口には入れないでね☆

方法

① おうち遊びのネタが尽きたら、スーパーで片栗粉を買ってきましょう。
安い時に1袋ゲットしておけば安心!

② ボウルに片栗粉を全部入れて、その後、水を少しずつ注ぎます。粉と水がよくまざるように、丁寧にかき混ぜてください。
その後、二層に分かれるまで少し待ちます。

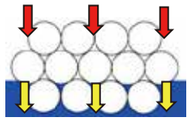


2層に分かれている状態。下の層をギュッと握ってみよう。

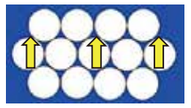
③ ダイラタンシーの完成!
不思議な触感の流体ができます。力を入れるとしっかりと固くつかめるのに、手の力を抜いたとたんに液体になってドロドロになります。手でつかんで、そのあと手を開くと液体のように流れ落ちてゆきます。



力をかけない時は片栗粉の粒子の間に水はたっぷりあります。



力をかけると粒子の間の水が押し出されて抜けていき、固形に近くなるよ。



力を抜くと粒子の間に水が戻ってくるので液体に近くなるよ。

どうしてそうなるの?

科学のおはなし

これは、「ダイラタンシー」という現象だよ。海の水でぬれた浜辺を歩くと、足が沈むような感覚があるよね。あの現象の再現なの。
力を入れるとそこから水がぬけて固くなりますが、力をぬくとまた水が戻るので液体のようにふるまうんだよ。
白いままでもいいし、絵具などで色をつけて混ぜたりするのも楽しいと思うな。

produce by 晴れる家 おかやま

異次元の自由設計。

圧倒的な開放感。

木造住宅の新時代。

SUPER

晴れる家Premium®

WIDE



2021 SPRING START

驚きの大空間を叶える高耐震・自由設計

木造でもあきらめない、広々とした大空間。
空間デザインの自由度と、優れた耐震性を両立できる
新しい「高性能住宅」誕生。

https://hareruya-okayama.jp

最新情報はこちらから

実験4 メントスサイダーフルーツポンチ!!



準備するもの

- □ 炭酸水1.5Lあるいは500ml
- □ メントス
  - 炭酸水1.5Lなら7～8個
  - 炭酸水500mlは3～4個
  - ※ラムネでもできますが、数をたくさん入れてください。
- □ フルーツ缶
- □ 大きめのボウル
- □ 新聞紙

注意！
楽しく安全に実験するために、ペットボトルのふたはしないでね。それから、口の中では実験しないように気をつけてくださいね。

方法

① 炭酸水のペットボトルはラベルを取り、底をきれいに洗い、大きめのボウルに置きます。**炭酸水は室温の方がよく噴き出します。**
ボウルの下に新聞紙を敷いておきます。

② フルーツ缶を開けて、シロップごとペットボトルの周りに入れましょう。

③ 炭酸水のペットボトルを開け、メントスを一気に入れます。1.5Lなら7～8個、500mlなら3～4個です。
ゆっくり入れると噴出パワーが減るので、**一気にドドドっと**入れましょう。
条件が合えば、ペットボトルの倍くらいの高さまで噴き上がりますよ。

④ 噴き出した後はフルーツやシロップと一緒にコップによそい、カンパーイ！　炭酸含有量が減って微炭酸になり、炭酸の刺激が苦手な子でも飲むことができます。





この現象はメントスガイザー現象と呼ばれているよ。
化学的変化というよりも、物理的変化に近いものだと考えられているんだって。
まあ理屈は横においておこうか！
フルーツポンチにすれば、無駄なくおいしくいただけるよね。
科学実験のついでに、カンパーイしちゃおうね！



炭酸水では、二酸化炭素が水に溶けています。この二酸化炭素は、すぐ気体になりたい状態でうずうずしています。



一方、メントスの表面には、目に見えない小さな穴が無数にあいています（多孔質構造）。その穴に当たった二酸化炭素が刺激を受けて……



うずうずしていた二酸化炭素は、液体から気体へ変化!
一気に気体（泡）になるのでたくさんの泡が噴出するのです！

サイピアに行ってみよう!

「岡山県生涯学習センター 人と科学の未来館サイピア」（以後、サイピア）は、岡山県岡山市北区にあって、科学を身近に感じられる公共の施設です。
サイピアでは、サイエンスショーやものづくり体験やプラネタリウムに映し出される星空などを楽しむこともできます。隣接する太陽の丘公園で元気に遊ぶこともできますよ。
イベントやプラネタリウム番組は、ホームページでチェックして気になる日に遊びに来てね！
ホームページ内にある「どこでもサイピア」では、おうちで遊べる楽しいコンテンツを多数配信中です。ぜひ参考にしてみてね。

アクセス



バス
岡電バスJR岡山駅西口から
中央病院行　京山入口下車
徒歩8分（所要時間13分）

徒歩
JR岡山駅西口から約25分
（約1.7km）

※駐車場には限りがありますので、できるだけ公共交通機関を使ってお越しください。



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



知っていますか？口腔機能発達不全症





★顔には筋肉がたくさん！

今や人生100年時代。私たちは生まれてから死ぬまで、毎日食事をし、会話します。産声をあげてから100年、口を使って生きていくのです。

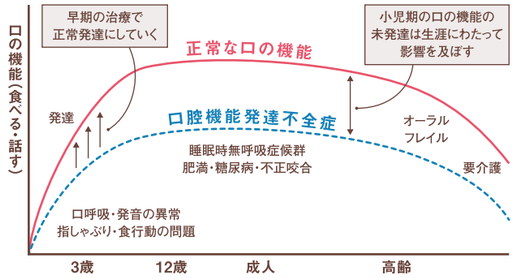
「口を使う」とひとくちに言いますが、私たちはいろいろな筋肉を使っています。



これらの筋肉がしっかり育たず、上手に調和して使えていない、つまり、上手に『食べる・話す』ができない『口腔機能発達不全症』のお子さんが増えています。

★育って衰えて

一般的に、「食べる・話す」というお口の機能は、年齢とともに発達し、高齢期に衰えていきます。



つまり、高齢期の衰えに備えて、**いかに小児期からお口の機能を上げておくかが重要**なのです。



★こんなことないですか？

- ○よくむせる
- ○食べこぼす
- ○くちゃくちゃ音を立てて食べる
- ○食べるのが遅い
- ○丸飲みする
- ○発音が不明瞭

思い当たる場合は、口腔機能発達不全症といえるかもしれません。一度相談してみましょう。



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

楽しい会話や食事をいつまでも





歯科医師／相山達也

こども歯並び説明会

2月7日（日）開催!

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


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

お友達を誘っての参加もOK♪

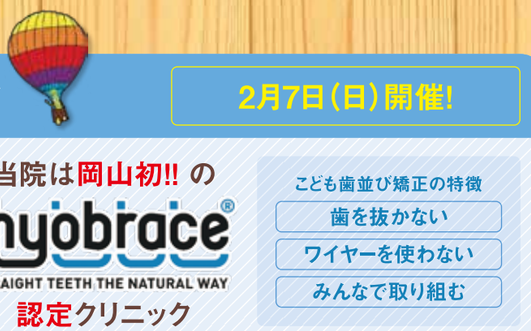
もはや今、“健やかな成長”は学ぶ（習う）時代!
「離乳食を正しく食べさせていたら、こうならなかったかも……」
「抱っこの仕方で将来のかみ合わせが変わると知っていたら……」
その時期に知っていればできることがたくさんあります♪

〈歯科教室開催日〉
味覚の会：1月26日（火）11:00～
離乳食の会：1月27日（水）、2月26日（金）11:00～
糖質の会：2月5日（金）、9日（水）、15日（火）、26日（金）

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
時間：1月26日（火）と2月26日（金）以外は10:00～
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

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。

岡山県岡山市中区倉田508-21
http://www.okayamays.com
岡山ワイズ歯科 検索

〈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

Facebookと Instagramを ご覧ください。

OKAYAMA.YS　KYUJIN



あともう一品……そんな時に！

パパっとつくれる♪

カンタンレシピ

「豆腐のごま煮」

〈レシピ参考〉『あいうえおいしい。おうちごはんのヒント365日』（川津幸子／著 新潮文庫／2015.08）

材料
- 豆腐
- 出汁
- 練りごま
- 合わせ調味料
- わさび（各適量）

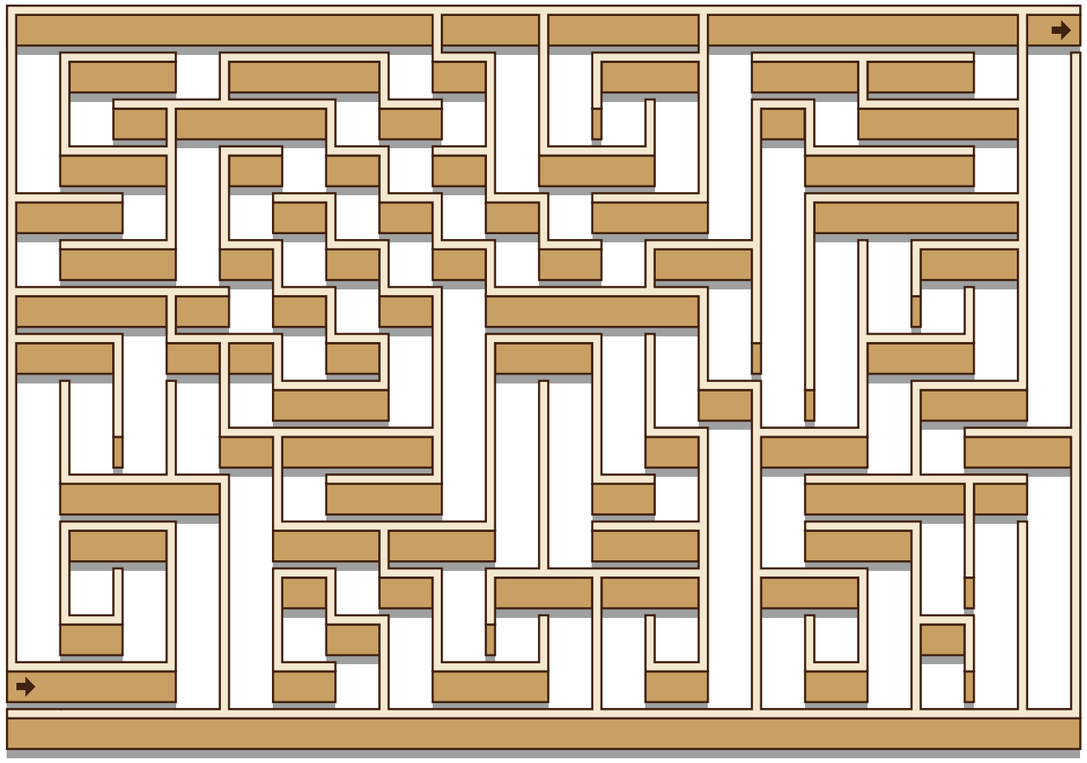
時間
約20分





りったいめいろ

ひだりしたのスタートからみぎうえのゴールまでたどりつこう!



