

# ことまま

Take Free

1・2 月号

Vol.63  
2024

January.- February.



新生活をととのえる。

4のアイテア。



# 新春は住宅展示場で遊ぼう!



イベント開催 / 11:00~17:00

※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00~配布、1世帯1名様限りとなります。  
※ステージショーの観覧席は各回30分前から開場いたします。

**ABCハウジング** 登美ヶ丘 榎原

**新春!めでた縁日** 1/7日 1/14日

各会場100組様

射的 わなげ

スマートボール たい焼き

※屋台の種類はなくなり次第終了 ※写真はイメージです

**トーマスになってなかまをさがそう!**

榎原 1/8月祝

100組様

サンバイザーとスタンプ帳  
スタンプポイント  
ゴール  
景品(ペーパークラフト)

© 2023 Gullane (Thomas) Limited.

どろどろ~ん

**オバケスやしき! & オバケスがやってくる!**

登美ヶ丘 1/8月祝

●オバケスやしき  
●撮影会「オバケスがやってくる!」

①11:00~ ②13:00~  
③15:00~

※カメラはご持参ください  
※写真はイメージです

**王様戦隊キングオージャー プレイランド**

榎原 1/13土

参加無料

ふわふわクワガタオージャー  
ふわふわ王様戦隊キングオージャー  
アカレンジャーライダー  
わなげ バasketゴール  
クワガタオージャー撮影会

①11:00~ ②13:00~ ③15:00~

※カメラをご持参ください  
※このイベントはキャラクターショーではありません

**トミカ・プラレールわくわくパーク** 参加無料

登美ヶ丘 1/13土

①11:00~ ②12:30~ ③14:00~ ④15:00~ 各回先着25組様

トミカつり、プラレールあみだくじに参加するとトミカプラレールがもらえるよ!  
※10時より受付にて整理券を配布します

トミカつり プラレールあみだくじ ジオラマ展示

※小学生以下のお子様を対象となります(保護者の方向でのご参加ください)  
※写真はイメージです(感染防止対策前) ※画像には現在販売されていないトミカが含まれます

**王様戦隊キングオージャー ショー**

登美ヶ丘 1/14日

観覧無料

①11:00~  
②14:00~

ショー終了後に撮影会も実施!

※整理券の配布はありません  
※カメラはご持参ください

**ひろがるスカイ!プリキュア ショー**

榎原 1/21日

①11:00~  
②14:00~

ショー終了後に撮影会も実施!

※整理券の配布はありません  
※カメラはご持参ください

**ママルーシェ ハッピーフェスタ**

登美ヶ丘 1/21日

地域情報誌「ママルーシェ」とのコラボフェスタを開催します!

アンケートにお答えいただいた先着200組様にフェスタで使える500円分の金券をプレゼント!

※写真はイメージです  
※なくなり次第終了  
※現金でのお買い物もできます  
※出店内容は変更となる可能性があります

※イベントについては一部、ABCハウジングのアカウントにご登録いただいた方が対象です。登録後、会場受付にてマイページの二次元バーコードをご提示ください。※当日の状況により、イベント・賞品内容が変更または中止される場合もあります。最新情報はABCハウジングホームページでご確認いただくか、または住宅公園受付までお問い合わせください。※イベントへの参加・先着プレゼントの受け取りは、1世帯1名様限り(一部イベントを除く)。また、期間中1回限りとし、参加組数には制限があります。※掲載写真はいずれもイメージです。

会場の最新情報やイベント情報は **ABCハウジング** で検索!



近鉄「大和八木」駅北へ徒歩5分  
**榎原住宅公園**  
TEL 0744-23-2339



奈良県立国際高等学校向かい  
**奈良・登美ヶ丘住宅公園**  
TEL 0742-47-5450

○専用駐車場有り ○開場時間 / 10:00~18:00 ○住宅公園受付は毎週水曜日定休日(祝日は営業)  
※メーカーにより定休日異なります。水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。  
主催: 朝日放送グループホールディングス ABC開発 朝日新聞社

## ご来場プレゼント

1/2火 → 30火  
※水曜日を除く(1/3は営業)



マイページの二次元バーコードをご提示後、モデルホームご見学でご覧の賞品をプレゼントします。

### 美濃焼 豆皿&グラスセット

和モダンテイストな豆皿2枚とグラス2個をセットでプレゼント。

マイページはこちら

※ABCハウジングのアカウント登録には、アンケートへのご回答が必要です。



※グラス容量:250ml  
※食材その他備品はプレゼントに含まれません

※掲載の街並CGパースは設計図面をもとに描き起こしたもので、実際とは異なる場合があります。車はイメージです。

01

全宅地49.9坪以上  
土地・建物 2,000万円台～

02

フリープラン  
建築単価 49.5万円

03

月々 54,032円～  
ボーナス時 75,088円  
35年ローンの場合

子育て世帯に贈る70区画の大型分譲地

# STAY HILLS 南生駒 誕生。



## 子育て世帯にうれしいPOINT



駅・スーパー・  
クリニックが  
すべて徒歩圏内



小学校徒歩15分、  
中学校徒歩5分と  
通学も安心



敷地内公園で  
のびのび遊べる!



壱分ICが近く、  
休日のお出かけ  
にも便利!

大阪・奈良の中心部への  
アクセス良好!

「大阪難波」駅へ **37分**

「近鉄奈良」駅へ **28分**

OsakaMetro中央線  
「本町」駅へ **41分**

JR大阪環状線  
「天王寺」駅へ **35分**

ご来場  
プレゼント!

Aesop  
アンドラム  
ハンドジェル  
※ご来場アンケート  
にお答え頂いた方を  
対象とさせていただきます。  
数に限りがございます。



STAY HILLS 南生駒

☎ 0120-80-8229

(営業時間) 10:00～18:00 [年中無休(年末年始除く)]  
※携帯電話からも通話できます。

《事前予約制》  
来場予約受付中



公式ホームページはこちら  
「ステイヒルズ南生駒」の詳細情報は  
ホームページをご覧ください。



物件公式  
facebook



生駒市小瀬町1632番地



# CONTENTS



Webマガジン 

ことまま web 

特集 /

## 新生活準備、はじめよう。



3-6 |

11 | 子どもがモリモリ食べる とっておきレシピ  
「おなかから温まる、赤かぶのスープ」

13 | **コラム** 子育ては、日日是好日。

14-15 | はじめての療育

20-22 | つながる、変わる、新時代の暮らし

23 | 親子で楽しむ♪冬の工作

27 | COTOMAMA BABY



ことままSNS *Follow me!*

楽しい話題をお届け!

#ことまま #co\_to\_mama #cotomama



Instagram  
@co\_to\_mama



LINE 公式アカウント  
@zsf9415f



「ことまま」1-2月号 2023年12月25日発行

発行人 若林 良仁  
印刷・製本 株式会社西川印刷

全ての取材について、感染症対策を十分に講じた上で行ってあります。

【発行】

地域情報ネットワーク株式会社 ことまま編集室

〒630-8113 奈良市法蓮町986-2

TEL.0742-23-0163 FAX.0742-27-1039

E-mail.info@co-to-mama.com

本誌の記事、写真の無断掲載を禁じます。

《個人情報の取り扱いについて》

皆様からお送りいただいた個人情報は、地域情報ネットワーク内で管理しております。誌面及び読者プレゼント発送以外の目的で利用することはございません。



### 表紙撮影 Other cut

襟ロンパース姿がキュート♡



大和西大寺にある完全貸切制の「Studio虹」（駅徒歩7分）で撮影♪

くまちゃんて遊んじゃお〜



スタジオにはぬいぐるみがいっぱい。撮影に飽きても遊んでゴキゲンに!

笑顔100%!!



カメラマンは現役ママさん。一番かわいい表情は逃がしません 😊

### 表紙モデル いっちゃん

洋服にチェンジ!



衣装替えもお利口さんにできました

近鉄 奈良店

私立小学校・幼稚園体験イベント

## 奈良私立小学校&附属幼稚園 フェスタ

事前予約制

奈良の私立小学校と附属幼稚園が勢ぞろい。各相談ブースで直接先生と話ができるのがうれしい。体験プログラムもあって学校の雰囲気味わうこともできます。

申込、イベント詳細については<https://www.riekai.com/kidspal/narafesta/>をご覧ください。

日程

2024年2月18日(日)

時間

午前10時30分～午後3時30分

場所

近鉄百貨店 奈良店3階 奈良ホール特設会場

体験プログラム

資料コーナー

相談ブース



学校の授業や雰囲気を実験



資料コーナーも充実!!

#### 参加私立小学校

- ・近畿大学附属小学校
- ・智辯学園奈良カレッジ小学部
- ・奈良育英グローバル小学校
- ・帝塚山小学校
- ・奈良学園小学校

#### 参加私立幼稚園

- ・近畿大学附属幼稚園
- ・奈良学園幼稚園
- ・帝塚山幼稚園

理英会 総合インフォメーション

0120-042-870 10:00~18:00(日曜・祝日除く)

主催 株式会社近鉄百貨店

協力 ミキハウスの幼児教室キッズバル 幼小受験 理英会

Kntetsu

近鉄奈良



# 新生活準備、はじめよう。

12～3月は、新年度に向けていろいろと準備をしていきたい大切な時期です。新しい環境でも元気いっぱいにご過ごせるよう、子どもの「ココロ・生活習慣・姿勢・まなび」のリズムをととのえていきましょう。



## 子どもへの 寄り添い方を知ろう



進級・入園で大きく変わる子どもの環境。親はこの時期の子どもにどう寄り添えばいいのでしょうか？

奈良で子育てコーチングに取り組む南村さんに伺いました。

※子育てコーチングとは…子どもが本来持つ能力を、コミュニケーションを通して引き出すこと。

### やる気につながる伝え方

#### 具体的な事実

「お皿を一人で片づけられたね！」

#### 親の気持ち

「手伝ってくれて嬉しいよ。ありがとう！」



子どもの気が緩まる  
場所を作る



「おうちから園、園から学校へ羽ばたく『つながり目』となるこの時期は、子どもにとって自立の第一歩となる転換期です。慣れない環境で過ごす子どもは、大人が思う以上に疲れているものです。普段よりワガママになる、怒りっぽくなるのは子どものストレスサイン。サインを感じた時は、子どもの話をじっくりと聴く、スキンシップをたくさん取るなど、不安な気持ちを受け止めましょう。そうすることで子どもは安心し、気が緩まります。」

観察して、  
良いところに目を向けよう

1年前と比べて、子どもはほんなことが出来るようになっていますか？きつと、たくさんの成長があつたはず。子どもを日頃からよく観察し、それを子ども自身に伝えましょう。  
伝えるときは「これができたね」という具体的な事実、「嬉しいな」「ありがとう」というような親の気持ちを添えましょう。子どもは親が大好きなので、「次もがんばろう」という自信に繋がります。  
自信は子どものやる気や自己肯定感を育みます。自己肯定感人が生きる上で最も大切な感情で、幼少期に親にたっぷり愛情を注がれることで身に付けることができます。自己肯定感を育てた子は、人生の満足度や幸福度も高くなるといわれます。周りの子と比べて、出来ないことが気になって不安になることもありますよね。でもまずは、その子なりのペースでの成長に目を向けましょう。

### おすすめの声かけ

「いつも応援しているよ  
(あなたのことをちゃんと見ているよ)」

「どうしたらいいと思う？  
(一緒に考えようか)」



親は「サポート」役へ

小学校入学を迎える年長児さんは、自分のことは自分でできるようになり始める時期です。「できることは子どもに任せる」を基本に、荷物の準備など、すこし難しいかな？と思うことにもチャレンジさせてください。今までずっと面倒をみてきた分、心配だなど思うこともあるでしょうが、親はサポート役として見守り、必要な時に手を差し伸べましょう。  
子どもを心配に思うあまり、親が何でも先回りしてしまうと、子どもの問題解決能力は育ちませぬ。成長するにつれ、親の目の届かないところで問題に直面することも増えます。そんな時、自分で考え行動できる力を今から育てて行きましょう。



監修・協力：南村 友子さん  
NPO法人ハートフルコミュニケーション理事、  
子どもの小学校入学直前に『子どもの心のコーチング』(菅原裕子 著)に出会う。現在は同法人認定ハートフルコーチとして活動中。奈良市在住。

ハートフルコミュニケーション

### 「子どもの心のコーチング」ワークショップ体験会

奈良市 2024年2月4日(日)10～12時 定員10名 無料

子どもの幸せな自立のために育みたい3つの力を切り口に、子どもとの具体的な関わり方や子育てのヒントをお伝えします。



申込フォーム

長い冬休みは生活リズムが乱れがち。新学期から  
元気よく過ごすために「早寝・早起き・朝ごはん」  
で生活リズムをととのえましょう。



# やってみよう! “早寝早起き、朝ごはん”



監修・協力；しばたみかさん  
管理栄養士、調理師、  
「NPO法人KYOTOごはんサポーター」  
認定サポーター  
Instagram: shibatamika\_gohan

**朝ごはんは元気の源!**

子どもが健やかに育つには睡眠と食事がとても大事。中でも、1日の始まりに朝ごはんを食べると、身体に栄養が補給されて体温が上がり、午前中からしつかりと活動できるようになります。でも、「眠い」「好き嫌い」などの理由で、普段から朝ごはんを食べる習慣がない子が、いきなり朝ごはんを食べようと思うのはとても難しいもの。そんな時は、起床時に空腹になるように逆算して夕食・就寝の生活時間を見直す、バナナや野菜ジュースなど、なにか一口でも朝に食べる習慣をつけるなど、自分に合った方法で徐々に朝ごはんを食べられるようにしていきましょう。

たとえ眠くても、朝陽を浴び、朝ごはんを食べることで体内時計がリセットされ、1日の生活リズムがととのいます。



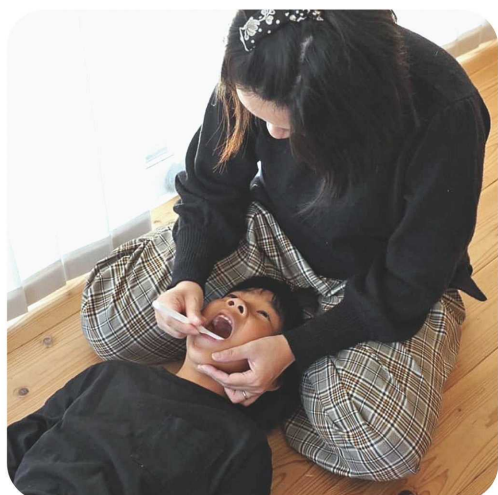
鶏雑炊もおすすめ!



前日に鶏肉・刻み野菜入りのスープor味噌汁を作って、翌朝は残ったお汁にごはんを入れて煮込み、卵でとじるだけ!

## パパッとお手軽 朝ごはん! カルシウムたっぷり♡ しらすマヨトースト

- 〈材料〉  
食パン……………1枚  
しらす、マヨネーズ、とろけるチーズ…お好みの量
- 〈作り方〉  
1. 食パンにしらすを広げ、マヨネーズを全体にかける。  
※しらすの塩分が気になる場合はお湯で加熱し、塩抜きをしてください。  
2. とろけるチーズをのせて焼く。



監修・協力；岸田沙由香さん  
歯科衛生士、  
（一社）日本歯固め玩具協会TinyTeeth  
認定講師、  
木育インストラクター  
Instagram: haml\_sk

**早寝早起き 朝ごはん、お口の中も健康に♪**

生活リズムの乱れは、子どもの睡眠や成長に悪い影響を与え、身体の抵抗力を弱めます。また、朝ごはんを食べないことで歯磨き回数が減ると、虫歯リスクが高まります。就寝中は口内の細菌が1番繁殖しやすいので、虫歯予防のためにも毎日磨く習慣をつけましょう。

「食べたら歯を磨く」習慣が身に付くには時間がかかります。小学校低学年までは必ず親が仕上げ磨きをし、子ども自身や、子どもの歯と向き合う時間を取りましょう。歯の生え代わり時期は特に虫歯になりやすいので、歯ブラシを歯に当てる角度を斜めにしたり、鏡を見たりしながら歯磨きをするのもおすすめです。

## 赤ちゃんのお口も健康に♡



歯固めは、赤ちゃんの歯や歯茎の成長を促します。離乳食も進めやすくなるので、ぜひ取り入れて♪



遊びの最中にふと気づく、子どもの「姿勢の悪さ」。姿勢は見た目だけでなく、運動能力や集中力、学力にも影響を与えます。今回は子どもの姿勢矯正を行う「みやこ鍼灸整骨院」で、親子が姿勢矯正プログラムを体験してきました。



# 親子で一緒に！ 正しい姿勢を身に付けよう

## 教えて先生！

子どもの姿勢について、  
藤武先生に伺いました。



### Q1. 子どもの姿勢が悪くなる原因は何ですか？

大きな原因は、外で遊ぶ時間が減り、**子どもの筋力が低下した**ことですね。スマホやゲームの普及で、前傾姿勢を取り続ける子が増えたのも原因の一つです。また、**生活リズムの乱れも関係しています**ね。例えば朝起きられずに朝食を抜く子は集中力が保ちづらく、身体がダランと脱力しがち。結果として悪い姿勢を長時間続けることになります。**子どもは筋肉や骨がやわらかいので、姿勢の癖が定着しやすい**のです。

### Q2. 姿勢が悪いままだと、どんな影響が出ますか？

例えば猫背だと、背中が丸くなることで胸郭が閉じ、呼吸が浅くなります。そうすると肺活量が減って脳が酸欠状態になり、脳の回転が鈍くなります。脳の回転が鈍ると集中力が落ち、**結果、疲れやすくなったり、学力にも影響しやすくなります**。悪い姿勢が続くと一部分の筋肉に負荷がかかり、**血行障害**が起きて頭痛やめまい、肩こりに繋がります。子どもは痛みをうまく伝えられないので、姿勢の悪さを親が気づいて、早めに直してあげることが大事ですね。

### 先生からのメッセージ

幼稚園～小学校低学年頃は、筋力や神経回路がぐんと発達する「ゴールデンエイジ」です。この時期に姿勢の癖がつくと、大人になっても直しにくいのです。将来的に、健康な身体を維持するためにも、普段から身体をたくさん使って、遊んでくださいね♪



みやこ鍼灸整骨院院長  
藤武先生



監修・協力：みやこ鍼灸整骨院  
北葛城郡広陵町馬見南1-6-12  
☎0745-54-1475  
完全予約制



## 私たちが行ってきました！

ママサポート隊 河原さん、<sup>つきな</sup>月星ちゃん(4歳)



歩くスピードが遅い...はNoだね♪



### ① 問診

まずは、「1日に2時間以上テレビゲームをしているか」など、セルフ姿勢チェックシートの13の質問にYes/Noで答えます。

片足で「飛行機プーン」できるかな？



### ② 体力テスト

先生と一緒に筋力&バランスチェック。先生から身体の説明を受けながら、トンボ立ちや逆立ち、前屈で、筋力やバランス力、柔軟性をみていきます。

脚を曲げずに伸ばしてね♪



### ③ 施術

次は軽いマッサージやストレッチ。筋肉などの状態をみながら、いろんな刺激を身体に与えていきます。痛くないので、子どもも終始リラックス♡

たのしい～！

せーの！ぐっと押ししてー！！



### ④ 運動

最後は、おうちでもできる運動を先生に教えてもらいます。今回は、脚を踏ん張って「ママと押し合いっこ」！足の筋力と体幹が鍛えられます。

### ママコメント

施術は丁寧で痛みもなく、子どもはとてもリラックスして受けていました。親子でできるストレッチも教えてもらったので、早速おうちでも試してみようと思います！

新しいことを知り、理解ができると、子どもの世界は  
どんどん広がります。普段の生活や遊びの中で、親子  
でできる楽しい「まなび」を取り入れてみましょう！

(監修:KECグループ)



# 遊びながら、まなぼう！

## じかん



はじめは短い針を読むことから  
始めましょう。生活の中で時間を  
意識しながら声をかけていきま  
しょう。

- 「短い針が3になったら3時だ  
よ。おやつ時間だね」
- 「短い針が6になったら6時。夜  
ご飯を食べようね」

## かず



数字に慣れておくと、小学校での算  
数の学習がスムーズになります。身  
近にあるものを使って、数を数えて  
みましょう。

- 「うさぎさんに、積み木を3個持  
ってきてあげて」と言い、積み木を  
持ってきてもらいましょう。
- 「今日のおやつはクッキー2枚とラ  
ムネが3つ。全部でいくつ？」な  
ど、数を数えてみましょう。

## もじ



生活の中で文字に触れる機会を増  
やし、文字に興味を持ってもらいま  
しょう。

- 「あの看板の文字は〇〇と読む  
よ」「あの駅は●●駅って書いて  
あるね」など、目についた文字を  
一緒に読んであげましょう。
- 好きな絵本の文字を、指でなぞ  
りながら読んであげましょう。

### 先生からの メッセージ

小学校入学前の子どもは、さまざまなことに興味を持っています。勉強もその延長線にあれば、楽しく前向きに学び続けることができます。大人にできるのは、その興味関心を引き出してあげることです。ぜひ子どもたちが小学校生活を楽しめるように、導いてあげましょう。



お子さまの小学校生活について、もし少しでも不安に思われているなら！

# KEC'S 新小1プレ講座！



詳細な日程・  
お申込みは  
コチラから！

現年長さん(新小1)対象

## 入学前の不安を解消しませんか!?

1

きちんと席に座って  
授業を受けることができるかな？

KECの新小1プレ講座では授業を受けるうえでのルール  
やマナーについて重点的に指導をしています。「席に座って  
先生の話聞く」「学習道具の準備をする」「時間を守る」  
など基本的な勉強をする姿勢を身につけてもらうことで、  
保育園や幼稚園とは異なる小学校生活への  
心構えを整えてもらいます。

<保護者コメント> 先生が優しく褒めてくれるのが嬉しいようで、  
初めての授業でも自分から手を上げて発表していたので驚きました。  
また、周りの生徒さんの話を聞いてから自分の意見を言うなど  
小学校の授業の練習にもなると感じました。姿勢が崩れても先生  
が正してくれたので1時間という長い時間でも、最後まで座ってい  
ることができました。



2

たくさんのお友達と  
仲良く一緒にお勉強できるかな？

ほとんどの小学校が1クラス20~30人のクラス編成になります。  
お子さまによってはその環境自体に戸惑われること  
もあるかもしれません。KECの新小1プレ講座  
は8名程度の定員制を設けており、たくさん  
の生徒が一緒に授業を受けるスタイルに慣  
れていくうえで最適な環境と言えます。ま  
た、少人数クラスのためお子さま一人ひと  
りを丁寧に指導できます。お子さまがわ  
からないまま授業を終えるようなことは  
ありませんので、小学校に向けての自信  
も育みます。



楽しい!好き!  
に出会おう

2024年 2月▶3月開講 ただいまご予約受付中!

KECが、お子さまの小学校生活のスタートを全力でサポートします!

KECゼミナール 志学館ゼミナール

国語的算数教室 KEC玉井式

検索

KEC子ども英語教室

KEC子ども英語教室

検索





# 未来につながる「非認知能力」

最近よく耳にする「非認知能力」。何となく知っているけど、どんな力なのかよく分からないママも多いはず。教育経済学者の中室牧子先生にお伺いしました。

**Q1. 非認知能力とはどのような力のことですか？**

読んで字のごとく、学力テストやIQテストで計測することのできる「認知能力」に「非<sup>あ</sup>ず」というわけです。意欲があるとか自分に自信があるといったことや、勤勉性などの性格的な特徴も含まれると考えてよいでしょう。

**Q3. 幼児教育において、家でできることはどのようなことですか？**

子どもの教育にお金を支払うことと同じように、子どもの教育に時間をかけることも、親が子どもに対して行う投資です。親が子どもの「勉強」に投資する時間(本の読み聞かせや宿題の手伝いなど)と「体験」に投資する時間(お絵描きや屋外での運動など)の両方が、子供の認知能力に影響を与えることがわかっています。

**Q2. 非認知能力の重要性を教えてください。**

最近の経済学の研究では、非認知能力が賃金に与える影響が大きいことが示されています。それだけでなく、結婚や健康、寿命にまで非認知能力の貢献が大きいことを示しています。勤勉性や外向性は、認知能力やその人の置かれた経済状況よりもはるかに長生きに大きな影響を与えているのです。

近年の経済学は、同じ個人を長期的に追跡した縦断調査や行政記録を用いることで、子どもの頃に受けた教育が成人後にどのような成果を出したのかを明らかにする研究が増加しています。特定の個人の体験談やエピソードではなく、国際的に権威ある学術雑誌に掲載された研究を中心に、信頼性の高い科学的根拠(エビデンス)をわかりやすくお話しします。

中室牧子氏 | 慶應義塾大学教授、教育経済学者。デジタル庁シニアエキスパート(デジタルエディケーション)。近著に『学力の経済学(2015)』『原因と結果の経済学(2017)』(津川友介共著)など。

白藤学園130周年・奈良保育学院70周年 記念企画

# ならほフェスティバル

～子どもたちとともに夢に向かって～

2024年1月12日(金) 13:30～15:20 (開場13:00)

入場無料

会場:なら100年会館 (奈良市三条宮前町7-1 1F)