歯のお悩み Q&A

Q 息子の永久歯が生えそろったので矯正を考えています。ただ、息子は金属アレルギーで、鉄棒やブランコに触ると腕に赤いぶつぶつが出ます。アレルギーの子でも矯正は可能ですか？

A アレルギーを起こさない素材の矯正装置もあります。

永久歯が生えそろったという事は、小学生の高学年以上の方でしょうか？ そして金属アレルギーで鉄棒、ブランコなど金属製品に接触した後に赤いぶつぶつ（発疹）が出るということは、お口の中でも金属製品によってアレルギー症状が出てくる可能性があると考えられます。金属から溶け出したイオンが体の中でたんぱく質と結びついてアレルギー反応を起こすと言われているので、金属アレルギーがあるようでしたら、金属を使用した器具は使用しない方が無難です。矯正装置に使われていて問題となる金属は、ニッケル、クロム、コバルトなどがあり、まずはどの種類の金属に反応しているのかを詳しく調べてみることが大切です。

矯正装置で使われる材料にも、最近では非金属のものも出てきていて、セラミックや身体に親和性の高いチタン合金で作られたもの、また症例によってはプラスチックのマウスピースによる装置などもあります。このような器具を用いて金属アレルギーでも矯正可能なこともあるので、まずはかかりつけの歯医者さんに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。

外の遊び場開放中

外で思い切り遊び、寒さを吹き飛ばそう♫

2/1（月）〜2/26（金）

平日9:00〜11:30【木・土・日・祝・雨天はお休み】





当院には子どもたちが外で思い切り遊べるよう、広いお庭があります。平日の午前中は毎月楽しい遊びを用意してお待ちしていますので、来院されたことがない方も気軽に遊びに来てください(^^)

2月の遊び
- 砂場
- 芝滑り
- ボール
- フラフープ

ベビーすくすく教室

（全2回コース・予約制）

第1回 2/12（金）【約60分】
「赤ちゃんがすくすく育つための関わり方」

第2回 2/26（金）【約60分】 一部試食有り
「離乳食について〜脳が育つ手づかみ食べ〜」

抱っこや授乳、スキンシップ、マッサージ、離乳食、赤ちゃんグッズの選び方や使い方など……
赤ちゃんの身体と脳がすくすく育つために大切なことをお伝えします！



個別対応もできますので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
岡山駅より岡電バス岡南飛行場、浦安本町下車、徒歩２分
はなふさこどもデンタルクリニック
お越しの際は事前にお問い合わせください。

instagram　ホームページ

イオンモール倉敷 MaMaサークル

2月のテーマ
ママとほっこり おうち時間を楽しもう

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! ぜひ遊びに来てくださいね♪

体験教室 2月3日(水)
参加無料 | 定員:各回親子10組 | 整理券配布なし

バレエの先生に学ぶ
姿勢をキレイに育てるストレッチ
まっすぐな脚を育てるストレッチやキレイな姿勢を保つ、おうち習慣のコツを学びましょう♪ ママも一緒にどうぞ。



［時間］①11:00～11:30／②13:00～13:30／③14:00～14:30
［講師］脇 綾奈先生(バレエスタジオ ミモザ代表)
［会場］専門店2階 キッズプレイス

体験教室 2月10日(水)
参加無料 | 定員:各回お子さま10名 | 整理券あり:当日10:00より配布

フォトフレーム型バレンタインカード作り♡
お子さまの可愛い写真をフォトフレームに……。パパもじいじも喜ぶ素敵なバレンタインカードを作ってプレゼントしよう!



［時間］①11:00～11:30／②13:00～13:30／③14:00～14:30
［講師］亀山 利津子先生(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17日(水)
参加無料 | 定員:各回親子10組 | 整理券配布なし

子育てのお悩み相談
子育て中の気持ちが少しでも楽になる「胎内記憶のお話」と、親子で共に幸せな気持ちになる方法を一緒に学びましょう。



［時間］①11:00～11:30／②14:00～14:30
［講師］秋庭 富美江先生(日本胎内記憶教育協会認定講師)
［会場］専門店2階 キッズプレイス

体験教室 2月24日(水)
参加無料 | 定員:各回お子さま10名 | 整理券あり:当日10:00より配布

おうちBOXを飾ろう
おうちの形をした箱を組み立てて、世界に一つしかないオリジナルのおうちを作ろう!



［時間］①11:00～11:30／②14:00～14:30
［講師］アイムの家スタッフ
［会場］専門店2階 キッズプレイス

Enjoyキッズパーク
「楽しく学ぶ」子どもの広場
タイトル ゴロゴロエンジン昆虫大集合!
内容 テントウムシ、クワガタ、カブトムシなど好きな昆虫の工作ができるよ♪
出演 倉敷市立短期大学
会場 専門店2階 キッズプレイス
定員:各回おさま10名 2月20日(土) ①11:00／②13:00／③14:00 各30分

ハイハイレース 参加募集中 in イオンモール倉敷
各回定員24名さま 仮装赤ちゃん大集合!!
仮装テーマ:「ひなまつり」
2月27日(土) 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。(2/25(木)12:00まで)

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!
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。※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。※イベントは予告なく変更・中止となる場合がございます。

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

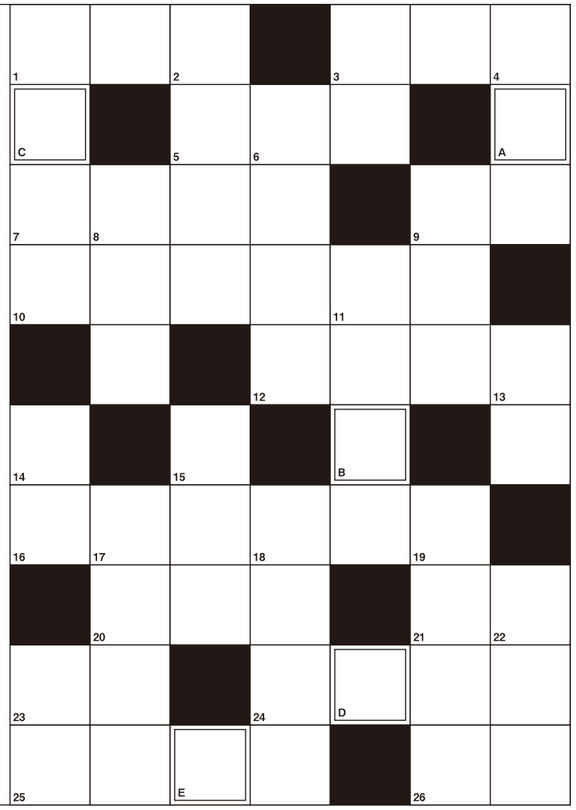
クロスワードパズル

タテのカギ
1 冬なのに暖かい日
2 温泉なのに滝修行みたい
3 ○○スポーツ・○○メール
4 『変身』を書いた西欧の作家
6 手紙のやり取りをすること
8 歴史に残るような優れた人
9 ○○○医＝目医者さん
11 ユリ科の植物。球根からは揚げ物に使う粉が取れる
13 関西の魚の王様
14 奈良県にたくさんいそう
15 兎の○○○は一生伸びる
17 岩にくっついているけど、エビやカニに近い仲間
18 江戸時代の学校
19 ドリンクが有名な赤い果物
22 手食の時はこっち側を使う
23 初夢で見ると縁起のいい鳥

ヨコのカギ
1 何もない空間
3 南米ペルーにあった帝国
5 言ってはいけない言葉
7 齢をとるとゆるくなるもの
9 ゴッホ、ミレー、ピカソ……
10 アートをゆっくり楽しみたい時はここへ行こう
12 「泡沫」何と読む?(「ほうまつ」以外で)
16 セルフサービスの食堂
20 経費で落ちず○○○で払う
21 鳴き声がうるさい夏の虫
23 2024年の十二支は?
24 「興梠」何と読む?
25 冬至の日に食べると、1年間風邪をひかない食べ物
26 イタリア語で牛乳の意味。カフェ○○・○○アート etc.

A～Eに入る文字をつなげて言葉を完成させよう! ※答えはp48へ!

A B C D E



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。7歳・5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、現在はオンライン離乳食セミナーなどを開催中。

Q 食事のマナーは何歳ごろから本格的に伝えればよいですか?



自由に食事をしている我が子を見て、いつからマナーを伝えれば良いのか気になりました。マナーを伝える正しいタイミングはありますか?

A 0歳からできる簡単なマナーから、年齢に応じて積み重ねていきましょう。





食事のマナーは離乳食期からスタートしています。とは言っても、難しく考え過ぎなくても良いのですよ。
例えば、離乳食期からできるマナーの一例としては、
◎食事前に手洗いをする。 ◎食事前に「いただきます」、食後には「ごちそうさま」をする。 ◎椅子に座って食べる。
これならできそうかな、と思えませんか。
ご家庭のライフスタイルによっても違いがあるかもしれません。
"本格的に伝える"のが何歳、というよりは、0歳からできる簡単なマナーから、年齢に応じて積み重ねていきましょう。
日々の習慣が、将来のマナーに繋がると思います。

初期 5～6カ月 ブロッコリーの豆乳煮



材料〈1人分〉
ブロッコリー……15g
豆乳……大さじ1

1. ブロッコリーは柔らかくなるまで茹でる。
2. そぎ落としたブロッコリーの穂先を、裏ごし、もしくはすり潰す。
3. 鍋に②と豆乳を入れ弱火にかけ、沸騰するまで加熱する。

豆乳は必ず無調整(砂糖などを加えていないもの)を選びましょう。離乳食最初の頃、穂先のツブツブが苦手で飲み込みにくい場合は、水溶き片栗粉(分量外)でとろみをつけると食べやすくなりますよ。

中期 7～8カ月 カリフラワーのだし煮



材料〈1人分〉
カリフラワーの穂先……20g
かつおだし……50cc

1. カリフラワーは穂先のみ、そぎ落として使用する。
2. 鍋にカリフラワーとかつおだしを入れる。
3. 弱めの中火でカリフラワーが柔らかくなるまで茹でる。
4. カリフラワーが柔らかくなったら一旦取り出して、みじん切り～荒みじん切りに。鍋に残ったかつおだしと共に器に盛る。

茹でている途中に水気がなくなりそうになったら水を加えてください。カリフラワー＝サラダやマリネ向き、と思っているとビックリ! だしで煮ると驚きの甘さですよ!

後期 9～11カ月 ふろふき里芋



材料〈1人分〉
里芋……30g
かつおだし……50cc
水溶き片栗粉……適量

1. 里芋は皮を剥き、塩(分量外)で揉む。粘り気が出たら流水で流す。
2. 鍋に里芋とかつおだしを入れ、里芋にスッと竹串(なければ爪楊枝でも)が刺さるくらいまで柔らかく煮る。
3. 里芋を取り出し、5～7mm角程度に切る。
4. 残ったかつおだしを再沸騰させ、水溶き片栗粉を入れて、あんを作る。

ただ煮るだけと、シンプル・簡単なのに自然の甘さが美味しいレシピです。離乳食用は味噌だれを使わず、だしあんかけに。大人は、ゆず味噌など、お好みの食べ方で召し上がれ♪

完了期 12カ月～ 大根ステーキ



材料〈1人分〉
大根……30g
醤油……2、3滴

1. 大根は厚めに皮を剥き、スティック状に切る。軽く水をふり、耐熱皿に入れてラップをする。電子レンジ500Wで1分間加熱して柔らかくする。
2. テフロン加工のフライパンに①を並べ、弱めの中火で焼き色が付くまで焼く。
3. 焼き色が付いたら、香り付けに醤油を2、3滴落とす。

電子レンジで下ごしらえすることで時短に。大人用には、輪切り・半月切りなどお好みのサイズに切り、バター醤油、甘辛照り焼き、ポン酢などで味付けすると一緒に食べられます!

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「hughug@lead-on.co.jp」までお送りください。

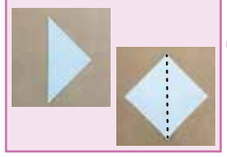


おり紙であそぼう

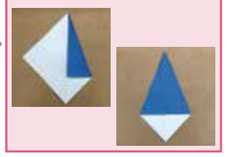
ゆび先をつかうと、頭のはたらきがよくなるよ。



1 半分に折って折り目をつけます。



2 折り線の位置で左右から折ります。



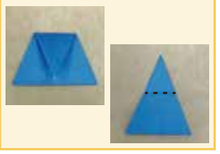
3 下の角を折り上げて内側に入れます。



4 裏返します。



5 半分に折って折り目をつけます。



6 折り目の位置で両側から折ります。



7 裏返します。



8 開きながら写真のように折り下げます。



9 下の角を裏側へ折ります。

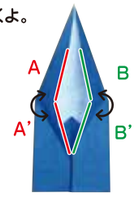


10 目を書いたらぞうの完成です。



POINT

8番は、赤色A・A'と緑色B・B'を合わせるように折るとうまくいくよ。







ウォーターサーバー　岡山県

富士の湧水

おいしい天然水&バナジウムの恵み



富士山の天然水を安心安全の日本製サーバーで
冷水・温水合わせて4段階の温度調節が可能

朝の時短！　コーヒー、スープ作りも簡単便利。
パパの水割りも美味しい天然水で……。
晩酌の時間が楽しみに♪
寒い冬のミルク作りもあっという間にできて忙しいママにも大好評!
サーバーは安心のチャイルドロック付き。
1,524円(税別)/本/12リットルを2本/月の定期契約でサーバーレンタル代0円!!

今なら「HUG HUGを見ました!」で定期契約された方に
天然水12リットル&ハンドソープ プレゼント!!

【問い合わせ先】
イワタニ山陽株式会社 アクア営業室
Tel 086-523-5231(担当:三好)
媒体No. M74

2週間お試しプラン・乗り換えキャッシュバック実施中!!



富士の湧水　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・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!