「認知能力」「非認知能力」の違いは何？

事前申込

「質」の高い幼児教育…って最近よく聞けれど？

テーマ | これから生きる「子どもたちにとって必要な力」とは？

記念講演

教育経済学者慶應義塾大学総合政策学部 教授 **中室牧子氏**



中室牧子氏

専門家の先生方による

対談

慶應義塾大学教授 **中室牧子氏**  
学校法人ひじり学園理事長 **安達 譲氏**  
司会進行・対談コーディネーター **都築由美氏**  
フリーアナウンサー

自由参加

預かりブース 「ならほの遊び場」

奈良保育学院の学生と一緒に楽しく遊ぼう！



奈良女子高等学校 パティシエールコースの生徒作スイーツプレゼント! 先着200名

講演申込者で預かり希望の方は、申込みフォームにて申請ください。

※午前中:奈良保育学院、附属幼稚園、おみや保育園、おみやこども園の園児による発表会開催(9:30～11:55 開場9:00)



学校法人 白藤学園  
奈良保育学院

申込方法

QRまたは、メールにて参加者代表者名、住所、tel、参加人数、預かり希望の有無をお送りください。  
メール:shirafuji130@gmail.com

申込みはコチラから



問合せ  
☎0742-33-3622  
(奈良保育学院)

# ママの「働きたい」を応援!

子育てしながら再就職を目指すには、何から始めればよいのでしょうか?  
奈良県女性センターのキャリアコンサルタントにアドバイスをいただきました。

## 働くまでの3ステップ

### 1. 準備期

働く姿をイメージしよう  
働く条件を整理しよう

### 2. プチ就活期

保育園・求人情報を集めよう  
「女性の再就職準備相談窓口」で相談  
就活支援セミナーなどに参加

### 3. 本格活動期

保育園・こども園の確保(保活)  
家事・育児の担当を家族で相談  
求人情報の検索・応募  
履歴書・面接の準備

まずは  
「自分を知る」  
ことから始めましょう!



キャリアコンサルタント



情報収集  
スタート!

いざ、  
就活!!

「就活を始めよう!」と思っているママの中には、保育園探しや仕事探しなど、実際に「動く」ことが大切だと思っている方が多いのではないのでしょうか。確かにそれも大事ですが、働き始める前は、ママ自身が「なぜ働きたいのか」「働いてどんな未来を目指しているのか」を考えることがとても大切です。「もし自分が働いたらどうなるか?」というイメージができれば、働き始める時期・働き方・仕事内容・準備をすることが絞られてきます。働き始める前は「自分自身と向き合う期間」と捉えてください。

10月OPENの  
新しい会社で、  
一緒に  
働きませんか?

このような方におすすめです!

- ✓ 子育て、家のことも大事にしながら、働きたい
- ✓ 人と話すことが大好き
- ✓ ライフスタイルにあった働き方がしたい
- ✓ 長く働ける職場がいい
- ✓ 事務、営業サポート業務経験者など大歓迎(未経験でも大丈夫)

## 営業アシスタント

子育てママ、  
大歓迎!

未経験の方でも  
大丈夫!

## スタッフ募集

「久しぶりのお仕事で不安…」  
「子育てとの両立できるかな」と悩んでいるママ。  
大丈夫です! 自分のペースで働ける職場環境です。  
スタッフ全員、子育てママとして  
「家」と「仕事」を両立しながら活躍中!

仕事内容 七五三・成人式・ブライダル・フューネラルなど、  
人生のセレモニー関連のお仕事  
営業アシスタント

時給 1,200円~(研修期間1,000円、交通費込み)

時間 4時間/日 土日祝休み  
家庭や保育園などの行事による調整OK

雇用形態 パート

勤務地 奈良市二条町2丁目2-1  
近鉄西大寺駅徒歩3分

### スタッフ voice

子育てにとても理解のある会社です! 家と仕事のメリハリがつくので、働き始めてから充実した毎日を送っています。



お問合せ

ネクスト西大寺代理店  
ベルコ奈良北支社  
奈良市二条町2丁目2-1 山原二条ビル201

ご応募ご質問等は、電話もしくはメールにてお願いします(担当:小林)  
☎0742-32-4716 ✉next.1001sdj@outlook.jp

2023116901

# 実際どうしてる？

こまますタッフ(リアルママ)の声、集めました！

## #家事と仕事と育児

パートナーとの家事の分担。ご飯を炊いておいてもらうだけでも、すごく助かります。



夫の理解。家事育児は妻の仕事じゃない。できる方がやって、支え合っています。

完璧を求めない。どこかであきらめることが肝心。「まあいっか」の気持ちが必要。

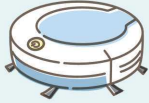
## #両立どうする

家事は休日に。土曜日の午前中に、一気に家事を片付けます！

断捨離する。掃除を時短にするために、定期的に断捨離を実行しています。

## #ワーママ

便利家電で家事レス。高価だけど、コスパを考えるとこれが一番かも。



感謝を忘れない。「ありがとう」の一言で、日々の生活がうまく回る気がします。

# 悩んだときは… 女性の再就職 準備相談窓口 にご相談を！



キャリアコンサルタント

## こんな相談ができます

就活に関するセミナーに参加したい

ブランクがあるけど、もう一度働きたい

子育て中だけど、働くには何から始めればいいのか？

「働き方」と子どもの「預け方」、どちらを先に考える？

履歴書の書き方、面接のコツを知りたい

自分に合った働き方を見つけたい



「女性の再就職準備相談窓口」では、働き方の整理からお仕事探しまで、キャリアコンサルタントがあなたの課題を一緒に考えます。「働きたい」女性の就活を支援します！  
(相談費用は無料です)

## 女性の再就職準備相談窓口

奈良県女性センター2階  
(近鉄奈良駅徒歩5分、ひがしむき商店街内)  
**☎0742-24-1150**  
(事前予約制)  
相談時間/火～土曜日(休館日・祝日を除く)  
9時～17時(13時～14時を除く)  
託児有(有料、要予約)

## 県内6カ所で、出張相談も実施中!

エルトピア奈良(奈良労働会館/奈良市)  
かしはらナビプラザ(橿原市)  
生駒市コミュニティセンター  
香芝市役所  
田原本町役場  
リーバー王寺(王寺町) [詳しくはこちら](#)



# ジャストフィットワーク 私の時間でギュッと働く!



「ジャストフィットワーク」とは・・・短時間勤務・少日数勤務・リモートワークなどを取り入れて、時間の制約のある女性でもやりがいを持って続けられる働き方

／**全て参加無料!**／

## 企業説明会

## 女性が輝くお仕事相談会 奈良で働く!合同企業説明会

日時・場所 2024年 **2/16** 金 10:30～16:00 (セミナー 13:00～14:00)  
イオンモール高の原 2F 平安コート

内容 3年後、5年後も働き続けられるジャストフィットワークや、子育て中でも働きやすい求人が集まる!ブランクがあり、なかなか一歩踏み出せない「久しぶりの就活でどう動いていいかわからない」などの不安のある方、まずは参加してみてください!

イベント同時開催!

お仕事生活のススメ セミナー  
相談コーナー マルシェ

当日参加OK!



## ワークショップ

日時 2024年 **1/18** 木 10:00～11:30 場所 オンライン <定員15名>

内容 仕事と子育ての両立の工夫、時短勤務、幼稚園や保育園、キャリアのブランクなど、お仕事をやるにあたって知りたいことを、先輩ママに聞いてみよう! 就職を希望する女性たちと復職の本音を話せる座談会!



令和5年度 奈良市・木津川市主催  
女性の就業支援事業  
運営: 株式会社フェアリーランド



お申込・お問合せ



最新ニュース

参加企業やイベント情報



「医療」×「教育」の異業種タッグで  
生まれた、新しい複合施設



うるはいん  
医療法人 善院  
桑原翠緑会  
☎0742-94-8100  
奈良市西登美ヶ丘六丁目5番12号

診療スケジュール	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	○	●※1	○	●※1	○	○※2
14:00~17:00	○	○	○	—	○	—

予約制 ○…小児歯科 ●…小児科(乳幼児健診のみ・自由診療)  
木曜・土曜午後、日曜休診  
※1 診療時間9:00~12:30 ※2 診療時間9:00~14:00

付属保育所「うるは」学童保育を併設。  
一時保育(要予約・登録制)あり。  
施設見学は随時お問合せください。



HP



instagram

長期休みの学童保育、  
一時保育受け付けております。

子育てで困ったとき、  
悩んだとき、  
頼りになる人はいますか？  
今までたくさん親身に  
寄り添ってきた  
「善院」の先生たちが、  
子育てに悩めるパパママに、  
5回にわたって  
メッセージをお届けします。



執筆/  
川原 由美先生

施設長 保育士・幼稚園教諭  
院内、モンテッソーリ、認定  
こども園等を経験。現在学  
習塾で子ども達の学びに携  
わりながら、保育所では  
大人も子どもも育つ幸せ  
になるをモットーに日々現  
場に立っている。



育児のそばに、寄り添いたい。

おやこの  
ミカタ

## Vol.4 子どもの心構え、親の心構え

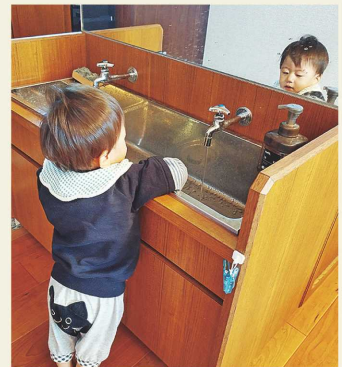
### 親子で心の準備をしよう

新学期や新入園・入学まであと少し。親子ともどもワクワクする気持ちと、ちよっぴり不安な気持ちが共存する季節ですね。1学年進級する子、初めて園に通う子、小学校に入学する子、それぞれが今までは違った集団生活を送ります。新年度に向けて気持ちを切り替え、また余裕を持つためにも、今から親子で心の準備を整えていきましょう。

### 先走らなくても大丈夫！

まず、同じ園に進級するならば、新年度で使うお部屋を親子で覗いてみて、これまでと違うことやルーティンを思い浮かべながら、新生活をシミュレーションしてみましよう。また、日頃から担任以外の先生・保育士と話しておくことで、子どもも慣れてくれますし、何かあったときにすぐ相談がしやすいですよ。

新入園の子は、すでに通う園が決まっておられることでしょう。子どもにとつて初めての集団生活。子どもの不安をできるだけ減らすために、おうちでの準備は大事です。例えば、挨拶や身支度(着替え・手洗い・



うがいなど)がスムーズにできるよう、日頃から習慣化しておく、就寝・起床時間を整える、家族以外の人のコミュニケーションの機会を増やすなどです。常に親の傍にいたがる子ならば、例えば親がトイレに立つ間はドアの前で待たせてもらおうなど、少しずつ離れる練習をするのもいいですね。

また小学校入学予定のご家庭ならば、親子で新しく増えるもの・減らすものの整理整頓や、挨拶・返事の習慣化、他にも就寝・起床時間や起床からのルーティンを親子で考えるなど、時間の観念を徐々に身に付けさせてあげてください。新生活への期待やルール作りを、親子でたくさん話し合って、子どもの意見を尊重しつつ決めていきましょう。  
さらに小学校入学前は、子どもの学びについて考えることも多いと思います。現在、小学校での学び方は

変化しつつあり、『自分が面白いと感じ、進んで学ぶ体験を重ねることを、小学校入学以降も重視する』ため、1年生のうちは文字や数字を楽しく学べるようになっていきます。子どもが興味を持って、チャレンジすることが大切にされています。それほど焦らなくても大丈夫です。

### 親の心構えも忘れずに

入園・入学に合わせて、家事・育児の役割分担をお父さんとお母さんで話し合っておきましょう。子どもの急な体調不良や学校・園の臨時休みに備えて、病児保育やその他の預け先などSOSを出せる場所を確保しておくのも忘れなく。お父さんやお母さんの心が安定していること、子どもの心も安定してきます。できれば子どもより一足早く、親の気持ちを整えておくといいですね。

一番大切なのは、1月から3月までは家族みんなで思いっきり楽しむこと！この時の思い出や、がんばった達成感が、新生活でのパワーになるはずですよ！



# かずあそび

どんぐりのかずが、おいほうをすすもう!

スタート



ゴール

たくさん  
あつめたね!!