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。



タクシー　岡山県

平和タクシー

ママに優しい安心・安全・便利な
平和タクシーの新サービス♪







人込みが気になるこの時期の移動に。
オゾン層発生器で除菌・脱臭!
- チャイルドシート付きの「ベビー・キッズ送迎タクシー」が登場!
- 働くママを応援!　「学童・塾送迎タクシー」
- ペット専用タクシー「わんニャンMOB」
- 自転車の急なパンクにも対応!　最大3台まで積むことができる「サイクルタクシー」

【本社営業所】
岡山市北区十日市西町11-7 十日市プランビル1F
岡山でタクシーを呼ぶ　086-223-4141
倉敷でタクシーを呼ぶ　086-425-6181
介護付タクシーを呼ぶ　086-223-4040

電話帳に登録しておくといざという時便利!!

洋服・雑貨　倉敷市

Te×tete(テトテテ) 倉敷店



「こんなの欲しかった」にきっと出会える
すべての女性と子どものためのショップ

キッズルームや授乳室完備のライフスタイルショップ「Te×tete(テトテテ)」は、家事・育児に便利なアイテムや贈り物にピッタリな雑貨、かわいい子ども服が揃っているお店です。
お気に入りのモノに囲まれた小さな幸せ溢れる暮らし、はじめよう♪

※キッズスペースはコロナウィルス感染拡大防止のため、しばらくの間閉鎖しています。

テトテテ
オリジナルエコバッグプレゼント!!
詳しくは、P48のプレゼントページから応募してね

岡山県倉敷市西阿知町西原1069-1
Tel 086-486-2414
㊡10:00～19:00 ㊍不定休 Ⓟ50台
※当面の間営業時間を上記の通り短縮いたします

テトテテ　倉敷店　検索
textete_kurashiki　textete.official



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	小学生	～幼児
430円	160円	70円

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

2/19(金)まで HUG HUG 2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





ラーメン　岡山県内全域

飛竜





飛竜伝統の生ラーメンが進化!
お鍋ひとつで簡単調理♪

創業1941年、飛竜伝統の生ラーメンが麺を茹でて、そのままスープを入れて食べられる様に進化しました。お鍋ひとつで本格生ラーメンが簡単に調理できます。あっさり醤油味はキムチを入れてピリ辛に、とろみを付けてあんかけに、ワンタンを入れて中華風に。
赤と白の合せみそ味は野菜たっぷりで栄養満点に、バターを入れてコク深く、豆乳を加えてまろやかにといろいろな食べ方ができます。岡山県内を中心としたスーパー・量販店にて発売中です。

希望小売価格:250円(1パック2食入/税別)

岡山県岡山市北区撫川941-1
Tel 086-293-1171
http://www.hiryumen.co.jp
info@hiryumen.co.jp

レジャー　岡山市東区

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然型宿泊施設です。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11回の主催事業(シーカヤック、星空観望、釣り、絵画教室、犬島ウォークなど)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。

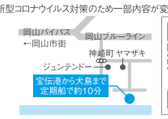
※新型コロナウイルス対策のため一部内容が変更となる場合があります。

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



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

ご家庭用蓄電池 ご相談受付中!

各市町村にて補助金対象となっています。
対象エリアについてはお問い合わせください!
太陽光発電システムのご相談も受け付けています。
(自社製太陽光パネル有り)

日本エネルギー総合システム株式会社　岡山支店
086-236-8762
岡山県岡山市北区西古松西町8-18
考えるなら今がチャンス!

金土日はエクステリアと新築外構の相談会開催!



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。平日も夜間も対応可能なので、相談会は電話やメールで予約の上、ご参加を。

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
㊡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。

岡山・香川の子育て世代の
ママ、ファミリーに向けた
広告掲載募集!

おやこ情報誌「HUG HUG」、中学受験情報誌「hugジュニ」は、岡山県・香川県の幼稚園や保育園、官公庁をはじめとした図書館や小児科などに配布、子育て世代のファミリーをターゲットにご愛読いただいているフリーペーパーです。
子育てに関する情報はもちろん、美味しいランチのお店やママの美容に関する情報、住まいや習い事などの広告、情報掲載を募集しています。



お気軽にお電話ください。広告掲載に関するお問い合わせは
086-245-4350 (おやこ情報誌「HUG HUG」編集部)
株式会社リードオン　〒700-0926　岡山県岡山市北区西古松西町8-18

あなたを守りたい。ユニバーサル ホーム

人気の平屋 完成見学会
2/13(土)14(日)20(土)21(日)

ぽかぽか マイホームフェア 開催中 3/31(wed)まで

ユニバーサルホームの家の温熱環境を徹底解剖
ユニバーサル ホーム × 東京大学大学院准教授 前 真之先生

1階全室床暖房の家 体感できます。
完全予約制
全室 無垢床仕様



見学会地図


現地カーナビ検索／高松市三谷町1220（西風医院様）より北





見学予約はコチラから
見学会希望と書いてご予約ください。見学時はマスクの着用をお願いいたします。

25th anniversary

【詳しくは下記店舗までお問い合わせください】

ユニバーサル ホーム 高松東店
香川県高松市春日町825-1
☎087-843-2340
営業時間／10:00～19:00
定 休 日／火曜、水曜



ユニバーサル ホーム 丸亀店
香川県丸亀市柞原町414-8
☎0877-58-1822
営業時間／10:00～19:00
定 休 日／火曜、水曜



QRコードからご予約の上、見学された方にQUOカード3,000円分プレゼント中！
加 盟 店／株式会社サンフラワー

あのサロン、良いよ!
うちの店はお子様大歓迎!
掲載店を募集中
飲食店　美容院　病　院　その他

【自薦】【他薦】は問いません。「子連れに優しいサービスがあるよ!」「とっても子ども好きの優しい店員さんがいる」、「子どもと一緒に感動的な体験ができた!!」、などの**飲食店や美容室、病院、その他のスポット**を教えてください。
ママ・パパ同士で情報共有して、休日をもっと楽しみましょう。

応募方法

右のQRコードを読み込んで、応募フォームに必要事項を入力するか、メールでご応募ください。
【宛先】hughug@lead-on.co.jp
【件名】子どもと楽しめるお店
【本文】①店名②お店の住所③ファミリーにオススメできるポイント④あなたのニックネーム
を入力してください。ご応募、お待ちしております。

遠慮なく 子どもと楽しめるお店

子どもが騒いだらどうしよう……。そんな心配はご無用!
子ども連れでものびのびと過ごせるお店が大集合。
ママの時間も家族の時間も、もっと楽しみましょう♪



岡山県 岡山市
親子カフェ Umeno（ウメノ）

キッズメニュー　おむつ替えOK

落ち着く雰囲気の古民家カフェで
食材にこだわった手作りランチを

オーナーのお父さんが育てた野菜を中心に、無農薬、減農薬、添加物不使用など、厳選した食材を使い、心と身体が喜ぶランチを楽しめる「Umeno」。大人のランチは1,100円で、子どもとのシェアOK（ご飯おかわり自由）。キッズメニューは「ひき肉カレー」(550円)など全4種類のほか、離乳食やお弁当の持ち込みも可能です。
ママ向けのワークショップやイベントも多数開催中。詳しくはInstagramやFacebookで!





ベビー＆キッズの貸し出しグッズが豊富。豆イスやおもちゃ、絵本などママの「あったらいいな」が揃っています。

Tel.086-279-1537
岡山県岡山市中区乙多見394
㊡10:00～15:00
㊡日曜＋不定休　Ⓟ8台(縦列)
※予約制



香川県 高松市
さぬき母めしカフェ

キッズメニュー　おむつ替えOK

高松空港周辺でオーガニックランチ
公園＆農業体験で1日遊ぼう!

豊かな自然に囲まれ、大人気の公園至近エリアで、オーガニック食材を使ったランチがいただけます。大人メニューは600円～。小学生未満限定の「オーガニックこども膳」は盛りだくさんの内容で600円とリーズナブル。
絵本や折り紙も常備され、料理を待つ間も楽しく過ごせます。周囲はサツマイモなどの収穫体験ができる施設です。食育に関心があるファミリーにオススメ!



キッズメニューは右写真の「オーガニックこども膳」の他に、洋食中心の「お子様ランチ」(500円)もあります。





Tel.087-808-8280
香川県高松市香南町岡1270-13　香南アグリーム2F
㊡ランチタイム11:00～14:30 (L.O. 14:00)、
カフェタイム14:00～16:00(ドリンクL.O. 15:30)
㊡水曜　Ⓟ50台





伸び伸び 叱らずに賢く育てたい!

しつけも英語も叶えたいママさん集まれ!

日　時 **2/15(月)** 10:30〜11:30

定　員 先着5名
応募締切 2/12(金)
対　象 ママ(お子様同伴可)
持ち物 なし
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。

子育てを最高に楽しみたいママに贈るママアカデミー流の子育て論。「叱らず伸び伸び」も「しつけ」も「賢く」も「英語」も諦めたくない!欲張りママは一生懸命の証。自信を持って大丈夫。お子さん一人ひとりの個性に合わせた育児法、伸び伸び賢く育つ極意の一部を体験できます。

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。

＼今年こそ始めよう! ふるさと納税にチャレンジ編／

子育てママのための やさしいお金の勉強会

日　時 **2/9(火)18(木)** 10:00〜11:30

定　員 先着5名
応募締切 各開催日の前日
対　象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付き)

〈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、家計の見直し方やiDeCo(イデコ)、保険の選び方など中立な立場から教えてくれますよ!

＼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



感染症対策のため、マスクの着用をお願いします。

講師 角山 大尚先生
(ファイナンシャルプランナー)



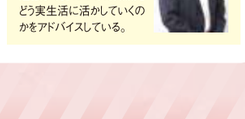
約15年前より独立し、ファイナンシャルプランナーとしてセミナーや個別相談会を全国各地で開催。個別で勉強して身につけた知識をどう実生活に活かしていくのかをアドバイスしている。

お金を増やす方法が知りたい!

今一番聞きたい投資のススメ

日　時 **2/22(月)26(金)** 10:00〜12:00

定　員 先着7名
応募締切 各開催日の前日
対　象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(飲み物付き)



老後2000万問題。副業も含めた、今からやるべき事もお伝えします!

ウィズコロナ時代、働き方も、多種多様になる中、今あなたが考えなければならない投資とは何か。不動産、投資信託、保険、株式、FX、金……。どの投資を選んだら、どのくらいのリスクがあり、どのくらいのリターンがあるのか、分かりやすく説明します。未来の見通しが立ち、心が軽くなればそれが1番。同じ悩みを持つママ同士楽しく学びましょう。

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)



2020年4月、コロナショック真っ最中に独立。「生活を安定させるための3つの収入」、「パパコンサル」など一般家庭から企業まで実践しやすく、分かりやすいをモットーにしたセミナーが人気。

今年こそはお金のモヤモヤをすっきりさせたい!

とっても簡単! 役立つ貯蓄のお話

日　時 **2/16(火)24(水)** 10:00〜12:30
(この時間内で少人数になるよう調整します)

定　員 先着5名
応募締切 各開催日の前日
対　象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付き)



住宅購入のための資金や教育費、貯蓄したいけど、なかなか貯まらないと思っているママへ。ストレスなく貯蓄できるコツを分かりやすくお伝えします。2021年こそ貯め下手から貯め上手になって、お金の不安をなくしませんか?

講師 本倉 直子さん
(ライフプランナー/ファイナンシャルプランナー(有資格者))



子育てママが抱える悩みや不安に同じママとして寄り添い、解決するお手伝いをしたいと活動中。3人の子どもを育てる母としての率直な意見も分かりやすく参考になる。

2021年1月20日現在、新型コロナウイルス感染症の影響により、ご連絡等の対応について、通常よりお時間をいただく場合がございます。

＼今年こそ始めよう! ふるさと納税にチャレンジ編／

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 **2/16(火)** 10:00〜11:30

定　員 先着5名
応募締切 2/15(月)
対　象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付き)
場　所 香川産業頭脳化センター 高松市林町2217-15 1F 121会議室

＼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



感染症対策のため、マスクの着用をお願いします。

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、子育てママは不安がいっぱい。漠然とした不安はありませんか?角山先生が、家計の見直し方やiDeCo(イデコ)、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。

＼子どもの反抗期の受け止め方編／

第2回 HUG HUGスタッフと座談会

日　時 **2/25(木)** 10:00〜12:00

定　員 先着5名
応募締切 2/22(月)
対　象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料
(飲み物・お菓子付き)



子育てはみんな初めての大仕事。失敗だらけ、反省だらけ……。そんな失敗から生まれた経験談を先輩ママが包み隠さずお話します♪子育て中の息抜きに、お気軽にご参加ください♪詰面についてのご意見・ご感想も是非お聞かせください。

＼いろんな角度からアドバイス! アクティブママ／
GUEST 福田 由美子さん(左)

東京都出身。島好きが高じて夫婦で与那国島、石垣島へ移住→出産。11年前に夫の故郷、岡山へ。娘が3歳〜4歳の間、NZ、FJへ親子留学を経験。反抗期真っ只中のJKは、1年間のオーストラリア留学へ。

☆ご希望者には☆
巻末 花タロットのGreen Rabbitが「お悩み1つ」リーディング致します♪

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。
https://www.lead-on.co.jp/seminar/

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!