## 子どもが もりもり食べる とっておきレシピ



Totteeki Recipe

### おなかから温まる 赤かぶ(もものすけ)のスープ

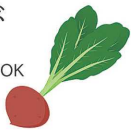
赤くて甘い、サラダカブの一種「もものすけ」。最近ではスーパーなどでも良く見かけるようになりました。赤かぶならではのピンク色が可愛いレシピをご紹介します。



〈主役野菜〉

#### 赤かぶ

(もものすけ)  
※白かぶでもOK



〈材料〉(2人分)

- 赤かぶ(もものすけ)……200g
- 玉ねぎ……………100g
- じゃがいも……………100g
- 水……………200ml
- かつおだし顆粒……………小1/2
- 牛乳(豆乳でも可)……………200ml
- 合わせ味噌……………小2
- 乾燥パセリ……………適量
- 塩こしょう……………適量



1

鍋に、手で皮をむいて一口大に切ったかぶ、玉ねぎ、じゃがいも、水、かつおだし顆粒を入れ、20分煮込んだ後、ブレンダーなどで攪拌する。



2

①に牛乳で溶いた味噌を加え温め、味を調べて器に盛り、パセリを飾る。



#### ママ's voice

煮込んだ後はブレンダーを使って、最後は温めたら出来上がり♡料理が得意ではない私でもおしゃれなスープが簡単にできました! 娘も『にいに待ってね♡今作ってるからね♡』とノリノリで作ってくれました。

#### 林先生からのワンポイント♪

赤かぶの皮の部分は、ミカンの皮をむくように手でむけます。皮で飾り用の型抜きをすればかわいく盛り付けられますよ。ただし、皮の部分は生では辛みがありますのでお子様は注意。



林 光子 キッズ食育トレーナー・食育指導士  
奈良県出身。3人の子育てと介護の経験から“食の大切さ”“本当の食”に興味を持ち、自宅で料理レッスンをスタート。子どもの“食育”の大切さを感じ、キッズ食育トレーナーの資格を取得。『青空キッチン奈良生駒校』主宰。【明るいキッチンが子どもを育てます!】をモットーに活動中。

青空キッチン  
ROZORA KITCHEN  
奈良生駒校 ☎090-3923-8689

3歳~小学生向けの食育スクール開講中!  
体験教室のお申込みはHPをご覧ください♪



hp

「GOOD」 私たちが叶えた 「NICE」  
**理想の“へぐり”ライフ!**

豊かな自然、手厚い子育て支援が魅力の平群町。理想の暮らしを求めてマイホームを持つ子育てファミリーに平群町での暮らしについて、お話を伺いました。

へぐり  
 de  
 こそだて!!

byことままとレポート

行き届いた施策で、さまざまな子育て支援を展開している平群町。ことままとが注目する「まちの魅力」を、ご紹介いたします。

Life in Higurii!!

平群町は、都会すぎず田舎すぎず  
 “暮らしやすくて落ち着く”町です!



森島さんご夫婦  
 長女(8)、次女(3)



大阪と平群町での暮らしの違いは?

(パパ)やっぱり自然豊かなところですかね〜静かです。スーパーや病院もあり不便に感じることはありません。土地価格が安いのも魅力です!

平群町に住もうと思ったきっかけは?

(ママ)平群町は私の故郷で、6年前に大阪からリターンしました。両親がいるのだから平群町に帰り暮らしていく中で、安心して子育てができ、生活しやすかったため、平群町に住み続けることに決めました。

平群町で子育てをする良さを教えてください。

(パパ)子育て支援センターやプリズムへぐり(保健福祉センター)では子育ての相談もしやすく、サークルなどに参加することで親同士のコミュニティも広がりがりと心強いです。  
 (ママ)町内で体操や習字などの習い事が出来るなど理想の教育環境が整った子育てしやすいまちだと実感しています。解放感のある図書館もありのんびり過ごせるのも嬉しいですね。



平群町に住もうと思ったきっかけは?

夫婦ともに県外出身で、転入前は奈良市内に住んでいました。土地を探し始めた頃は「平群町ってどこ?」って感じでしたが、調べてみると電車や車のアクセスが良く、都会に近い!子どもが成長し、いずれ都会に出る時のことを考えて、交通の便が良い平群町を選びました。希望の広さの土地を安く購入できたのも決め手です!

平群町に住んでみて感じたことは?

不便がなく住みやすい!

子育てと仕事の両立について教えてください。

現在の、育児休業中で近々在宅とパートで復職予定です。予てより夢であった子育てサポートに関する仕事を始めるため、時々、町立こども園の一時預かりを利用して子どもたちを預かってもらいながら開業準備をしています。家事は、これからも「夫婦でできる方がよろう!」というスタンスでやっていきます(笑)

平群町は、“子育てママにやさしい”町です!



桐谷さん  
 夫、長男(3)、次男(1)



平群町は新たにスタートするお二人の生活を応援しています。

平群町結婚新生活支援補助金交付事業

婚姻に係る全部または一部の費用を**最大30万円支給!**

対象世帯

夫婦ともに39歳以下、夫婦の合計所得が500万円以下の新婚世帯(平群町在住)※その他条件あり

対象経費

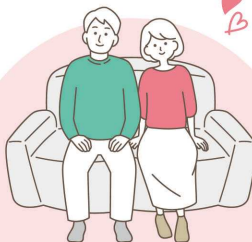
- 住宅取得費用
- 住宅賃借費用
- 引越費用

詳細

平群町HPをご覧ください。

問合せ

平群町役場 まち未来推進室  
 ☎0745-45-1002



働くママの強い味方!

学童保育小学生全学年  
 19時30分まで対応。

受入れ時間が長く、延長費用が不要です。

病児保育室「いちごルーム」完備

「子どもが病気になったけど、仕事は休めない…」そんな悩みを持つご家庭を支援する、西和地域病児保育室「いちごルーム」を利用できます。

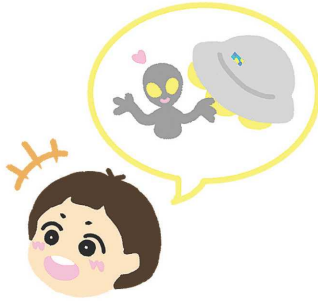
詳細は、平群町HPをご覧ください。



# 子育ては、 日々是好日。

毎日、元気で、笑顔いっぱいの子育てができるように…  
悩み多き子育て中のママに、先生から子育てのヒントをお伝えします。

## 子どもの嘘、 どう対応すべき？



相談

4歳の子どもが最近嘘をつくようになりました。子どもが嘘をついたとき、どういう声かけをしたらいいいのでしょうか。また、注意すべき嘘・そうでない嘘の見分け方を知りたいです。

## お母さんへ

子どもが嘘をつくようになったら、親は「この子は、このまま大きくなっても大丈夫だろうか？」と心配になりますよね。でも皆さんだって、嘘をついたことはあるでしょう。私も、ついこの間、小さな嘘をついてしまいました。大人も子どもも、コミュニケーションをとる上では、嘘が必要だったりもするものです。

## 幼児期の嘘

一般的に、嘘は2〜3歳ごろからつくようになるといわれます。この年頃の子どもは「嘘をついている」意識はなく、子ども自身が「そうだいたいな」と思うことを口に出しているうちに、本当にそうだと思いついていくことが多いです。例えば、昨日は登園していたのに「昨日は動物園に行った」などです。この場合は「動物園に行ったんだね。なんの動物が好き？」と話を合わせてあげると良いでしょう。

3歳を過ぎると意識的に嘘をつくようになり、4〜5歳ごろには自分は嘘をついているという自覚を持ち始めます。例えば外出先から戻った時、まだ手を洗っていないのに「もう洗った

よ」と言うなどです。こんな嘘には「なぜ、手を洗う必要があるのか」を、しっかりと言葉で伝えてあげてください。「お母さんは自分のことを見ていて、よく分かっている。だから、嘘をついても分かってしまう」と子ども自身が理解すれば、嘘はつかなくなるかもしれません。

5〜6歳ごろからは自分で想像して嘘をつけるようになりますが、そもそも嘘をつくには、話のつじつまを合わせるための語彙力や表現力も必要ですから、「嘘をつけるだけの知能があった」と捉えてもいいかもしれません。

## 気をつけないといけない嘘

では、気を付けてあげないといけない嘘は何でしょうか。それは、「叱られたくないからつく嘘、認められたくない嘘」です。例えば、「お友だちは先生に叱られたけど、自分は叱られていない」などです。そんな時は、「ご家庭でのお子さんへの接し方が厳しすぎないか、結果のみを評価して子育てしていないか」を振り返ってみてください。子どもは、親の注意を引ききたかったり、親に甘えたくて嘘をついたりする場合もありますから、たつぷりと甘えさせてあげましょう。

## 嘘をついた時は…

お母さんは頭ごなしに叱らないで、子どもの話を優しくよく聞いてあげて、子どもが謝ったら抱きしめて許してあげてください。この時にお母さんが叱ると、また嘘をついてしまいます。幼児期の嘘は学童期の嘘とは違って、それほど心配はいらないと思いますよ。

## ママカフェに 参加しませんか？

お菓子とお茶で楽しくゆるーい雰囲気の中に濃い学び。「イライラして子どもにあたってしまふ」「子どもがぐんぐん伸びる言葉がけって？」お気軽にご参加ください。

Mama  
Cafe



詳細はこちらから▶



梅田 美和 先生  
教育デザインラボ 石田勝紀氏  
ママカフェ認定ファシリテーター  
学研教室指導者

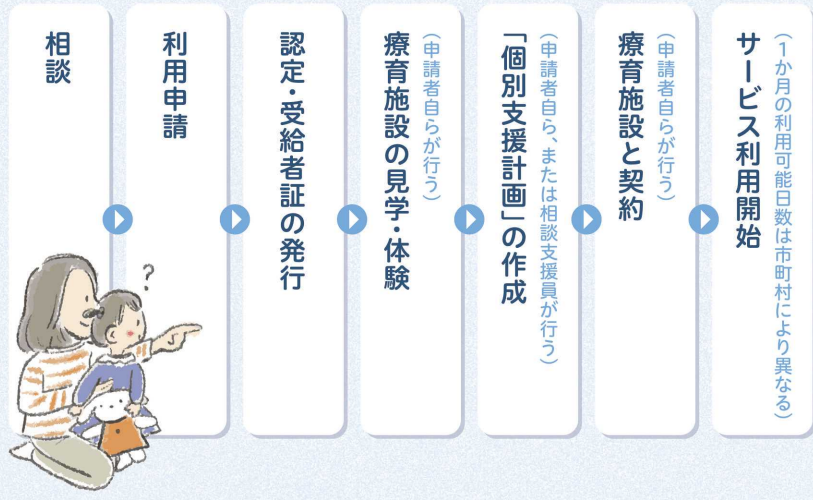
## 療育って何をするの？

運動・感覚、言語・コミュニケーション、人との関わり、認知・行動などの領域で、子ども一人ひとりに応じた自立支援や機能訓練を行います。アプローチは多彩で、「感覚統合療法」「TEACCH」「ABA（応用行動分析）」などが代表的です。



## どうやって受けるの？

子どもの発達に不安を感じたら、まずはお住まいの役所（福祉課）、保健センター、相談支援事業所などに相談してください。その後、役所に利用申請をし、療育が必要と認定されると「受給者証」が発行されます。



# はじめての 療育

子どもの発達は千差万別、「できる・できない」の凸凹は一人ひとり違います。子どもの発達を促し、凸凹に適切なアプローチをするのが「療育」です。子どもの凸凹に心配があれば、その子に合った療育施設を探してみましょう。

(監修: にじいろくれよん)



帝塚山大学こころのケアセンター主催

## 年中・年長キッズ集まれ / 発達の気になるお子さまのための小集団グループ活動参加者募集



お子さまへのサポートの手がかりを一緒に考えてみませんか？

グループ活動前に、保護者様のみのお面談にてお子さまの様子をお話し、グループ活動はお子さまのみ参加して頂きます。

後日、就学までにてできることなどをご提案する面接を行います。



日時 2024年2月3日(土)・17日(土) 13:30~15:00

対象 2024年度・2025年度入学予定で2回のグループ活動に参加できるお子さま

場所 帝塚山大学 学園前キャンパス

参加費 3,000円

申込締切 2024年1月12日(金)

申込はコチラから



プログラムの詳細はHPもしくはQRコードでご確認ください。

### お問い合わせ

帝塚山大学 こころのケアセンター

TEL: 0742-41-4937 (受付時間/月~金曜日 10:00~17:00)

\*年末年始12月23日~1月8日まで閉室のためお電話が繋がりませんことご了承ください



0歳から PT.OT.保育士たちで 子どもたちをサポート!