＼最先端技術を体験♪／

こちらは別会場です

POLA無料美容体験

日　時 **随時**

対　象 女性
受講料 無料
場　所 対象店舗の中でご案内します。



日進月歩の美容業界✻　正しいケア方法や自分のなりたいイメージに合わせて的確なアドバイスを受けて輝くママになろう。自分が受けたいサービスを選んで手軽にキレイになりましょう。

全コース
肌分析と
メイク
アドバイスつき

① 話題のしわ取りリンクルショット
② ベスコス受賞フルメイク体験
③ 石膏エステパックをハンド体験
④ マッサージモデル
⑤ エステティシャン体験

申込専用QRコード
お申し込みはこちらから

【倉敷にやにや手相】で才能や可能性を知ろう

ズバリ運命は変えられる

日　時 **2/3(水)** 10:30〜11:30

定　員 先着5名
応募締切 当日まで可
対　象 どなたでも(子連れOK)
持ち物 なし
受講料 500円
(HUG HUG限定)



そうなんです!という方が続出!手相からあなたへの不思議なメッセージを読み解いてみませんか?手相にはあなたの潜在能力、金運、才能、特徴など沢山の内容が刻まれています。あなたらしさを引き出す手相を知ってセルフイメージもUPしましょう!

講師 いくた はるな先生
(倉敷にやにや手相/アウトプットレッスン講師)



手相と言葉からセルフイメージをUPするセッションが得意。お客様からも150件以上の喜びの声が届いている。自分らしさを見つけ楽しむ無料公式LINEも運営中。

＼美のコラボ企画／

耳つぼと表情筋で幸せ笑顔にアプローチ!! 耳つぼ&表情筋のコラボレッスン(*´▽`*)

日　時 **2/10(水)** 10:30〜12:00

定　員 先着8名
応募締切 2/9(火)
対　象 ママ(お子様連れOK)
持ち物 手鏡
受講料 1,500円





【耳つぼ】
耳には、全身のさまざまな器官に影響するツボがあります。そのツボを刺激して手軽に♪お洒落に♡健康になりませんか?

【表情筋】
普段は30パーセントしか使えていない表情筋。エクササイズを通してお顔も気持ちもリフレッシュ!!　幸せ笑顔を目指しましょう♡

講師 石井 あき先生
(耳つぼジュエリーアーティスト)



子育て中のママから支持され、耳つぼの効果を実感したと喜ばれています。気持ちよくて眠ってしまうママも……。心身の不調を抱える女性の元気と綺麗のお手伝いをさせていただきます♪

講師 坂野 可納子先生
(表情筋エクササイズ講師)



豊かな表情でいる事は、人生もより豊かにしてくれます。スキマ時間でできる簡単なお顔のトレーニングで、自分の笑顔が大好きになる……そんな幸せ体験をお届けしています。

家づくりでこだわりたい条件はファミリーによってそれぞれ違います。
予算や間取り、外観、動線、建てる場所、建材などなど……。
HUG HUG住宅展示場なら「あなたのための住宅会社」がきっと見つかります。



家づくりに詳しくなるコンテンツがいっぱい!

家づくりのプロが発信するコラムや動画を多数掲載、随時更新中です。住宅ローンや税金対策、耐震構造、ウイルス対策など、家を建てる前に知っておきたい情報が満載です。



岡山・香川で家を建てたい人をスタートからゴールまでサポート!

家を建てたいけど、何から始めればいいか分からない……。当サイトはそんな方にこそおすすめです。イメージ固めから工務店探しまで、家づくりのすべての段階に対応しています。



複数の工務店から手軽にまとめて資料請求できる!

家を建てる前は、平均5〜8社に資料請求すると言われています。当サイトなら、気になる住宅会社に一括で資料請求できるので、1社1社申し込みをする手間がかかりません。



電話・訪問・過度な営業はないので安心!

工務店やハウスメーカーに連絡すると、その後しつこい営業電話がかかってくるのでは……と心配になりますよね。当サイトは過度な営業は全くないので、気軽にお問い合わせいただけます。



PC版 スマホ版

岡山と香川の選りすぐり工務店20選

OKAYAMA & KAGAWA HOUSE MAKER'S

20

HUG HUG 住宅展示場

資料請求・イベント参加でQUOカードプレゼント!

サイトOPEN!!

家づくりに関する便利機能が満載!



岡山と香川の選りすぐり住宅会社が集まった家づくりや土地探しのお役立ちサイトです。

子育て世代のファミリーの家づくりを応援する『HUG HUG住宅展示場』が、2020年末にオープンいたしました。岡山県と香川県から、おすすめ住宅会社をそれぞれ20社ずつ独自にセレクトしてご紹介。岡山・香川のファミリーが、理想の住まいを手に入れるお手伝いをいたします。スマートフォンで手軽に見られるので、ぜひ一度チェックしてみてください!

サイトに今すぐアクセス!

右のQRコードを読み取るか、下記のURL・検索ワードを直接入力してサイトにアクセスしてください。PC・スマートフォンどちらでもご利用できます。

OKAYAMA KAGAWA

https://hughug-jyutaku.com/

HUGHUG 住宅 検索

家づくりの　情報収集

見学会 イベント情報

岡山・香川で開催される見学会や特典満載のイベントの予約をすることができます。



体感してみる

かんたん 一括見積り

複数の工務店から、希望の条件で家を建てた場合の見積りや資料を受け取れます。



住宅ローン シミュレーター

毎月の返済目安額が分かるので、家計に無理のないプランが立てられます。



土地・建売を探す

地図から探したり、価格や面積などの条件を入力して絞り込み検索もできます。



カタログ資料請求

一度に複数の住宅会社に資料請求ができます。



施工実例を見る

和風、ヴィンテージなど、テイスト別に施工実例の写真を見ることができます。



イメージ作り



ここにある、人の暮らしを考える

家は家族の暮らしを守り、幸せな時間を過ごすための場所。楽しくて感動のある毎日をつないでいくために、それぞれのご家族に真剣に向き合います。ここでの暮らしに必要なことは何か、ご家族に必要なことは何か。私たちだからできる家づくりを考え続けます。

倉敷ハウジング株式会社

岡山県倉敷市片島町969-3
☎086-466-4111
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水



瀬戸内の気候風土を知り尽くした家づくり

内装には県産材をはじめとした無垢材をふんだんに使い、外観は本焼杉の黒と漆喰の白、それに深い軒と様々な格子が特徴的。光と風を取り込む窓や部屋の配置にも気を配り、岡山の地で快適に暮らすための知恵が凝縮された住まいづくりに取り組んでいます。

株式会社おかやま住宅工房

岡山県岡山市南区豊浜町13-66
☎086-262-8020
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水・日



無垢の木に包まれた暮らしが実現できる家

サイエンスホームでは、構造材の木が露わになる「真壁づくり」を採用しています。木を「見て」「触って」「感じる」ことができる室内はとてもリラックスできる空間になります。宿泊ができる体感型モデルハウスをご用意しておりますので、ぜひお気軽にお越しください。

サイエンスホーム岡山

岡山県都窪郡早島町前潟602-19
☎0120-17-3146
〈開〉9:00～17:00　〈休〉水・祝



豊かな暮らしを実現する健康快適住宅

ハシモトホームズの住まいは、すべてオーダーメイドです。一生を暮らす大切な住まいだからこそ、「あなた」のためだけに一からセレクトしていく住まいづくりをモットーとしています。毎日ワクワクするような暮らしができる住まいづくりを始めてみませんか？

ハシモトホームズ/橋本興産株式会社

岡山県岡山市南区福成2丁目21-31
☎0120-31-5151
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水・第1日・第2木・第3木



世界にたったひとつの「我が家」を実現します

イチマルホームがつくる家には決まったパターンやスタイルはありません。住む人に寄り添い、時間と空間を大切に感じられる、オリジナルの家づくりを実現いたします。家族の思いと作り手の願いとをつなげる家づくり。「一緒にデザインしませんか?」

株式会社イチマルホーム

岡山県赤磐市河本910-1
☎086-206-5009
〈開〉10:00～17:00　〈休〉水



“冬温かく、夏涼しい”年中快適な住まい

柱はすべて国産檜を使い、見えないところにもこだわった家づくり。世代を超えて住み継いでいける、お客様にとって“最高の家”づくりに取り組んでいます。玄関を開けると、ふわっと漂う木の香り。それが、天然木にこだわった木の城いちばんの住まいです。

株式会社木の城いちばん

岡山県倉敷市堀南628-12
☎0120-311-461
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水・第3日



「人と人」「人と家」「家と家」つながりを大切に

ハウジング山忠が得意なのは、憧れを未来の居場所へと変えていく、お客様の想いに寄り添った家づくりです。お客様の「こだわり」をうまく引き出せるよう、「センス」・「感性」を大切にして、お客様らしい家、お客様らしい暮らしを一緒に見つけていきます。

ハウジング山忠 コネクトスタジオ

岡山県岡山市北区平野655-53
☎0120-927-576
〈開〉9:00～17:30　〈休〉水・祝



もっと自由に楽しく「建築家たちとつくる家」

ASJ登録の建築家の中からあなたに合った建築家をご紹介。工務店が最初からお客様のチームとなることで、予算計画がしやすくなり、「建築家との家づくり」をスムーズに進めていく事ができます。「あなたの夢」どんな小さな事でもご相談ください。

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（岡山店）
☎086-805-8805
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水



風土を知り 自然に習い 凛と住まう

その地の最適解を知り、自然に習い、光と風を取り入れた豊かな空間。そこに、人間の知恵を少し加え、あとはただただシンプルに、凛と住まう。自然に抗わず、流行に流されず、環境に負荷をかけない。そんな普遍性のある住まいをつくり続けています。

株式会社近藤建設興業

岡山県岡山市北区津島京町1丁目1-12
☎086-255-0221
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水



豊かさのある木の住まいを提案

中四国ブロックビルダーランキング3年連続No.1の実績。安定した品質と自由度の高い設計を両立させ、一人ひとりのライフスタイルに合った魅力ある住まいを提供しています。「木」の可能性を飛躍的に高める先進技術を、ぜひモデルハウスで体感してください。

ライフデザイン・カバヤ株式会社

岡山県岡山市北区北長瀬表町2丁目13-54 2F
☎086-241-8811
〈開〉10:00～18:00　〈休〉水・第2火・第3火



ご機嫌な住まいをご提供します

私たちの住まいは「百家百様」。すべてオリジナル設計を行うため、設計のバリエーションが非常に広いのが特徴です。家づくりは楽しいプロセスです。夢がふくらみ、工事中はワクワクし、完成して喜び、暮らして楽しい。それが私たちのつくる『ご機嫌な住まい』です。

一級建築士事務所 飛夢房+株式会社 北屋建設

岡山県岡山市中区平井7丁目18-15-11
☎0120-76-9523
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水・第1日・第2木・祝



一年中快適な「Z空調」をご体感ください!

桧家住宅の家は、身体にも家計にもやさしい新時代冷暖房システム「Z空調」と高気密・高断熱「Wバリア工法」で省エネルギー効果が高く、光熱費を大幅に削減します。経済的でありながら家中快適で、お家づくりのアイデア満載の桧家住宅へ、ぜひお越しください!

桧家住宅岡山／株式会社ウッズカンパニー

岡山県岡山市北区下中野1230-1 下中野明御ビル1F
☎086-230-7712
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水



強くて安心で快適な、たった1つの「我が家」

光や風などの自然エネルギーを最大限に活用・調整できるように工夫するパッシブデザインの家を提案しています。それぞれの土地によって陽の当たり方や風の吹き方は様々だからこそ、実際に快適で、健康的で、省エネになる住まいを目指します。

株式会社passive design house MiRaie
香川県高松市仏生山町甲408-1
☎087-887-5809
〈開〉9:00～17:00　〈休〉不定休



価値あるデザインと圧倒的標準装備の家

「11のウイルス対策がある家」、「安心安全で健康に暮らせる家」、「毎日の家事が楽しくなる家事1/2設計」など、お客様のライフスタイルに合わせたこだわりの住まいをご提案。イシンホームが目指す、プラス料金なしの家づくり。お気軽に展示場へお越しください。

株式会社イシン住宅研究所
香川県高松市伏石町2137-20
☎087-867-7773
〈開〉10:00～17:00　〈休〉水（祝日は除く）



ちょっといい家 ちょうどいい家

家は豪華であれば良いというものではありません。快適な暮らしには、ご自身に最も適した空間、つまり「ちょうどいい」空間が必要です。人にとってちょうどよく、それでいて他には無いこだわり「ちょっといい」がある家。ステーツはそんな家を皆様にお届けします。

株式会社ステーツ
香川県高松市三谷町1853-3
☎087-802-8282
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水・木



家族の笑顔があふれる幸せの空間をつくる

品質が良いのはあたりまえ。お施主様の「こんな暮らしがしたい」という想いの実現こそが「本当の住まいづくり」だと思っています。明徳ホームは家族の想いをお施主様と共に実現し、愛と笑顔のあふれる生活を送っていただける、そんな住まいを提供いたします。

株式会社明徳ホーム
香川県高松市香西北町489-1
☎087-881-8885
〈開〉8:30～17:30　〈休〉夏期休暇・年末年始



型にはまらない個性的なアイデアで家づくり

「ビルド」は、お客様の理想の家づくりにとことん向き合う、ちょっと“個性的”な工務店です。暮らし方や楽しみ方は人それぞれなので、家に決まったカタチはありません。一生に一度の特別な機会に、私たちと一緒に楽しみながら住まいづくりをしてみませんか。

株式会社ビルド
香川県仲多度郡多度津町北鴨3丁目3-35
☎0877-33-4098
〈開〉8:30～17:30　〈休〉日・祝



タイルのすべてを知り尽くした私たちがつくる家

家は、建てるより、建てた後の方が長い。だからこそ、私たちクレバリーホームは、いつ見ても、いつまでも美しい外観と、雨風に強く、末永く家族が集う場所を守り続けられる「外壁タイル」にこだわってきました。タイルの家を作るならクレバリーホームへ。

クレバリーホーム高松店
香川県高松市鶴市町2015-7
☎087-873-2805
〈開〉9:00～18:00　〈休〉水



暮らし継がれる喜びを未来へ

お客様の夢をカタチにするため、お客様のお手伝いをするのが、私たち四国ホームの使命です。「住む人の誇りをカタチにする。それが私たちの誇り。」私たちは、一人ひとりが夢と高い志を持ち、相互の力を結集し、“暮らし継がれるよろこび”を実現します。

三井ホーム/四国ホーム㈱ 香川支社
香川県高松市伏石町2061-7
☎087-815-3124
〈開〉10:00～17:00　〈休〉年末年始



自分らしさを反映できるセミオーダー住宅

「iSTYLE」は、建材や設備をある程度統一することで、価格を抑えながらも自分らしさやライフスタイルを反映できるセミオーダー住宅です。洗練と快適を兼ね備えた美空間を自分らしい色に染めてゆく、唯一無二の贅沢を「iSTYLE」で見つけましょう。

iSTYLE（アイスタイル）
香川県高松市多肥下町1573-1
☎087-813-5175
〈開〉10:00～18:00　〈休〉不定休



建築士とつくる自然素材デザイン住宅

自然素材はアレルギーなどの原因にならず、1年を通して快適な湿度を維持することができます。また無垢材は強靭で耐震性にも優れています。だからこそ私たちは素材にこだわり、ご家族がいつまでも心地よく安心して暮らしていける住まいをご提案します。

イノセンス建築設計事務所
香川県高松市林町2537-10
☎0120-700-806
〈開〉10:00～17:30　〈休〉水



豊かさのある木の住まいを提案

カバヤホームの展示場は、再生可能な「木」の家にこだわるとともに、自然と暮らす心地よさが感じられる新形態の展示場です。開放的なリビングやビルトインガレージなど、「木」の可能性を飛躍的に高める先進技術を、ぜひモデルハウスでご体感ください。

ライフデザイン・カバヤ/カバヤホーム高松中央店
香川県高松市松縄町1113-7
☎087-866-7080
〈開〉10:00～18:00　〈休〉水・第2火・第3火



幸せな家づくりは「私らしさ」から始まる

家づくりはご家族ごとのわがままを積み重ねていく作業です。私たちは、皆様の「私らしさ」を実現していくためにお客様に寄り添って参ります。長期優良住宅に求められる基準を最高ランクで満たしているアイラックホームの家で豊かな生活をお過ごしください。

アイラックホーム株式会社
香川県高松市上林町30-8
☎087-880-7722
〈開〉9:30～18:30　〈休〉なし



憧れの住まいと理想の暮らしをデザインします

家族が集いくつろぐ大きなLDKがあったり、料理がもっと楽しくなる素敵なキッチンがあったり、家族の思い出をたっぷりと入れられる収納があったり。それからそれから……。理想のマイホームを、私たちアイ工務店が実現します。家族に愛を、住まいにアイを。

アイ工務店
香川県高松市福岡町2丁目1-26 セトラ高松内
☎087-813-4451（第一展示場）
〈開〉10:00～18:00　〈休〉水



みんなの写真館

読者のとっておきの一枚を紹介するページです。
「赤ちゃん&子どもの写真」「家族やお友達との写真」
「ペットの写真」「自分で作った作品の写真」など
なんでも構いませんので、ご紹介ください。



由珠



キュービーちゃんヘア！

すやぴー



少し難しい顔してるね。
どんな夢をみてるのかな？

大きな大根



幼稚園で採った大根を見ながら、上手に描いたよ。

年子のママ



仲良くブランコ遊び楽しかったね

芽依ちゃん



100日おめでとう♡
いつも癒しをありがとう♡

ゆぃたろ



兄妹揃って七五三おめでとう！
これからも元気に大きくなぁーれ！

ゆきちゃん



マグマグデビュー！
上手に飲めたよ！

mana



いっぱい遊んだね☆

奈輝、2歳になりました！



2歳おめでとう♡♡

けんちゃん



おもち　まるまる☆
ぼくは　きなこもちがだいすきだよ♡

仲良し？兄弟



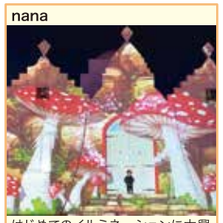
ケンカしつつ、やっぱり大好き！
兄弟すくすく育ってね!!

立派なツノ



どんな寝方したのー(笑)

nana



はじめてのイルミネーションに大興奮。楽しかったね

みらいちゃんととうまくん



2人元気に仲良く、すくすく大きくなってね♡

よっくんママ



初めての雪遊び

みかん



雪でしろくまを作ったよ♡

あんずママ



菜々子とキナコです(^◇^)
大好きだよ♡

江間家



1月1日は家族みんなでお揃いの色で揃えました。今年もよろしくね☆

ご注意ください

応募が多数の場合は、編集部にて選別させていただく場合がございます。
応募は毎月可能ですが、同月は同一メールアドレスからの受付は1回のみとなります。

メールかホームページからご応募ください

ご応募お待ちしてます

【必要事項】　件名を「みんなの写真館」
メール本文に、①投稿者のお名前、②写真に記載するお名前（ペンネームOK）もしくはタイトル、③写真に記載するコメント（30文字以内）、④写真（1点）を下記のアドレスまでお送りください。

【応募宛先】　hughug@lead-on.co.jp

【応募締切】　毎月5日 18：00（応募は毎月できます）

※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。あらかじめ、ご了承ください。



全ての家族に安心と安全を。

Shuko build









岡山市南区千鳥町
モデル住宅①



岡山市南区千鳥町
モデル住宅②



総社市井尻野
モデル住宅



岡山店
モデル住宅
岡山市南区千鳥町
総社市井尻野

完成内覧会 随時ご案内できます!
※事前にお電話にてご予約ください。

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-J 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-J 販売価格例（香川県内）
坪数15.00 平屋 796.0万円（税抜）
坪数20.00 2階建 868.0万円（税抜）

※その他のプランもございます。詳しくはホームページをご覧ください。

Shuko build
0120-333-289

住まいづくり館 高松
〒761-8083
香川県高松市三名町142番地1
営業時間／10:00～18:30

岡山店
〒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

［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］

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。



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!

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
お父さんが嫌いな
食べ物ってなぁに?



Q.2 初級 なぞなぞ
カバンの中にいる
体の大きな動物は?



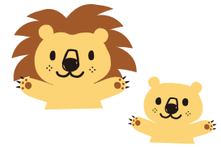
Q.3 初級 なぞなぞ
貝は貝でも、お風呂に
入っている貝って
どんなカイ?



Q.4 初級 なぞなぞ
カッパが2匹集まると
どうなる?



Q.5 初級 なぞなぞ
朝になると吠える
花ってなぁに?



Q.6 初級 なぞなぞ
まっすぐ歩いても
回ってしまう人って
だぁれ?



Q.7 初級 なぞなぞ
焼いても焼いても
食べられないパンは?



Q.8 初級 なぞなぞ
大きくなればなるほど
小さくなるものって
なぁに?



Q.9 初級 なぞなぞ
漢字の手紙が書けない
虫ってだ～れだ?



Q.10 中級 なぞなぞ
ご飯を食べる時に
抱っこしているものって
なぁに?



Q.11 中級 なぞなぞ
食パン、あんぱん、カレーパンの中で
一番、緊張しているのは
何パンかな?



Q.12 中級 なぞなぞ
拾ったにもかかわらず、
お金を払わないといけない
ものってなぁに?



Q.13 中級 なぞなぞ
すぐに老朽化してしまう
車ってなぁに?



Q.14 中級 なぞなぞ
赤ちゃんでもないのに
おんぶされるのが大好きな
ものってなぁに?



Q.15 中級 ひっかけクイズ
花束を2束と3束、
合わせると何束になる?



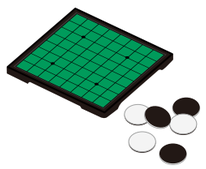
Q.16 上級 なぞなぞ
よんでもよんでも
返事をしないものって
なぁに?



Q.17 上級 ひっかけクイズ
とられてしまったのに、
みんな笑っているよ、
なんでかな?



Q.18 上級 ひっかけクイズ
オセロの駒は
何種類あるでしょう?



Q.19 上級 なぞなぞ
ハムがなる木って
どんな木かな?



Q.20 超級 なぞなぞ
岡山県に小さい川がつくと
違う県になるよ。
どーこだ?



Q.21 超級 ひっかけクイズ
幼稚園、小学生、大人の中で
一番大きいのは?



Q.22 超級 なぞなぞ
その日のご飯を聞いたら
「豆腐」と答える
都道府県ってどーこだ?