遊ぶことは学ぶこと

ドイツHABA社と金沢精屋の木製玩具

HUG CHILD 発達サポート教室  
大和郡山市野垣内町72-15

HUG CHILD 発達サポート教室 Smile  
大和郡山市高田町245-1

0743-84-8350

**HUG CHILD** 発達サポート教室

**H**appy ママも子どももHappy  
**U**nity 家族とHUG CHILDで結束  
**G**lobal 子どもは地球の宝物

この3つを理念に、お子さまをハグする想いで 発達をサポートし、笑顔あふれる未来をはぐくみます。

**時間枠拡大!**  
午前の幼児クラス  
9:30~11:30の2時間で、運動、認知の両面から発達をサポートします!

入園に向けたお子さまの心配事など、ぜひご相談下さい。

一人ひとりにあった療育で、楽しく学び、人とつながる喜びを

児童発達支援・放課後等デイサービス事業所

園や学校などで適応的な行動や言葉が増えるように、発達に合わせて個別プログラムを提供させていただきます。

**先着順で 見学・体験利用のご案内をしています!!**

お子様の発達や「言葉の遅れ」が気になる方、お気軽にご相談ください。

ABAスタジオ  
**collet**  
これっと

0742-34-1717

奈良市芝辻町2丁目8-12 西田ビル2階東  
近鉄奈良線「新大宮駅」より徒歩約5分

(利用時間) 月~金曜日 9:30-17:00



よく知られている！

# 療育の方法

## TEACCH(ティーチ)

時間・感情など、目に見えないものの理解が苦手な子のために、スケジュールをイラストで表す、声の大きさを目盛りで示すなど情報を視覚化させる。環境を整えることで、自分が置かれている状況を理解しやすくすると共に、適切なレベルの自立課題に取り組むことで、子ども自身の適応力を伸ばしていく。また、保護者を協同療育者と捉え、家庭においても実践されることを目指している。



## 運動療育

運動を通して心身の発達を促すことを目的として行う。運動には、全身を大きく動かし姿勢を保つ動きの「粗大運動」と、手指などを細かく動かす「微細運動」がある。運動能力は粗大運動→微細運動の順に発達するため、体幹が弱い、手先が不器用などで困っている場合は粗大運動から支援していく。



## 小集団活動療法

小学校以降の集団生活に馴染めるよう、3～5人程度の少人数グループで行い、生活習慣や社会性を身に付けていく。未就学児では、部屋に入ることから始まり、子どもが興味を持つ活動色々を行いながら、着座して療育者の指示を聞くなど、就学に向けたスキルを伸ばす。



## 感覚統合療法

目や耳で受けた刺激を脳で整理し、それに対応する身体の使い方を覚えていく練習のこと。子どもに合わせて、過敏に反応し過ぎたり、逆に鈍かったりする部分に働きかける運動を取り入れ、スムーズに身体を動かして、感覚刺激をコントロールしながら過ごす方法を身に付けていく。



個別療育児童発達支援&放課後デイサービス

## 子どもの

# できた! わかった! たのしかった! を大切に

2歳~

見学・相談  
受付中

### ●あなただけのプラン

専門的な技法(TEACCH・インリアルアプローチ等)を学んだスタッフが特別なプランを作ります。

### ●ワークと遊び

国語・算数に関してのまなびの他、マスキングテープでアートなど作品作りなども。

### ●運動を通じて

イロイロな運動を通じて、得意不得意を洗い出します。

### ●イベント

乗馬セラピー体験、みんなで工作、マスキングテープアート等も♪



## Information

### 個別療育

【対象年齢】  
就学前の乳幼児から

【利用時間(月~金)】  
9:30~10:30 / 11:00~12:00  
12:45~13:45 / 14:00~15:00  
15:15~16:15 / 16:30~17:30

### びあん

【対象年齢】  
小中高

【利用時間(月~金)】  
16:15~17:45  
小学生 月・火・水・金  
中学生 木 ※送迎なし

**スタッフ資格** 保育士、幼稚園教諭、作業療法士、小学校1種、中学校1種、漢字検定2級、秘書検定準1級、子どもアート療法士、色彩アートセラピスト、製菓衛生士、基本情報技術者試験、FP2級、そろばん2段、少林寺拳法2段、図書館司書、ケアマネージャー、チャイルドマインダー、手話技能検定、証券外務員1種、鍼灸師

# にじいろくれよん

☎ 0744-41-6257

榎原市八木町2-7-12 受付 9:00~18:00

にじいろくれよん 検索



# にじいろくれよん劇場

## 〈ピーマン大好き?の巻〉

好き嫌いせず何でも食べてもらいたいものですが、そこにとられすぎると嫌気がさしてしまいます。家庭菜園と一緒に料理したりすることで、食材への関心が出てきます。「食べてみようかな。」と思えるきっかけがあればステキですね。

① あ〜! また じゅっくんピーマンだけのこしてる!

② わたしピーマン大好き! ぼくも!

③ ようこそ! ピーマン狩りへ

④ ぼくもピーマン大好きだよ!

まだ日本語もおぼつかないけれど、始めるなら早いほうがいいのでしょうか？

(2歳ママ)

言語を獲得する上で最も重要なのが「耳」です。幼児期は聞いた音やイントネーションをそのままコピーし、再現することができます。いわゆる「英語黄金期」といい、0～3歳までがピークで、7歳頃までの期間となります。幼児期から始めることにより、特別な才能や生まれ持った能力など関係なく楽しく英語を習得することができます。



Sally's English School

教えて先生!

# 子どもの English

読者ママからの質問に、英語教室の先生たちがお応えします。

親は英語が苦手なのですが、おうちでもできる英語との親しみ方を教えてください。

(2歳ママ)

子どもの興味に合わせて上手く英語環境を作ればと思います。例えば、動物が好きな子どもには、動物の映画や動画を英語で見せることも一つの方法かと思えます。またパパやママと一緒に取り組むことも子どもたちの大きな励ましになると思えます。



DUCHOOL International Preschool Michelle先生

生駒市・王寺周辺

英語

0歳～

サリーズイングリッシュスクール

## Sally's English School

登美ヶ丘本校・生駒駅前校・王寺校 ご見学・体験レッスン随時募集中!



中学生までに英検®3級～準1級合格実績!!



講師募集中

事務・営業募集中

イベントスタッフ募集中

聞く・話す・読む・書くをバランスよく取り入れ、会話だけでなく英検®や受験にも対応。合格実績毎年多数! 経験豊富な一流講師陣の指導で楽しく英語力が伸びる。多読や家庭学習もサポート。リーズナブルな月謝で驚くほど上達!

INFO

(税込価格)

格安の月謝5,500円から!!

【開講クラス】ベビー/年少～年長/小学生/帰国子女/中高生/大人 楽しく学べる英語イベントも開催中♪ ※詳しくはHPイベント案内をご覧ください

- ◆初心者対象 新クラス参加申込受付中!
- ◆王寺校 大人気のため他曜日開講決定! 年少～小学生・帰国子女クラス
- ◆毎月1回日曜 英語演習3時間イベント開催中! サイエンス・クッキングなど プチ留学気分♪

☎050-3590-2040 (登美ヶ丘本校) (日・月休み)

☎0743-73-0012 (生駒駅前校・王寺校) (日・月休み)

※電話に出られないことが多いのでHPのお問合せフォームをお願いします

【登美ヶ丘本校】生駒市鹿ノ台南2丁目3-2 鹿ノ台中央ビル2F ☎有 登美ヶ丘駅から車で3分!

【生駒駅前校】生駒市北新町11-1 AOIアートビル101 生駒駅から徒歩2分!

【王寺校】生駒郡三郷町債ヶ丘1丁目1-19(清見建設内) 近鉄生駒線債ヶ丘山下駅すぐ

☎日・月



奈良市

英語

1歳10ヶ月～

ダクールインターナショナルプリスクール

## DUCHOOL International Preschool



奈良県初の本格的なインターナショナルプリスクール



ダクールでは、子どもたちの未来を本気で考えて、「非認知能力」を育てることにフォーカスしている。様々な遊びや体験を通して学び、世界を舞台に明るく生き抜く力の根幹を築く。アフター学童クラスも無料体験受付中! まずは見学に行ってみよう。

INFO

(税込価格)

ショートステイ 9:00～14:00

ロングステイ 7:30～18:00

□就園前クラス 47,300円～

□年少から年長クラス 56,100円～

□アフタースクールクラス(英語学童)

対象:年長、小学生(英会話力チェックあり)

料金:17,500円～

学童コース 週2回～(15:30～18:00)

送迎バス相談可

日本語課外教室あり

英語環境の中で園生活を楽しんでいる子ども達。自分らしい自己表現ができる子どもになるよう取り組んでいます。



☎0742-53-8711

奈良市富雄元町1丁目14-17 イオカビル ☎月～金 ☎日・祝

見学・体験随時受付中!

ダクールインターナショナルプリスクール 検索



幼児期は、歌を聞いてリズムと歌詞(意味ではなく音)を覚えて口ずさむ事が出来ます。また、ダンスやジェスチャーをすると頭の中で歌詞と動きが結びつき習得していきます。何よりも歌って踊る楽しさは、継続する学習の動機に繋がります。楽しく歌って踊って英語を覚える時期はとても短いです。ぜひその期間に英語に触れる時間を楽しんでくださいね!



Iris英会話Club  
Taishi先生

「歌って踊って、楽しく英語を学ぶ」という英語教室が多いですが、きちんと身に付くのでしょうか? (4歳ママ)

英語を習っていますが、家で全く話しません。ちゃんと理解しているのでしょうか? (6歳ママ)



hoooop  
Adam先生

自宅でCDやYouTubeなどで、習っている英語の歌をかけてみてはどうでしょうか? またパパやママも英語で簡単な質問を試みるのもいいかもしれませんよ。少しずついいので、家でも話す時間を作ってあげて下さいね。



PointClearEnglishSchool  
トラント久美子先生

絵本や動画を使って、おうち英語を続けていたら、「りんごcut please」など、日本語と英語を、ごちゃ混ぜに話すようになってしまいました。こんな英語の親しみ方いいのでしょうか? (5歳ママ)

子どもの発言を否定しないようにしましょう。正しく“Please cut the apple.”をお子様と一緒に何度かリズムカルに楽しく言うてみるのはいかがでしょうか。OK./ Sure./All right.など英語で答えてあげれば、より良いコミュニケーションとなります。子どもに英語を使うことは楽しいと思わせることが1番ではないかと思えますよ。

奈良市

英語

1歳~

アイリスえいかわクラブ

## Iris英会話Club



先生は元英語出来ない学生。  
カナダでヒッチハイク通勤を経て今はスクール経営、  
アスリート通訳、プロゲーマーと多彩に活躍中!



「うちの子英語嫌にならないかな? しっかり続けられるかな?」  
そんなあなたにぴったりの  
キャンペーンを  
用意しました♪

当スクール代表  
Taishi

INFO

(税込価格)

- 【菖蒲池教室】  
□ 幼稚園、小学生クラス9,350円、  
入会金11,000円、  
教材費11,000円~/年間  
※マンツーマン、オンラインレッスン、中学生クラス、  
高校&大人クラス、毎週木曜でも通学可能なフ  
リースクールデイ、65歳以上クラスもあり  
【平群教室】(くまがらクラブ内)  
□ 幼稚園年中年長、小学生1,2年クラス  
6,930円、教材費11,000円/年間  
※平群教室について詳細はくまがらクラブまで

### 菖蒲池教室、 春の体験入学 キャンペーン! ~3/31まで

こども  
特典

- 入会前に気軽にお試し!「こども  
見た」で体験レッスン申込み先着10  
名様以下の特典プレゼント  
◆体験レッスン500円が無料  
◆体験入学2ヶ月間、4,980円のみ  
で受講可能  
◆さらにはご入会者に初年度教材&  
通学用特製トートバッグプレゼント

☎070-5348-1193

【菖蒲池教室】奈良市あやめ池南1丁目3-13サンレディアンズOkuda301  
【平群教室】生駒郡平群町福貴72  
☎月~金 10:00~21:00

アイリス英会話クラブ

検索

奈良市・生駒市

英語

1歳~

ポイントクリアイングリッシュスクール

## PointClear English School



英語は幼児期に始めるのが理想!



「英語を学ばせたい」その思い  
に答えてくれるスクール。英語  
に楽しく触れながら、「聞く」  
「話す」はもちろん、「読む」「ス  
ペル」も無理なく学べる充実の  
英語レッスンを提供。幼児から  
本校で学ぶ子どもは小学生で  
英検準1級合格をはじめ、コン  
テストで優秀賞などの実績  
あり。英検準会場、英検協会か  
ら奨励賞を5年連続受賞。体験  
レッスンで魅力ある外国人講  
師に会いに行こう!