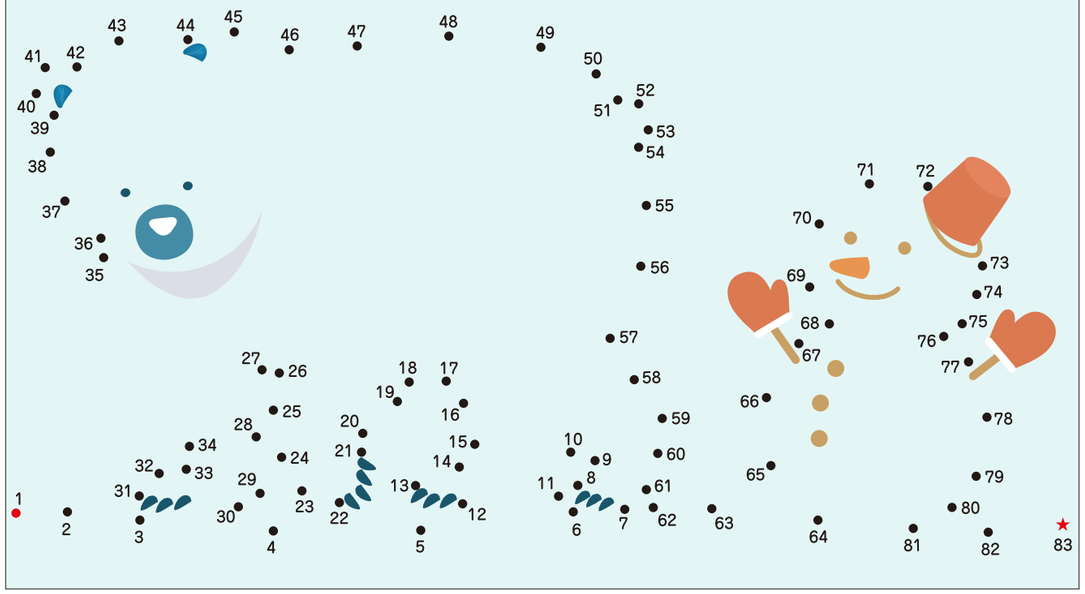


さぁ、何問できたかな?
答えは41ページにあるよ。



てんつなぎ（1から83まで）

すうじを　よみながら　1から　83まで　じゅんばんに　せんで　むすびましょう。



A-15 1束（大きな1つの花束になる）

A-16 本

A-17 写真をとったから

A-18 1種類（表と裏が白黒なので）

A-19 松（木の横にハムをつけた漢字）

A-20 和歌山県（小川→オがワに変わると）

A-21 幼稚園（幼稚園は建物だから）

A-22 京都府（今日、豆腐）

A-7 フライパン

A-8 服

A-9 カナブン（かな文）

A-10 板（板、抱きます＝いただきます）

A-11 カレーパン（揚っているから）

A-12 タクシー（お客さんになるから）

A-13 レッカー車（劣化だから）

A-14 ランドセル

おうち時間を楽しもう
HUG HUG なぞなぞ
～ 略してハグなぞ ～

p38～p39のこたえ

A-1 パパイヤ（パパ、嫌）

A-2 カバ（カバ ン）

A-3 あったかい

A-4 活発になる（カッパ 2）

A-5 朝顔（朝、ガオー）

A-6 おまわりさん



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

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／大元駅より徒歩通動可　◎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）



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

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

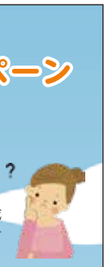
仕 太陽光発電に関する現場スタッフとして、土木、もしくは電気工事をお任せします!
【土木の仕事】
◎木の伐採・草刈り ◎造成作業
◎基礎作り（スクリュー杭工法）
◎フェンス・防草シートの貼り付け他
【電気の仕事】
◎パネルを置くための架台設置作業
◎パワーコンディショナー等の取り付け
◎配管・配線の処理 ◎鋼管柱の設置
◎電力メーターやブレーカーの据え付け他
場 岡山市北区今8丁目9-23 ★転勤なし
資 □第一種・二種電気工事士
（電気の仕事を希望の方は資格必須）
□学歴不問 □経験不問 □要普免
□第二新卒・正社員デビューの方歓迎
待 ◎通勤交通費 ◎時間外手当
◎子ども手当 ◎住宅手当
◎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

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)

いちはやく

虐待を受けたと思われる子どもを見つけた時には **189** 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	¥1,700
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		

新型コロナウイルス感染症の流行状況により、一部またはすべての検診を中止する場合があります。
最新情報をホームページなどでご確認ください。

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。

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。

		2/7(日)	2/11(木祝)	2/14(日)	2/21(日)	2/23(火祝)	2/28(日)
岡山市 〈診療時間〉 9:00～17:00	旭川東	**はいさ内科医院(内科)** 中区門田屋敷4-4-14 ☎086-272-2593	**内科小児科吉岡医院** 中区国府市場80-3 ☎086-275-4111	**吉岡内科医院(内科)** 中区国富618 ☎086-272-0353	**おかやま内科 糖尿病・健康長寿クリニック** 中区中納言町4-31 ☎086-272-1439	**高屋クリニック(内科)** 中区高屋65 ☎086-271-0055	**さとう内科** 中区中井2-11-23 ☎086-275-7711
	旭川西	**いのくち内科クリニック** 北区大安寺東町23-15 ☎086-253-8000	**たつみ内科クリニック** 北区辰巳20-108 ☎086-246-6500	**岡田メディカルクリニック(内科)** 北区伊福町3-5-4 ☎086-255-2345	**せとうちクリニック(内科)** 北区野田3-1-10 2F ☎086-236-8470	**小林内科診療所** 北区青江5-1-3 ☎086-226-5022	**きらめきクリニック(内科)** 北区下伊福1-2-6 ☎086-252-5358
	西大寺・上道	**宇治医院(内科)** 東区西大寺中3-3-24 ☎086-942-2158	**井上内科小児科医院** 東区東平島921-1 ☎086-297-9333	**大西内科消化器科医院(内科)** 東区益野町251-1 ☎086-943-9191	**上南クリニック(内科小児科)** 東区君津321-1 ☎086-948-5539	**岡村一心堂病院(内科)** 東区西大寺南2-1-7 ☎086-944-4777	**マツザキクリニック(内科)** 東区西大寺松崎176-10 ☎086-944-4777
	瀬戸	あかいわファミリークリニック(内科小児科) 赤磐市河本1143 ☎086-955-9251	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所(内科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所(内科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所(内科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	**石原医院** 東区瀬戸町瀬戸77 ☎086-952-0162	**熊山診療所(内科)** 赤磐市松木621-4 ☎086-995-1251
	一宮・津高・御津 建部・高松・足守	**渡辺医院** 北区吉備津1022-6 ☎086-287-7232	**有森・整形外科・内科クリニック(内科)** 北区西辛川479 ☎086-284-6188	**山中医院** 北区御津野々口378-5 ☎086-724-0201	**今井医院** 北区西辛川269-1 ☎086-284-0043	**黒住外科内科** 北区一宮509-1 ☎086-284-5400	**大橋内科医院** 北区一宮144-2 ☎086-284-5552
		津高台診療所 北区津高台1-2009-13 ☎086-251-0372	**こまごえ医院** 北区御津宇垣1561 ☎086-724-2222	**深澤内科医院** 北区西辛川487-2 ☎086-284-1151	**金川病院** 北区御津金川449 ☎086-724-0012	**難波医院** 北区御津金川983 ☎086-724-0008	**芳賀佐山診療所** 北区芳賀5112-103 ☎086-284-7272
	吉備・妹尾・福田	**せのお病院(内科)** 南区妹尾850 ☎086-282-1211	**重井医学研究所附属病院** 南区山田2117 ☎086-282-5311	**すぎはら眼科・循環器科内科** 倉敷市茶屋町751-1 ☎086-428-2868	**庭瀬ファミリークリニック** 北区平野847-6 ☎086-903-4114	**善家循環器科内科医院** 倉敷市茶屋町497 ☎086-420-0255	**赤司整形外科医院** 北区平野538-1 ☎086-293-3557
	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	**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	**うちおグリーンクリニック(内科)** 南区内尾463 ☎086-282-5722	**みやけ内科クリニック(内科)** 南区藤田674-6 ☎086-296-7778	**渡辺医院(内科)** 南区彦崎2869-8 ☎086-362-0363
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	**天寿堂 林医院** 藤戸町天城568 ☎086-428-1036	**吉田内科クリニック** 新田2757 ☎086-430-3838	**藤野内科循環器科医院** 浜ノ茶屋1-162 ☎086-426-1143	**よしみつ小児科医院** 五日市475 ☎086-434-2221	**はりがや小児科** 水江1599-9 ☎086-460-0025	**難波医院** 福田町古新田146-4 ☎086-455-9009
		—	—	**すぎはら眼科・循環器科内科** 茶屋町751-1 ☎086-428-2868	—	**善家循環器科・内科医院** 茶屋町497-30 ☎086-420-0255	—
	児島地区・内科	**児島中央病院** 児島小川町3685 ☎086-472-1611	**下津井病院** 下津井吹上2-6-4 ☎086-479-9494	**市民病院** 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	**倉敷シティ病院** 児島阿津2-7-53 ☎086-472-7111	**田嶋内科** 児島柳田町862 ☎086-474-3310	**市民病院** 児島駅前2-39 ☎086-472-8111
		—	**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	**チクバ外科胃腸科肛門科病院[外科のみ]** 林2217 ☎086-485-1755	**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	**新見脳神経外科医院** 児島稗田町1822 ☎086-474-2200	**市民病院** 児島駅前2-39 ☎086-472-8111
	児島地区・小児科	—	**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	—	—	**市民病院** 児島駅前2-39 ☎086-472-8111
	児島地区・歯科	**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	**十川歯科医院** 児島駅前1-55 ☎086-474-3680	—	**あかり歯科クリニック** 児島駅前1-13-1 ☎086-472-8030
	玉島地区	**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	**藤田医院** 玉島中央町1-18-20 ☎086-522-2009	**小野内科医院** 玉島八島1755 ☎086-525-0700	**谷口内科医院** 新倉敷駅前3-77-1 ☎086-525-2600	**当真内科医院** 玉島八島617-4 ☎086-525-2800
	玉島地区・歯科	**第二宮尾歯科** 玉島八島1810-1 ☎086-522-2766	—	**しんくら歯科医院** 新倉敷駅前5-212 ☎086-523-0418	**井手歯科医院** 玉島勇崎1009-5 ☎086-528-2500	—	**柴田病院** 玉島乙島6108-1 ☎086-526-7870
	真備地区	**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	**松田クリニック** 真備町川辺107-1 ☎086-697-1522	—	**平本胃腸科外科クリニック** 真備町川辺1834-5 ☎086-698-9811
玉野市 〈診療時間〉 9:00～17:00	外科	**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	**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	**みやもと整形外科** 東紅陽台1-19-325 ☎0863-71-3030	**宇野八丁目クリニック** 宇野8-19-3 ☎0863-33-8080
	内科	**東条小児科医院** 迫間2137-4 ☎0863-71-5110	**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	**玉野市民病院** 宇野2-3-1 ☎0863-31-2101	**青井医院** 宇野2-32-7 ☎0863-21-4370
浅口市〈診療時間〉9:00～17:00		**金光病院** 金光町占見新田740 ☎0865-42-3211	**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** 浅口郡里庄町浜中93-141 ☎0865-64-3213	**にいつクリニック** 浅口郡里庄町新庄2929-1 ☎0865-64-3622
井原市 〈診療時間〉9:00～17:00 (外)…外科 (内)…内科		**井原腎泌尿器科クリニック** 上出部町513 ☎0866-62-2960	**小田病院** 井原町582 ☎0866-62-1355	**鳥越医院** 笹賀町2-21-3 ☎0866-63-1656	**井原第一クリニック** 高屋町127-1 ☎0866-67-0331	**井原市立井原市民病院**	**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
		きのこ診療所 西方町1424-1 ☎0866-62-7020	**園司内科医院** 西江原町1797-1 ☎0866-63-0739	**原田内科医院** 西江原町851-1 ☎0866-63-1620	**大山胃腸科放射線科内科** 西江原町1470-1 ☎0866-65-0065	**前谷内科クリニック** 西江原町666-1 ☎0866-63-4888	**菅病院** 井原町124 ☎0866-62-2831
総社市 〈診療時間〉9:00～17:00		**診療ドクター杉生** 門田315 ☎0866-92-5771	**昭和医院** 美袋1267 ☎0866-99-2762	**杉本クリニック** 駅前2-18-21 ☎0866-92-1000	**旦医院** 美袋1792-1 ☎0866-99-1120	**谷向内科** 井手1208-2 ☎0866-94-8801	**渡辺医院** 真壁151-5 ☎0866-92-7222
		やまもと医院 三輪618 ☎0866-93-7773	**岡ハートクリニック** 岡谷170 ☎0866-93-3033	**薬師寺医院** 中央1-22-103 ☎0866-93-6555	**三宅内科小児科医院** 井手919 ☎0866-93-8511	**薬師寺慈恵病院** 総社1-17-25 ☎0866-92-0146	**さかえ外科内科クリニック** 真壁212 ☎0866-93-8800
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。		**櫛原病院** 美咲町吉ヶ原992 ☎0868-62-1006	—	**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	—	**近藤クリニック** 久米南町下弓削389-1 ☎0867-28-3233
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
		長田医院 邑久町豊原341-2 ☎0869-22-0001	**藤原医院** 邑久町山田庄75-1 ☎0869-24-0777	**岡崎内科クリニック** 邑久町山田庄212-1 ☎0869-22-3880	**こむら医院** 長船町服部521-1 ☎0869-26-8882	**水野医院** 邑久町上笠加171-5 ☎0869-22-3111	**瀬戸内りょうま医院** 邑久町尾張1341-20 ☎0869-22-2800

HUG HUG1月号に掲載した1月31日(日)倉敷市(児島地区・外科)の休日当番医が、児島聖康病院【外科のみ】から**児島第一診療所【外科のみ】**(児島味野1-14-20)☎086-472-2555へと変更になりました。

香川県休日当番医表(2月)

(外)…外科 (内)…内科 (整)…整形外科 (小)…小児科 (皮)…皮膚科 (精)…精神科 (胃)…胃腸科 (ア)…アレルギー科
(呼)…呼吸器科 (耳)…耳鼻咽喉科 (眼)…眼科 (産)…産科 (リ)…リハビリテーション科 (脳)…脳神経外科

	2/7(日)	2/11(木祝)	2/14(日)	2/21(日)	2/23(火祝)	2/28(日)
高松市 〈診療時間〉9:00～18:00 (※1)8:30～17:00 (※2)8:45～18:30 (※3)9:00～17:00 (※4)8:30～18:00	(耳)**いなもと耳鼻咽喉科** 一宮町字宮1530-1 ☎087-880-3341	(小)**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	(小)**綾こどもクリニック** 国分寺町福家甲3174-4 ☎087-875-2220(※2)	(整)**香川県済生会病院** 多肥上町1331-1 ☎087-868-1551	(内)**ありとも内科クリニック** 小村町256-13 ☎087-887-4103	(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
	(小)**キッズメディカルまなべ** 太田上町420-1 ☎087-869-4155	(整)**大西整形外科クリニック** 松島町1-8-18 ☎087-862-8288	(小)**いとうわんぱくクリニック** 楠上町2-3-15 ☎087-812-1089	(整)**川原耳鼻咽喉科医院** 瓦町2-7-20 ☎087-834-4731	(外)**香川県立中央病院** 朝日町1-2-1 ☎087-811-3333	(皮)**うえむら耳鼻咽喉科** 楠上町2-3-15 2F ☎087-831-8733
	(内)**高松赤十字病院** 番町4-1-3 ☎087-831-7101	(内)**多田羅内科クリニック** 番町3-3-1 ☎087-861-3730	(耳)**さくらい耳鼻咽喉科クリニック** 多肥下町1549-1 ☎087-815-3933	(内)**木村医院** 前田東町800-1 ☎087-847-6002(※4)	(内)**高松大林病院** 番町1-10-3 ☎087-862-1231	(整)**大塚整形外科医院** 中央町1-24 ☎087-834-7611
	(内)**ふくま内科クリニック** 牟礼町牟礼2560-11 ☎087-870-1311	(内)**仏生山駅前こだまクリニック** 仏生山町甲816-5 ☎087-814-4262	(外)**四宮医院** 西植田町1540 ☎087-849-0201(※3)	(外)(外)**久米川病院** 新田町甲474-3 ☎087-844-3111	(内)**はせ川内科循環器科医院** 屋島西町1736 ☎087-841-1555	(内)**高畠病院** 国分寺町新名500-1 ☎087-874-3131(※3)
	(整)**屋島整形外科医院** 高松町3009-24 ☎087-843-2525	(外)(産)**屋島総合病院** 屋島西町2105-17 ☎087-841-9141	(外)(整)**JCHOりつりん病院** 栗林町3-5-9 ☎087-862-3171	(内)**佐々木内科医院** 扇町1-24-5 ☎087-851-6688	(小)(整)**ひがシクリニック** 三谷町1697-14 ☎087-888-5151	(内)**高松市立みんなの病院** 仏生山町甲847-1 ☎087-813-7171
	(内)(小)**山下医院** 国分寺町国分2155-3 ☎087-874-0077(※1)	—	(外)**谷崎眼科医院** 円座町129-4 ☎087-885-5558	—	(整)**宮武耳鼻咽喉科クリニック** 香西南町512-1 ☎087-882-8881	(内)**ミタニ病院** 三谷町1680-1 ☎087-864-8778
	【歯科】**高松市歯科救急医療センター** 高松市福岡町3-36-23 ☎087-851-1167		【日曜・祝日】 9:00～12:00／13:00～16:00 【平日夜間(※月～土、祝日と年末年始は休診)】 19:30～22:00			
丸亀市 〈診療時間〉9:00～18:00 (※1)9:00～17:00	(内)(整)**岩本病院** 郡家町2486-5 ☎0877-28-6311	(小)**おかだ小児クリニック** 牛原町682-1 ☎0877-58-0707	(内)**厚仁病院** 通町133 ☎0877-23-2311	(外)**石田医院** 土居町2-8-8 ☎0877-22-4857	(小)**もりもとこどもクリニック** 土器町東4-713-5 ☎0877-25-9228	(内)**丸亀林病院** 風袋町177-1 ☎0877-22-8181
	—	(外)**田村クリニック** 幸町1-5-5 ☎0877-22-8391	(胃)(外)**しげのぶ医院** 綾歌町栗熊東66-6 ☎0877-86-6355	(整)**はやし整形外科リハビリクリニック** 土器町西1-1441-1 ☎0877-21-2677	(皮)**もりした耳鼻咽喉科** 津森町1107-1 ☎0877-23-3387	(眼)**岸川脳神経外科医院** 牛原町190 ☎0877-25-2828
	—	—	(皮)**はら皮フ科** 川西町南1541 ☎0877-28-1611	(内)(胃)(外)**吉馴医院** 飯山町下法軍寺858 ☎0877-98-2012(※1)	—	(眼)**みさき眼科クリニック** 飯山町下法軍寺592-1 ☎0877-98-7773
坂出市 〈診療時間〉9:00～18:00 (※1)9:00～17:00 (※2)8:30～17:00 (※3)8:30～16:30	(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	(小)(内)(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(※3)	(内)**なかの循環器内科クリニック** 林田町875-5 ☎0877-85-9200	(内)(外)**坂出聖マルチン病院** 谷町1-4-13 ☎0877-46-5195(※2)
	(外)**永井循環器内科医院** 川津町2800-1 ☎0877-44-1177	(内)**吉田内科医院** 元町1-3-18 ☎0877-44-1020	—	—	(外)(外)**西山脳神経外科病院** 加茂町593-1 ☎0877-48-3366	—
	(外)**永井整形外科医院** 川津町2730 ☎0877-45-1177(※1)	—	—	—	—	—
善通寺市 〈診療時間〉9:00～17:00	(内)(外)**アイシークリニック** 原田町1494-1 ☎0877-62-0118	(内)**岩本内科医院** 弘田町496-1 ☎0877-62-1075	(小)**にしかわクリニック** 木徳町1073-6 ☎0877-63-6500	(内)**岩野循環器内科医院** 下吉田町229-1 ☎0877-63-7000	(内)(小)(外)**安藤医院** 上吉田町2-4-11 ☎0877-62-0129	(眼)**吉田医院** 生野町1020 ☎0877-62-1180
観音寺市〈診療時間〉9:00～18:00 (※1)8:30～17:30(※2)8:30～18:00	(内)(小)**香川井下病院** 大野原町花稲818-1 ☎0875-52-2215(※1)	(内)**やまし呼吸器内科** 大野原町大野原4112-1 ☎0875-54-5588(※2)	(内)(呼)(外)**中央クリニック** 観音寺町甲3130-1 ☎0875-25-0755(※2)	(内)**高室医院** 高屋町803-1 ☎0875-25-8311	(内)(小)**宮崎内科医院** 観音寺町甲3393 ☎0875-25-1280	(整)(リ)**辻整形外科医院** 池之尻町137 ☎0875-57-1100
さぬき市 〈診療時間〉9:00～17:00	(精)**こころメンタルクリニック** 志度1900-7 ☎087-894-0011	—	(外)**志度寺診療所** 志度1102-1 ☎087-894-1991	(外)**つるわクリニック** 津田町鶴羽570-1 ☎0879-42-0170	(精)**図子メンタルクリニック** 志度2383-1 ☎087-870-2355	(外)**溝渕内科循環器クリニック** 津田町津田1048-1 ☎0879-42-1122
	(内)**南医院** 昭和3347-1 ☎0879-52-2171	—	—	—	(外)**華山ファミリークリニック** 寒川町神前1526-1 ☎0879-23-2555	—
綾歌郡 〈診療時間〉9:00～17:00 (※1)9:00～18:00 (※2)9:00～17:30	(皮)(ア)**さくらづか吉田クリニック** 綾川町陶4185-1 ☎087-870-8000	(外)**よしだ内科消化器科医院** 綾川町小野甲1147-7 ☎087-876-5110	—	(整)**今村整形外科医院** 綾川町陶2464-1 ☎087-876-1500	(外)**三宅医院** 綾川町陶5890-5 ☎087-876-0125(※2)	—
	—	(外)**井上胃腸科肛門科クリニック** 宇多津町東分49-7 ☎0877-49-1700(※1)	—	—	—	—

※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。

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p48)







HUG HUG 読者コーナー

今月のテーマ
「趣味・特技」



「足の指をガバッと開くことができる」とか、「耳をピクピク動かすことができる」とか、体質系の特技を持ってる人って少しうらやましく思います！　でも「ヒジの関節を少しだけ逆方向に曲げられる」のだけは、1回だけ見たことあるんですけど、ちょっと……。いざという時、一発芸としてはすごく便利だと思うんですけど。

「最近はウォーキングがマイブームです。すごく飽きっぽいので、気分を変えるために色んな所を歩いてます。



続けるためにも、ご褒美は大事ですよね！

最近だと、500mないくらいの低い山に登ったり、降りたことない駅で降りて適当に散策したり、最寄り駅から河川敷の道を40分くらい歩いて家まで帰ったりしました。そうやって適度に汗かいて、その後飲むビールの美味しいことと言ったら！　おかげでずっと続けられそうです（笑）」（おはしさん）



適材適所ですし、あまり深く考えなくても。

「昔から手の力が強くて、握力が50kgくらいあるのが少し自慢です。でもそのせいで、ジャムやワインのビンが固くて開かない時に、夫は毎回私に『これ頼むわー』と言ってきます。確かにアナタよりだいぶ握力強いけど、ためらいなく女に力仕事を頼るのはどーなんだ！」（やんぴーさん）



コロナが流行って悪いことばかりじゃないですね。

「趣味はゲームです。まだ子どもがいないので、休日は朝から晩までやってます。特に最近は、ステイホームのおかげで1日中やってもあまり罪悪感がないので余計に……。あまりゲームをしない夫には全く理解できないようで、時々かわいそうな人を見る目で見られます。好きでやってるんだからほっといてほしい……」（ネズミ花火さん）