INFO

(税込価格)

- 入会金 12,960円  
□ 未就園児コース 50分 9,020円  
□ 小学生以上コースグループレッスン 55分 9,350円  
※学童保育へのお迎えを希望される方、ご相談ください  
さらに学びたい方へ。  
□ 小学生トータルスキルズ  
(英会話60分+文法30分グループ、年間44回)  
14,025円/月

### 3月までの 入会の方 新入会 キャンペーン 実施中

12,960円の  
入会金が無料。  
さらに体験後即決で  
3月授業料半額。

☎080-5712-9677

【生駒真弓校】生駒市真弓南1-7-14  
【富雄校】奈良市富雄北1-5-7  
【善院教室】詳しくはお問合せ下さい  
☎ 10:00~21:00



ポイントクリアイングリッシュスクール 検索



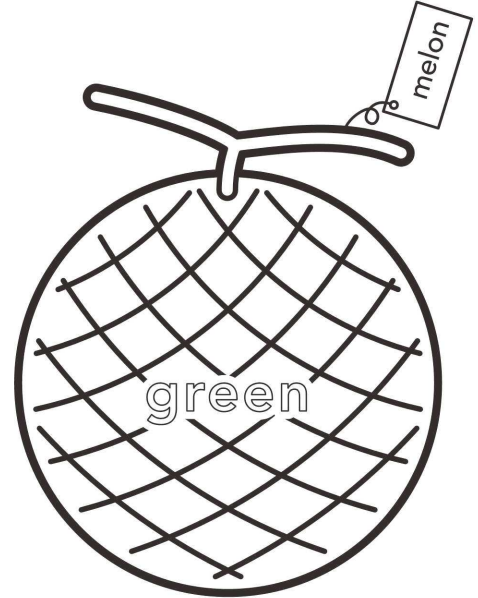
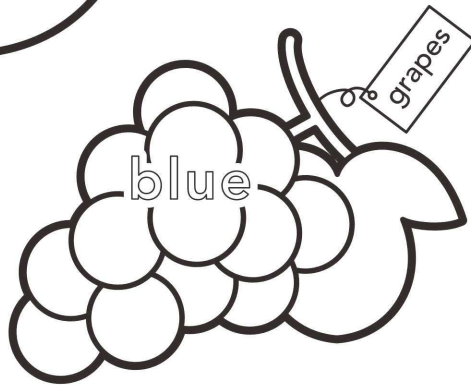
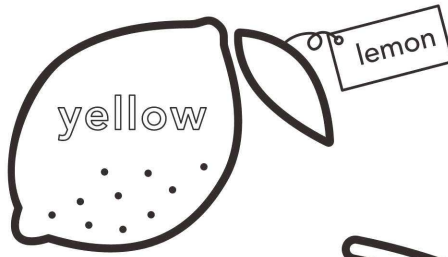
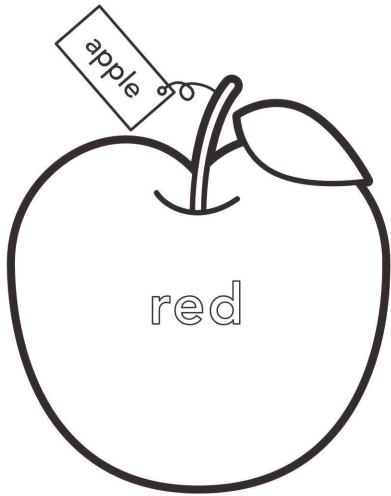
coloring page

えいごでぬりえ



くだものにいろをぬろう。

みんなが大好きな果物！親子で果物の名前を英語で言いながら、それぞれの色を塗ってみよう！



# 英語に夢中!



## 募集!

JR郡山駅前校

橿原本校



2歳児コース  
16:00~(40分)

小学生コース  
19:30~

**New**  
3~6歳児コース  
10:00~(40分)

※体験の時間はお電話でご相談ください。

歌、ゲーム、絵本、ワークと盛りだくさんの40分間。遊び感覚で慣れていくので、自然と英語が身につく楽しいレッスン。

まずは無料体験に行ってみよう!

無料体験  
2回受付中



新型コロナウイルス  
感染症対策を  
徹底しています!

## 2歳から始める Kid's English!!

INFO

入会金 8,800円  
月謝 幼児・園児(40分) 7,150円、小学生以上(50分)7,961円~  
レッスン形式 グループレッスン(3~5名)  
年間44回  
※お子様のご年齢・レッスン時間により、複数のコースの中からお選びいただけます。  
※別途要管理費 (すべて税込価格)

ことま  
特典

入会金半額  
図書カード2,000円分プレゼント

韓国語も生徒募集中!

4月からは、日本人講師が文法のレッスンも開始します!

楽しくはじめる英会話



hoooop 英会話 検索

【佐保台校】  
☎0742-71-0550

※(英) ※(水)は水曜のみレッスン  
奈良市佐保台2丁目902-377  
JR大和路線「平城山」駅徒歩10分  
☎10:00~20:00 有

【JR郡山駅前校】  
☎0743-54-2786

※(英) ※(中)  
大和郡山市高田町2-1  
グランドメゾン大和郡山204  
JR大和路線「郡山」駅徒歩1分  
☎10:00~21:00 有

【橿原本校】  
☎0744-20-0120

※(英) ※(中)  
橿原市栄和町103-7  
近鉄橿原線「政傍御陵前」駅徒歩5分  
☎10:00~21:00 有

【耳成教室】  
☎0744-20-0120

(受付:橿原本校、希望教室をお伝えください)  
※体験日ご相談下さい  
橿原市山之坊脇367番地1  
近鉄大阪線「耳成駅」徒歩8分  
☎10:00~21:00 有



／ 始めたいけど… /

# 「投資」初心者ママの 素朴なギモン

教育資金や老後など将来的なことを考えると子育て層こそ、新NISA制度などを利用して「投資」を始めることをおすすめします。まずは、きつかけ作りとしてセミナーなどに参加してみたいいかがでしょうか？

ファイナンシャル  
プランナー



資産運用という言葉だけで、難しく考えて始められないママも多いはず。  
ファイナンシャルプランナーの岡田先生に  
「投資」についてお伺いしました。

Q.1

銀行に預けているだけでは  
ダメですか？

今の時代、お金を銀行に預けていることがリスクなく安心と思いませんか？10万円は10年たっても10万円！物価はどんどん上昇しているのでお金の価値が下がっていきます。一方、「投資」は預貯金よりも利益を得られる可能性が高いため、長期的な備えのために活用することに向いています。

Q.2

お金にあまり余裕が  
ありませんが、  
いくらから始められますか？

生活のやりくりや子どもの習い事など、子育て家族は大変ですね。積立投資なら、少額から始められます！実は月々1,000円からでも可能なんです。手軽に始められるのが子育て家族にはありがたいですね。



Q.3

投資と聞くと  
ハードルが高いです。  
初心者でも大丈夫ですか？

決して難しくはありません。でも投資の仕組みややり方を知らないと、どうすればいいかわからず諦めてしまいますよね。まずは、「知ること」から始めてみてください。正しい知識を身につけることで、投資のリスクを抑えることができます。



「お金」を銀行に預けているだけの  
時代はもう終わり！

## そろそろ「NISA」 始めませんか？セミナー

参加  
無料

子育てや老後資金など、お金の悩みはつきもの！

今の世の中預けているだけではお金は増えません。2024年から始まる新NISA制度。

この機会にママも始めませんか？まずは基礎から勉強しましょう。

※具体的な商品の紹介や勧誘はございません。仕組みや方法を学べます！



日時  
場所

2024年 1月17日(水)・27日(土)・2月7日(水)

10:30~12:30(受付10:00~)

KCSセンター奈良(新大宮店)

奈良市法華寺町301-1 辰巳マンション101  
TEL:0742-93-8979

各日  
5名様

同時  
開催

講師

おかだ ひろのり 2級FP技能士(国家資格)  
トータル・ライフ・コンサルタント(生命保険協会認定)

教育費相談や社会保障制度等、お金に関する専門家。  
「無料で愚痴聞きます」という活動を8年間継続。TVや新聞にも取り上げられる。4児の父親。

## ＼気になる／ 子どもの姿勢のお話会

姿勢が悪いと目や健康など様々な影響がててきます。

姿勢が悪くなるメカニズムや気をつけるポイントなど分かりやすく解説。  
ちょっとした工夫でよくなるかも!?

個別姿勢  
調整付き

個別に子どもの姿勢を  
診させていただきます！



姿勢調整師  
崎山 卓馬先生  
日本姿勢科学学会  
技術セミナー修了  
KCS姿勢セラピスト

お申込み

二次元コードを読み取りメールまたは電話にてご応募下さい。  
お子様の参加の場合は、メールに記載してください。

☎080-6140-9470



# つながる、変わる、 新時代の暮らし

アイデア一つで、暮らしはもっと快適に変わります。  
“つながる”をキーワードにした、新時代のライフスタイルを体感しに行きませんか？

モビリティと暮らしがつながる！



V2Hで新しい  
電気のある暮らし

日産プリンス奈良販売株式会社

◀P.21

ワクワクの暮らしをデザイン！



間取りが  
家族をつなげる家

金山工務店

◀P.22



## アレルギーや 喘息の悩みに 自然素材の家

Natural House

アレルギー症状の人は年々増加しています。だからこそ、住環境が及ぼす健康への影響は無視できません。そこで注目されるのが自然素材の家。漆喰・木は調湿効果が高く、カビやダニの繁殖を抑制しますし、シックハウス症候群の原因ともなるホルムアルデヒドなどの化学物質も含まれません。毎日肌に触れるからこそ、住宅は人のカラダに優しくあるべきです。自然素材の魅力、ぜひご体感ください！



一級建築士 中川善博

お客様からの声

- 木の香りでリラックス♪
- 素足で歩いても冷たくない
- 冷暖房を使う機会が減った
- アレルギー症状が良くなった
- 住んでみると心地よく安心！
- 自然素材なのに驚きの価格

高品質 × 安価の自然素材  
中川工務店

吉野郡大淀検堀本1010-107

☎0120-122-569

HPで  
施工事例  
公開中！



⚡ V2Hで ⚡

# 新しい電気のある暮らし

夜間に電気自動車に貯めた電力を昼の間に家で使う、そんな時代がこれから来るかも。停電時も、車に貯めた電力が使って安心。そんな新しい電気の使い方を紹介します。



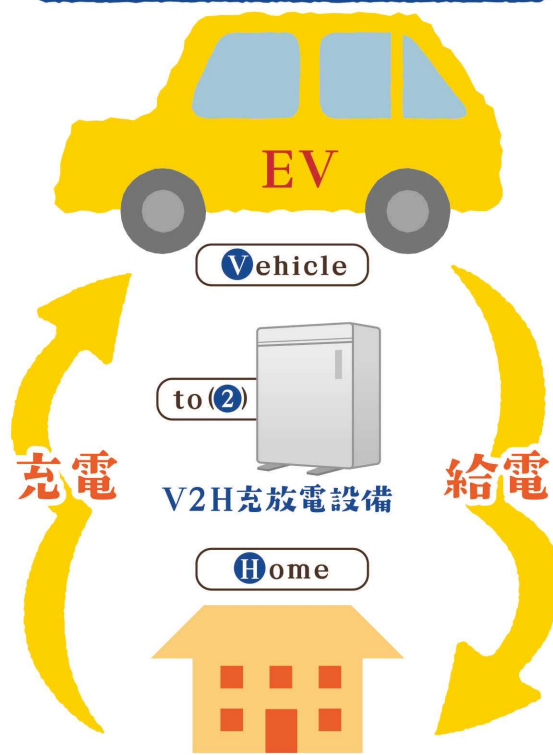

### 夜間電力を車に貯めて節約

夜間電力プランで料金が安い時間に車へ蓄電。昼間は車に貯めた電力を使って無理なく電気代を節約♪



- 日産の電気自動車
- ARIYA -アリア-
  - LEAF -リーフ-
  - SAKURA -サクラ-

V2Hとは…? 電気自動車に蓄えられた電力を、家で有効活用する考えのこと。




### 車に貯めた電力で停電時も安心

もしもの時は車に貯めた電気が使えます! 真夏の停電時もエアコンが使えて、熱中症の心配も軽減。



令和5年度は、V2H充放電設備の購入者に最大115万円の補助金が交付されました。来年度の補助金を狙う方は計画的に!!

県内初のV2H体験館!

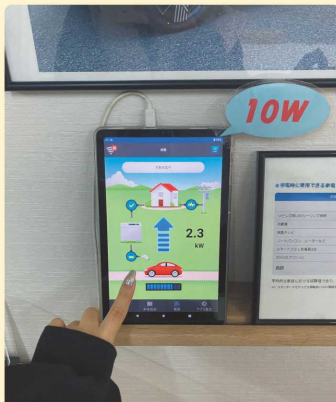
## エネクルハウス奈良がOPEN!

車から住宅へ最大6日間※給電が可能。自然災害の停電時に役立つ!



※車種、グレードにより異なります。

電力を貯めたEV(電気自動車)から、住宅への電気供給を体感できる「エネクルハウス奈良」。実際に読者親子が体験してきました!