おたより募集！ 3月号のお題「健康づくり」

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

https://www.lead-on.co.jp/talk

※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？ 1/20（水）» 2/19（金）

♑山羊座（やぎ） 12/22〜1/19



あなたの優しさを自分に向けてみてください。やりたい事があるのになんとなく我慢していた人は、とりあえず始めてみましょう。仲間が応援してくれます。

ラッキーフード：魚、肉、卵などのタンパク質
ラッキープレイス：図書館、静かなカフェ

♎天秤座（てんびん） 9/23〜10/23



あなたが幸せを感じる事で、周囲も幸せになれる運気。何事も難しく考えたり、我慢したりせずに、あなたが楽しいと思う事を選択していきましょう。

ラッキーフード：野菜サラダ、刺身
ラッキープレイス：吹き抜けのある建物

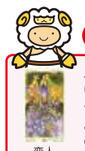
♋蟹座（かに） 6/22〜7/22



すぐに結果は出ないかもしれませんが、あなたの努力は必ず実を結びます。
ひたむきなあなたの姿に、強力な援助者が現れる予感。誠実な行動を。

ラッキーフード：マカロン、ゼリービーンズ
ラッキープレイス：夜景の綺麗な場所

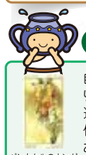
♈牡羊座（おひつじ） 3/21〜4/19



人に迷惑をかけない程度に、肩の力を抜いてマイペースに行動しましょう。のんびり周りを見渡すと、人の違った一面を発見して問題も解決しそう。

ラッキーフード：コーンスープ、野菜スープ
ラッキープレイス：気になっていた場所

♒水瓶座（みずがめ） 1/20〜2/18



自分に自信を持つ事が何より大切です。物事が上手く運ばないのはあなたの責任ばかりではありません。
あなたの内にある本来の力を呼び覚ましましょう。

ラッキーフード：スパイシーな料理
ラッキープレイス：芝生がある公園

♏蠍座（さそり） 10/24〜11/22



貯蓄の方法を学んだり、お金の使い方を振り返ってみるなどお財布の管理をしっかりする事で、良い運気が巡ってきます。財布の中の整理も忘れずに。

ラッキーフード：パン、パスタ
ラッキープレイス：大きな木が印象的な神社

♌獅子座（しし） 7/23〜8/22



どんな物事も優位に進める事ができます。あなたへの評価がどんどん上がる時なので、胸を張って自信をもっていきましょう！
積極的に動いてみて。

ラッキーフード：パスタ、ラーメン
ラッキープレイス：遊園地、海

♉牡牛座（おうし） 4/20〜5/20



後々、大きな幸せに繋がってくる小さな変化が起こりそうな予感。新しい出会いなどがあれば、大切にしましょう。この時期は誠実な言動を心掛けてください。

ラッキーフード：焼肉、牛丼
ラッキープレイス：プラネタリウム、星空

♓魚座（うお） 2/19〜3/20



「備えあれば患いなし」を合言葉に。今、スムーズに取り組めている事があればそのまま流れに乗って。
悩んでいる事があるのなら無理をせず方向転換を。

ラッキーフード：いくら、牡蠣、ホタテ
ラッキープレイス：窓から空が見える場所

♐射手座（いて） 11/23〜12/21



素直になる事が幸せへの近道。あなたの華やかさが目立つ時なので、周りへの気遣いを忘れずに。
嫉妬心、意地の張り過ぎは禁物です。

ラッキーフード：ピーマン、きゅうり、ブロッコリー
ラッキープレイス：駅、道の駅

♍乙女座（おとめ） 8/23〜9/22



納得がいく結果まであと少し。最後まで手を抜かない事が大切です。
今月のあなたは、「力を出し切る」が成功へのキーワードになります。

ラッキーフード：黒豆、海苔
ラッキープレイス：水の流れを感じる場所

♊双子座（ふたご） 5/21〜6/21



あれもこれもと迷わず、選んだ道をまっすぐ進んで。
幸せが幸せを呼ぶ運気なので、誰かを心から祝福すれば、自分にも幸せが巡ってきます。

ラッキーフード：アルコール
ラッキープレイス：誕生日会、結婚式

HAPPY BIRTHDAY

2月生まれのおともだち





2月5日 真斗（まさと）くん（1歳）

わが家のわんぱく王子♡
これからも笑顔いっぱい
みんなを癒してね♡



2月5日 奏衣（かなえ）ちゃん（3歳）

3歳のお誕生日おめでとう
4月から幼稚園!
楽しみだね♪



2月1日 陸貴（りつき）くん（4歳）

誕生日おめでとう!
りっくんのこと大好きだよ♡
生まれてきてくれてありがとう



2月1日 佳歩（かほ）ちゃん（3歳）

かほちゃん♡
いろいろ出来るようになった
1年だったね!



2月1日 恵太（けいた）くん（2歳）

けいたくん、おめでとう!



2月14日 悠斗（ゆうと）くん（4歳）

優しくて明るい
ゆうくんが大好き♡
元気いっぱいで大きくなってね。



2月13日 倖空（こあ）ちゃん（1歳）

1歳おめでとう☆
これからも家族みんなで
楽しい思い出たくさん作ろうね!!



2月10日 百花（ももか）ちゃん（3歳）

ニコニコ笑顔で
毎日楽しく過ごしてね♡
お誕生日おめでとう♪



2月8日 沙來（さら）ちゃん（1歳）

元気に1歳になってくれて
ありがとう!
好きなことを増やしていこうね♡



2月7日 崇介（そうすけ）くん（2歳）

お誕生日おめでとう
崇くんのいつもにこにこ
笑顔に癒されてるよ♡



2月28日 羽美（うみ）ちゃん（4歳）

4歳のお誕生日おめでとう!
妹のお世話をしてくれて
いつもありがとう♡



2月22日 凌央（りょう）くん（1歳）

かわいい笑顔に
毎日癒されてれてるよ♡
お兄ちゃんと仲良くね♡



2月22日 虹心（にこ）ちゃん（3歳）

にこにこにこちゃん♡
大きくなぁれ!



2月14日 姫嘩（ひめか）ちゃん（2歳）

2歳の誕生日おめでとう!
これからもいっぱい
笑って過ごそうね☆



2月14日 祐吏（ゆうり）くん（4歳）

お誕生日おめでとう☆
元気いっぱい、笑顔いっぱいの
ゆうりくんでいてね!

2月の豆知識

外国語では？

- 陰暦（きさらぎ）：如月
- 英語（フェブリュアリー）：February
- フランス語（フェヴリエ）：février
- スペイン語（フェブレロ）：Febrero
- イタリア語（フェッブライオ）：febbraio
- ドイツ語（フェブルアー）：Februar

星座は？

- 水瓶座（みずがめ）（〜2/18）
- 魚座（うお）（2/19〜）

誕生石は？

アメジスト
誠実・心の平和



誕生花は？

マーガレット
「心に秘めた愛」
「真実の友情」



梅（うめ）
「不屈の精神」
「高潔」



フリージア
「あどけなさ」
「純潔」
「親愛の情」





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】hughug@lead-on.co.jp

【締め切り】

〈例〉

お誕生日	締め切り
3月生まれ	1月末
4月生まれ	2月末
5月生まれ	3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！



3歳の女の子から
80歳の女性まで
通っている！

全国で人気急上昇中の美肌脱毛サロン「パールプラス」が岡山上陸！

新技術の美肌脱毛で10カ月チャレンジ



こちらの美肌＆脱毛
マシンにご注目！
2つの照射口に秘められた
4つの特徴とは……？

①照射口が取り外せて清潔



徹底した衛生管理が
お子様の脱毛サロンとして
選ばれる理由♪



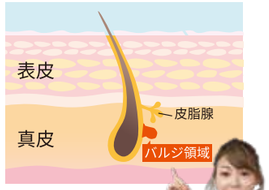
同社代表が医療従事者（鍼灸師）ならではの視点から、衛生面にとことんこだわって開発。VIO専用照射口が取り外せて、都度滅菌しています。
また、VIOとそれ以外の照射口も分けているので、全身脱毛も素早く清潔に受けられます♪

②短時間&短期間でOK！



1秒間で6発の照射、全身で約30分というハイスピード！　サロン滞在時間はフェイシャルも含めて約45分〜1時間なので、気が散りやすいお子様や忙しいママにも嬉しいですね。
さらに、月に2回、10カ月でコースを完了できるので、今年の夏までにはムダ毛のないツルツルお肌を手に入れることができます。

③脱毛の新常識を駆使





これまでの脱毛は、黒い毛の根本にアタックしていました。同店のアタック対象はバルジ領域。毛がない時期のお肌にも、黒い毛じゃないくても、しっかりとアタックできるのです。

④痛くない欲張り施術



3歳の女の子も通えるほど、肌への刺激は感じません。自己処理で毛穴が広がったり、皮膚トラブルが起こる前に脱毛しておくと、生涯を通しての美肌に役立つとか。
しかも、このマシンは脱毛と同時に美肌効果も期待できる優れモノ♪
低価格で全身が美しくなれるサロンです。

脱毛マシンメーカーならではの　低価格
家賃を抑えた出店計画のため　低価格
宣伝費を抑えているため　低価格

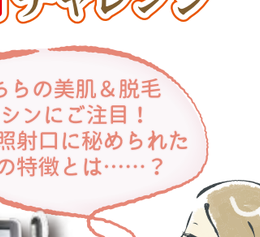
今月のオススメメニュー

全身脱毛（VIO込み）----------1回 3,980円（税抜）
全身まるごと脱毛（顔＋VIO込み）---1回 5,000円（税抜）
脱毛1カ所体験付き無料カウンセリング-----0円

VIOを含めた全身脱毛が
1回約30分で完了。
1回3,980円という
驚きの価格です！



アットホームな雰囲気で
お待ちしております！



新倉敷店　店長/泉 朱音さん、スタッフ/岡田 彩香さん

岡山県内で6店舗展開中。お近くのサロンをお選びください。　ご予約は各店のQRコードからお願いいたします。

新倉敷店
倉敷市新倉敷駅前
2-53 SCPビル105
TEL.086-486-2740

倉敷茶屋町店
倉敷市茶屋町1599-4
ルミエールヴォアレ102
TEL.086-454-8331

東岡山店
岡山市中区長利
273-10-2F
TEL.086-201-2433

総社店
総社市中央5-1-104
アヴェニール102
TEL.086-631-5516

笠岡店
笠岡市二番町5-21
ラルクアンシェルB棟
TEL.0865-60-0432

津山店
津山市椿高下106
カメリア・ヒルズ東
TEL.0868-32-8089

Pearl+ パールプラス　美肌脱毛専門店 パールプラス

脱毛　パールプラス　検索

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

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カ月以内に前日予約の上ご来店ください。
提供：洋菓子 Hashimoto



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：14〜21cm（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



3

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



4

テトテテ オリジナルエコバッグ
5名様
レジ袋有料化の強い味方。小さくたためて大容量のテトテテ・オリジナルエコバッグを5名様にプレゼント。
※カラーは選べません
提供：Te×tete（テトテテ）



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カ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

天然水ペットボトル2本＋ハンドソープ
5名様
富士の湧水500mlペットボトル2本とオリジナルハンドソープ1本をプレゼント！ さらに、安心安全の国産ウォーターサーバーの2週間お試しチケットも!!
提供：イワタニ山陽㈱



8

ぽかぽか温泉岡山店 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

ぽかぽか温泉岡山店 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。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！

URL | https://www.lead-on.co.jp/present

読者プレゼント
応募フォーム
QRコード

応募期間：2021年1月20日（水）〜2021年2月19日（金） ※今月号の発行日から、次月号発行日の前日となります
※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。ご本人の承諾なしに第三者への開示はいたしません。

p23のクロスワードパズルのこたえ

タテのカギ

1 コハルビ（小春日）
2 ウタセユ（打たせ湯）
3 イー（E）
4 カフカ（Kafka）
6 ブンツウ（文通）
8 イジン（偉人）
9 ガンカ（眼科）
11 カタクリ（片栗）
13 タイ（鯛）
14 シカ（鹿）
15 マエバ（前歯）
17 フジツボ（藤壺）
18 テラコヤ（寺子屋）
19 アセロラ（acerola）
22 ミギテ（右手）
23 タカ（鷹）

ヨコのカギ

1 コクウ（虚空）
3 インカ（Inca）
5 タブー（taboo）
7 ルイセン（涙腺）
9 ガカ（画家）
10 ビジュツカン（美術館）
12 ウタカタ（泡沫）
16 カフェテリア（cafeteria）
20 ジバラ（自腹）
21 セミ（蝉）
23 タツ（辰）
24 コウロギ（興梠）
25 カボチャ（南瓜）
26 ラテ（latte）

フ	ク	ハ	ウ	チ
A	B	C	D	E

p45のまちがいさがしのこたえ



①手の形がパー→チョキ　②大きな青鬼の目つきが悪い　③炎の形が違う
④鬼の角がバイキンの角に　⑤虎の腰巻の黄色と茶色が逆
⑥黄色い小鬼が炎に包まれている　⑦赤鬼のへそにバンソウコウ

HUG HUG
2月号 vol.134
この春、子どもが大きく羽ばたくために
春の習い事特集 part 1



1,000万円台で建てる ひのきづくしの家

柱や梁が見える
真壁造り
SINKABE
×
オール国産
ひのきの家
HINOKI







「脳や体がリラックス」
木の表面に触った時、人の感覚はすぐに鎮静化。木目の1/fゆらぎがリラックスや癒やしを促します。

「木の香りでリラックス」
「α-ピネン」と呼ばれる木の香りは、脳と自律神経の活動を鎮静化し、リラックスした状態をつくります。

「木は目に優しい」
木材は紫外線をよく吸収するため、木材から反射する光には、有害な紫外線はほとんど含まれません。

「木は耳に優しい」
木は音を程よく吸収するので、木を使った部屋は、音がいつまでも響かず反射し、まろやかな音になります。

“真壁”の家づくりを体感できる4棟のモデルハウス



NEO NOSTALGIA

岡山モデルハウス
岡山市北区大供本町712-4

ノスタルジックな空間と
天然無垢材を体感できる
モデルハウス





飛騨モデル（平屋）／祇園モデル（2階建）

早島駅前モデルハウス
早島町前潟602-19

懐かしさと新しさを
程よくブレンドした住まい
「日本の町並み」シリーズ

宿泊体験受付中





ロフトスタイルの家

笠岡モデルハウス
笠岡市笠岡4137-8

開放的なロフトライフが
満喫できる
ひのきづくしの住まい

宿泊体験受付中



※すべての宿泊体験のお問い合わせ・お申込みはフリーダイヤル 0120-17-3146 で承ります

新春キャンペーン開催中！

国産“ひのきの柱”新築まるごと1棟分プレゼント!!

今なら抽選で

1,000万円台～で木の王様
“ひのきの家”を建てよう!
詳しくはスタッフへお問い合わせを

日本の伝統を科学するひのきの家
サイエンスホーム
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

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
CM放映中　CM動画はHPでもご覧いただけます

■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