家電の電気使用量がタブレット端末で確認できる! 現在2.3kw給電中!



エアコンの電気使用量は約750w



テレビの電気使用量は約170w

普段は見ることが無い電気使用量の数値を、タブレットで見ることができて面白かったです。子どもも、テレビに電気が流れている様子を見て、「スイッチをつけたままにならないように気を付ける」と言ってくれました。節電や電気の流れについて興味を持ってくれるきっかけにもなり、行ってよかったです。



読者(ママ)が行ってきました!

**エネクルハウス奈良**  
日産プリンス奈良販売株式会社  
三条大路店敷地内(奈良市四条大路2丁目841-1)  
☎0742-62-5151(日産プリンス奈良販売支援部)

体験要事前予約



## 日産プリンス奈良販売株式会社

本社 / 奈良市南京終町2丁目 290-1 ☎0742-62-5151  
三条大路店 / 奈良市四条大路2丁目 841-1 ☎0742-35-5523

家族のハレの日の綺麗は日産プリンス奈良販売にお任せください。



Myidealhouse

私たちの理想の住まいってこういうこと！

# 間取りが家族をつなげる家



私たちが  
行ってきました！



ことまサポート隊  
黒木ファミリー

ママの  
お気に入り

## LDK

キッチンからリビングにいる家族の様子が見えて安心！リビングには自慢の薪ストーブも。



## 収納

家族の成長やライフステージに合わせて高さを変えられる可動式の棚を採用。収納には困りません。



本棚をスライド  
すると、奥に  
フリースペースが！



## フリースペース

収納だけでなくシアタールームとして使うなど夢が膨らみます。



## ウッドデッキ

洗濯物干しだけでなく、子どもの遊び場としてなど、使い方は無限大！



Thank you



奈良市中山町に新しいモデルハウスをオープンした金山工務店。モデルハウスにことまサポート隊の黒木さん一家が訪れました。

パパ：大きな煙突がインパクトありますね！中も素敵な空間で、隠し部屋のスペースがあつて、ワクワクします！

金山：ありがとうございます。"ワクワクする暮らしを手に入れよう。"をコンセプトに、自然素材やオリジナル家具を取り入れた家を作っています。

ママ："ワクワク"っていいですね！床が無垢材のおうちに初めて入りましたが、スリッパなしでも足元がひんやりしくて感動しました。和室やリビングはくつろぎやすい空間で、とても暮らしやすそうです。また隠れたフリースペースには子どもも大はしゃぎです。

金山：この家は気密性や空気循環がしっかりしていて、リビングの暖炉だけでどの部屋も暖かいです。また、家事をする時間もワクワクしてもらいたいと、家事効率を考えた間取りとなっています。どこにいても、みんながつながって住める家。それが、私たちの理想の住まいです。

ママ：LDKの大きな窓から陽が差し込んで、明るいのもいいですね。こんな素敵な家に住んでみたいと思いました。

さらに、まさにワクワクする家ですね！外から見た印象より、部屋数も多く感じられました。

金山：小さなスペースも有効に使いたくて、あえて廊下を無くしました。狭く感じられましたが？

ママ：いいえ、逆にどの空間も開放感を感じました。

パパ：吹き抜けが素敵で、それも広く感じるポイントかと思いました。吹き抜けやリビング階段って空調の効きが悪いイメージでしたが、全然そんなことはないですね。

レンタルスペースとしてもご利用いただけます。詳しくはお問合せください。



新築・増改築・設計施工  
金山工務店

☎0742-31-1703

奈良市東登美ヶ丘2-7-1-8  
(モデルハウスは中山八幡神社前)







## おうち型の貯金箱

### 〈材 料〉

- ・牛乳パック(1L)1本
- ・定規
- ・マジック
- ・カッター
- ・はさみ
- ・セロテープ
- ・ホッチキス
- ・ボンド
- ・飾り(フェルト、ワッペンなど)
- ・紐



# 牛乳パックで冬の工作

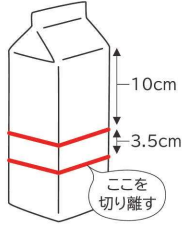
※切る作業はママがやってね!

協力:ことままサポート隊

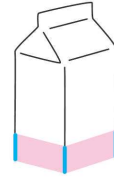
### 〈作り方〉



① 牛乳パックの上から10cmと13.5cmの四面に、マジックで線を引く(イラスト赤線部分)。カッターで13.5cmの部分切り離す。



② イラストの青線部分にはさみで切り込みを入れ、ピンク部分を内側に折り込みテープでとめる。口はホッチキスで綴じて屋根にする。



③ 切り離れた牛乳パックの底部分で引き出しを作る。一边を残し、上から1cmほど低くカット。



④ ②・③にボンドでフェルトを貼り付ける。(引き出しは底部分には貼らない)



⑤ ボンドが乾いたら、コイン投入口をカッターで大きめに切る。



⑥ ②に引き出しを入れる穴を作る。底から5~6cmの所までを、一面だけカッターでくりぬく。



⑦ 引き出しに穴を開けて紐を通し、ワッペンなどで飾って完成!



## 鬼のツノカチューシャ

### 〈材 料〉

- ・牛乳パック(1L)1本
- ・ソフトゴム
- ・色画用紙
- ・マジック
- ・毛糸適量
- ・輪ゴム
- ・ボンド

### 〈作り方〉



① 牛乳パックを頭に合う大きさに切り、穴をあけてソフトゴムを通す。色画用紙は丸切り、マジックでツノ模様を描く。



② ガムテープなどに毛糸を巻きつけ、輪ゴムで縛る。丸く切った色画用紙を縦半分に切り、円錐状のツノを作る(各2つ)。



③ ①の牛乳パック台紙に、毛糸とツノをボンドで貼り付けたら完成!

完成! ☆

Gakken

学研・城戸真亜子アートスクール

アートで育てる、  
自分を表現する力。

スクールHP



やってみたいを形にするカリキュラムで、お子様の可能性を広げます。  
4歳からの少人数制アートスクール。

「ことままを見た」で  
各教室体験者先着4名様へ 画材プレゼント!

体験随時  
受付中!



JEUGIA  
高の原教室  
問合せ 0774-71-9287  
授業日 第1・3(日)  
10:45~12:15

カルチャータウン  
イオンモール大和郡山教室  
問合せ 080-3578-9930  
授業日 第2・4(土)  
10:30~12:00, 13:30~15:00

富雄駅前  
弘徳文化教室  
問合せ 0120-844-904  
(平日9:00-17:00)  
授業日 第2・4(火) 16:30~18:00

SUPPORT

# HEALTH NAVIGATION

家族の健康を守るのも、

ママの大切な役目。

病院選び、病気の予防、健康管理…

頑張るママのためのヘルス・ナビ。



いろんな  
お悩み、お気軽に  
ご相談ください

## こどもとママに やさしいクリニック



風邪や吐き下しなどの日常的な病気はもちろん、ぜんそく、アレルギー、アトピーも診察します。お子さまの様子がいつもと違うときは、まずは当クリニックへ。やさしい海の壁紙に統一された院内で、ゆっくり丁寧に診察いたします。

奈良市

### のがみこどもクリニック



☎0742-43-1086 奈良市六条西1丁目12-59

〈4ヶ月・10ヶ月の乳幼児健診〉

持ち物：健康診査受診票、母子手帳

〈予防接種〉

持ち物：予防票綴り、母子手帳

病児との接触を避けた予防接種・乳幼児健診の時間を設けています。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 8:30~11:30	○	○	—	○	○	○
午後診 14:00~15:00	予防接種 (予約制)	乳児健診 (予約制)	—	予防接種 (予約制)	乳児健診 (予約制)	—
午後診 15:00~17:00	○	○	—	○	○	—

※祝日は休診 ※予防接種は診療時間内も随時受付しております。



のがみこどもクリニック

## お子様の

# 低身長

早めのご相談を!

身長は個人差が大きいもの。ただ、中には成長ホルモンの分泌不全などが原因の、治療できる低身長の可能性もあります。「うちの子、小さいかも…」と思ったら、目安表でチェックしてみましょう。気になることがあれば、早めの受診をオススメします。



### 低身長の目安 (cm)

	年齢	標準身長	低身長(-2SD)
男の子	3歳	93.3	86.4
	3歳半	96.9	89.5
	4歳	100.2	92.5
	4歳半	103.5	95.3
	5歳	106.7	98.1
	5歳半	110.0	100.9
	6歳	113.3	103.8
	6歳半	116.7	106.8
	7歳	119.6	109.5
	7歳半	122.5	112.2
女の子	3歳	92.2	85.5
	3歳半	95.9	88.8
	4歳	99.5	91.9
	4歳半	102.8	94.8
	5歳	106.2	97.7
	5歳半	109.5	100.6
	6歳	112.7	103.4
	6歳半	115.8	106.1
	7歳	118.8	108.8
	7歳半	121.7	111.4
8歳	124.6	113.9	
8歳半	127.5	116.4	

### 何歳ごろ受診すればいいの？

小学校入学前までがベストです。遅くとも、小学校低学年までには受診してほしいですね。小さなお子様でも、心配があれば一度ご相談にお越しく下さい。成長ホルモン治療を行う場合は、早く治療を始めるほど効果が期待できるといわれています。

### 治療って何をやるの？

検査の結果、成長ホルモンが足りないと診断されれば、家庭で成長ホルモンの注射をします。病院に毎日通わなくても自宅で本人や家族が簡単にできますよ。痛みもなく副作用も少なく安心できる治療です。

### 健康保険は適用されるの？

すべての検査と、ある程度以上身長が低い子ども (-2.0SD) の治療には健康保険が適用されます。健康保険適用分は「子ども医療費助成制度」の対象になり、窓口負担は一部負担金(1医療機関ごとに月額500円)となります。さらに低い子ども (-2.5SD) には国の助成金もあります。

※この制度は各市町村が条例に基づき実施する制度であるため、市町村によって異なる場合があります。具体的な内容については、お住まいの市町村にお問い合わせください。



## 城山台クリニック

☎0745-32-6668 生駒郡三郷町城山台1-4-4

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	—	○	○	○	—
18:00~20:00	○	○	—	—	○	—	—

※祝日は休診



お子様の身長のこと、なんでもご相談ください。丁寧に説明します。まずは早期受診を!

医学博士・MENZAメンバー  
院長 荻田 卓

ホームページから初診受付ができます!



城山台クリニック



子どもの健康はお口の中から

第1回

# 赤ちゃん歯科

歯医者さんは虫歯になってからと思いませんか？  
実は、赤ちゃんの時期から歯医者さんに診てもらったことが  
将来の子どもの自立や健康につながっています。  
「赤ちゃん歯科」に取り組んでいるアップル歯科の三原医院長に  
全6回シリーズでお話をお伺いしました。



「赤ちゃん歯科」って  
なに？

赤ちゃんの時期は、口の機能は身体の発育に強く影響を受けています。特に食事のとり方は、歯並びや口腔内環境に関係があると言われていきます。例えば、母乳やミルクを与えるときの姿勢や口の使い方、離乳食の考え方など全てが子どもの発達に影響していきます。歯が生える前から舌や顎、口を正しく使えているかどうかを確認することで、今後の歯並びに関しても早期対策ができます。

このように、「赤ちゃん歯科」では、ネットや周りの子育て情報に振り回されず、正しい情報や良い習慣を身につけ、生活習慣や全身の発達までトータルで診ること、子どもの健康と発達をサポートしていきます。

赤ちゃんもママも初めてのことだらけで不安がいっぱいのこの時期から寄り添ってくれる歯医者さんは心強い存在ですね。



## 赤ちゃん歯科 についてお聞きしました!

### 01 いつから通ったらいいですか？

妊娠中から3歳まで通って頂けます。特に出産から1歳になるまでの1年間が肝心です。歯並びや口腔機能の土台作りは、生まれる前から始まっています。

### 02 どのようなことを診てくれますか？

虫歯治療や歯並びのことだけでなく、夜泣きなどの子育ての悩みも含めて、全身の発達についてもサポートしていきます。

- 赤ちゃんの抱き方
- 食べ方や飲みこみ方について
- 赤ちゃんの寝かせ方
- 離乳食の考え方
- 赤ちゃんの授乳のポイント
- 全身の運動発達 など

### 03 費用はかかりますか？

口腔機能発達不全症という病名があり、保険内で受診することができます。まずは、歯医者さんに受診をおすすめします。

### 口腔機能発達不全症 チェックリスト

- ✓ 自然と口が「ポカン」と開いている
- ✓ 食べる時や話す時に口から舌が出る
- ✓ よだれが気になる、量が多い
- ✓ 口元から食べ物をよくこぼす
- ✓ 口呼吸をしている
- ✓ いびきをしている
- ✓ 滑舌が良くない（発音が良くない）

もしかして?と思ったら、チェックしてみよう



### Message

子どもの健やかな発育のためには、「お口の環境」がとても重要です。赤ちゃんの時期から明るく健康に生きる土台作りをしていきましょう。



院長 三原 広史

まずはお気軽な気持ちでお越しください



APPLE DENTAL CLINIC

## 学園前アップル歯科おとなこども矯正歯科

0742-51-0004

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	○	/	○	○	○	○	/	/
15:00~19:00	○	/	○	○	○	/	/	/

※休診日：火曜・日曜・祝日（土曜日は午前診療のみ）  
※受付は30分前までとなります。

保育士 在籍 / 管理栄養士



ネット予約はコチラから



近鉄「学園前」徒歩1分



HP

# くにしがクリニックは、 ファミリークリニックです。

**+** ことままクリニック

安心してお越しください。  
こんなことで受診して  
いいの？と思われたら、  
メールやラインで  
ご相談ください。

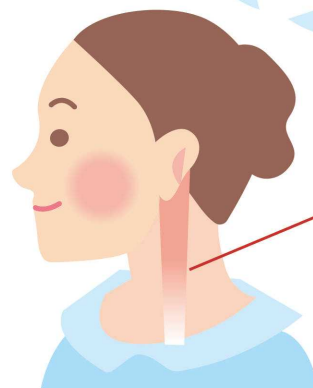


きょうさにゅうとつきん

## 胸鎖乳突筋ってご存じですか？

耳の後ろから鎖骨に向かって斜めに伸びている筋肉が胸鎖乳突筋です。ここがなぜ注目されているかというと、ある女優さんが鍛えているとおっしゃったからだそうです。首筋がきれいに見えるということでしょうか。胸鎖乳突筋をつかんでみると、痛いと感じられる方や何も感じないかたもおられるでしょう。ここをどのように鍛えられているのでしょうか？プロレスラーのバックドロップしか思いつきません。もし私の想像のような鍛え方だとしたら、首を痛める原因にもなりかねません。鍛えるかどうかは別にして、首がすっきり見えるかどうかということなら、猫背やでスマホとにらめっこしている姿は、きれいとは言えませんね。

胸鎖乳突筋  
を鍛える？



胸鎖乳突筋

## あなたやご家族の足のカタチを観察 されたことは、ありますか？

年齢を重ねると、足裏の角質がかたくなったり、外反母趾や内反小趾、巻き爪になっていたりしていませんか？特に高齢になると、足の指の爪切りがむずかしくなります。切りすぎたことで炎症の原因になる方が多くおられます。また立ち方や歩き方が本来以外のところに力が入り、腰痛などの原因になっています。「そういえば、足の親指が痛い」…と思われたらご相談ください。



爪切りが  
むずかしい…



<https://epark.jp/> ◀このサイトから予約ができるようになりました。



形成外科 / 整形外科 / 美容外科

KUNISHIGE CLINIC

くにしがクリニック

<http://www.kunisige.com>

Tel.0742-49-6766

〒631-0842 奈良市菅原町東2丁目29-13



診察代金もキャッシュレス！  
ペイペイでのお支払いが可能です。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	●	●	/	●	●	●	/	/
14:30~16:00	▲	▲	/	▲	▲	※	/	/
17:00~19:00	●	●	/	●	●	/	/	/

※土曜日の午後は 14:00~16:00 ▲リハビリ・手術



ラインで1対1のお問い合わせを  
スタートしました！

こんな時はどうすればいいですか？気づいた時にラインしてください。なお、緊急のご対応はできかねます。ご了承ください。



# 正しく知ろう！ 食品添加物



## 食品添加物とは

食品添加物は、食品の味や独特の食感を良くする、食品を長持ちさせるためなどに使われる、保存料、甘味料、着色料、香料などのこと。日本には1,500種類以上あり、私たちの食生活を便利で豊かにしています。

## 食品添加物の役割



1. 安全性を保つ
2. 味や香りを高める
3. 食感や風味を生み出す
4. 栄養を満たす・高める

## 食品表示ラベルを見てみよう！

食品表示ラベルの原材料で添加物の有無を確認できます。「/」の後に記載されているのが添加物です。



クッキー (プレーン)	
名称	焼き菓子
原材料名	小麦粉(国内製造)、バター、砂糖、卵、食塩、ベーキングパウダー(一部に小麦・乳成分・卵を含む)
内容量	1枚
賞味期限	202X年XX月XX日
保存方法	高温、直射日光を避けて保存してください。
製造者	(株)洋菓子店A 奈良県〇〇市〇〇〇 XX-XX
栄養成分表示	
エネルギー XXXkcal、たんぱく質 X.Xg、脂質 X.Xg、炭水化物 XX.Xg、食塩相当量 X.Xg	
この表示値は、目安です。	

## メリット・デメリット



### 【メリット】

#### 食を豊かにする

食品添加物は、おいしさを演出するために重要な役割を果たしています。また、食中毒を予防し安全性を高めるためにも欠かせません。

### 【デメリット】

量や組み合わせによっては、危険性がある。大量に摂取すると、体に害が出る危険性があります。組み合わせによる影響は未知数です。

子どもの身体は小さい為、大人と比べて気を付けてあげる必要があります。毎日口にするものから、どの食品にどれだけ添加物が入っているか確認しておく目安です。避けては通れない添加物だからこそ、無理のない範囲で自分のルールを決めて上手に付き合っていきましょう。

監修:管理栄養士 森川恵美さん(Instagram: onigiri\_no\_morikawa)

## 毎日おいしく飲めちゃう青汁

栄養と一緒に安心感やほっとする気持ちもお届け。子どもが野菜を食べなくて悩んでいる、という方に是非お試しください。

青野菜独特の臭いが控えめ

葉酸や鉄分の補完にも

添加物カフェインゼロ

離乳食と同等の基準

料理やお菓子作りにも



離乳食にもおすすめ  
の青汁  
『もぐっとaojiru』(60g)  
¥2,160(税込)



ご購入時、備考欄に「ことまを見た」と記入で

『そのまんまleaf』  
(お茶のように飲める青汁)  
3包プレゼント!!



## COTOMAMA BABYに掲載しませんか？

妊婦さん、0~2歳の子を持つご家庭に向けた情報を大募集！教室・グッズ・イベントなどを掲載しませんか？読者モデル(ことまサポート隊)によるモニターモデルも依頼できます♪お気軽にお問合せください。

問い合わせ先 ことま編集室  
mail : info@co-to-mama.com  
TEL : 0742-23-0163

## サポート隊が飲んでみた

### 飲んでみた感想

ゆっちゃん・ママ(2歳10か月)  
食わず嫌が多い娘ですが、大好きな牛乳に混ぜたらおいしそうに飲み干してくれました。ほんのり甘みがあって粉っぽさもなくてとても飲みやすかったです。手軽に栄養補給ができるので飲み続けたいと思います。



## 身体にやさしいオーガニックアイテム

有機国産・無農薬・オーガニックの食品・日用品・コスメなど、選りすぐりの商品を集めたセレクトショップ。大人から子どもまで、安心して使える商品をセレクト。

『Orgente RICE PUFF』3種×2セット  
¥750(税込)

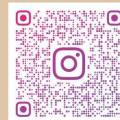
国産のお米と有機野菜で作った砂糖や塩の入っていないシンプルなスナック菓子。

『イブレ2WAYバッグ』  
¥4,800(税込)

マザーズバッグとしても大活躍★キルティング生地のもりあるやさしい風合いが人気。



奈良県出身。4歳の双子ママが運営中。



ことま限定  
500円OFF

クーポンコード: EU4YD97C  
3000円以上ご購入で利用可能。  
※数に限りがあります。

わが子に求めること…それは？

先が見えない不安な世の中。子どもたちに求めることは、「自分で考え」「自分で選び」「自分で行動し」そして「幸せになること」ではないでしょうか。自分の能力を最大限に生かし、行動出来るようになる。未来の可能性を大きく広げるのがモンテッソーリ教育です。

モンテッソーリ教育を受けた人たち

Appleのステイブ・ジョブズやオバマ大統領、アンネ・フランク、日本では藤井聡太棋士が有名です。

幼いころに様々な活動を通して五感を研ぎ澄ませ、脳の働きを活発にし、運動能力を促し、自己肯定感を高めます。様々な分野で自己の能力を最大限に生かすことができ、無名でも活躍されている方がたくさんいます。

私たちは本物にこだわります

美しい自然が広がる奈良公園の近くに、奈良で初となる国際モンテッソーリ協会(AMI)教師に

キリスト教

祈りの場で自分が神様に愛されている大切な存在であることを知ります。  
※お祈りは自由参加。

食

自己肯定感を高める、社会性の発達を促す、文化を継承する、など食の活動を通して様々なことを育みます。

言語

日本人とアメリカ人スタッフによる日常生活でのたくさんの語り掛け、語彙の拡充の教具を使った言語活動を行います。

文化

アートや音楽、伝統芸能や国際理解など多岐に渡る活動を行います。

自然

子どもの家には自然を探索するお庭があります。運動に最適な公園や、浮見堂、奈良公園が徒歩圏内と最高のロケーションです。

モンテッソーリ教育

0から3歳のモンテッソーリ教育のエリア(日常生活、心理感覚運動の発達、言語、芸術、食育、戸外活動)を整えます。

よる0から3歳専門の本格的なモンテッソーリの幼児教室を始めます。私たちは子どもの成長のために最高の「本物」の環境を用意します。



奈良モンテッソーリ子どもの家  
代表 榎本かおり  
国際モンテッソーリ協会(AMI)  
0-3歳教師 3-6歳教師 保育士

代表挨拶

20年以上に渡る塾業で沢山の子どもの達に出会い、「自分で考えて行動できる子」が力強く生きていく姿を見ることができました。モンテッソーリ教育は「喜びながら生き抜く能力」を獲得する教育法です。特に人格形成の最も大切な0〜3歳の時期に、私たちはお子さんの尊い成長のためにしっかりとお伝えします。

奈良モンテッソーリ子どもの家

奈良市高畑町1005-5(福智院北交差点を東へ130m)

2024年春OPEN

2024年1月より説明会開始



詳しくは/



ホームページ

Instagram

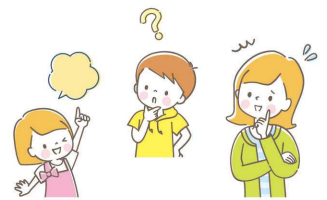
Facebook

まで



Happy Café

子どもが放った、衝撃の一言



「習い事増やすより、勉強のレベルを上げたいねん」と言われ、嬉しい衝撃でした！来年から塾に入れてあげようと思います。  
(りんまま)

「お母さんお父さんのところに生まれてきて嬉しかった」と言われたことがあります。「こちらこそありがとう」って言っています。  
(てーっ)

電車の連結部分を見て、「こまちとはやぶさがチューしてる！」…どこでそんな言葉を覚えたのでしょうか(笑)  
(きのっぴ)

水族館でカクレクマノミを見て、「わあー煮物だ！」。よく聞いたら「ニモ」と言いたかったよう。かわいい間違でした！  
(ラベンダー)

外に出たらくしゃみが止まらなくて、「オレ、太陽エネルギーかも」と。「アレルギー」じゃなくて？  
(まいち)

2人の女の子の友達と結婚するという3歳の息子。「どっちか1人だよ」と言うと、「大丈夫、幸せにできるから」と。安心したような、いやいや安心してはいけないような、複雑な親心でした。  
(ダニエル)

ショッピングモールで、子どもが突然「あの人のズボン、穴開いてほろほろ！」と言ったのでその方向を見ると、ダメージジーンズを履いた女性が。割と大きめの声で言ったので、相手に聞こえていないかすごくヒヤヒヤしました。  
(ばやし)

「お母さんが迷子になったから心配したで」。いや、どこかに行ったのは君だよ…。私は探し回っていただけ！すれ違いとは、まさにコレ！「誘拐されたのでは…」と冷や汗ものでした。  
(りんりんこ)

「サンタさんって勝手に家に入るってことは、泥棒なん？」「煙突なのに、窓の鍵壊して入るん？」。子どもに知識がついてくると、サンタさんをおばあうのに必死になる母です(笑)  
(つきみ)

家族で栗拾いをして、帰宅後に栗ご飯を作りました。「栗ご飯にするんだ〜♪」と、あんなに楽しそうに話していたのに、いざできあがると「いらぬい」。衝撃が過ぎました。  
(ゆかママ)

私がインフルエンザにかかり、子どもとパパは別室で寝てもらうことに。寝る前に「ぎゅーしてあげたいけど、できなくてごめんね」と言うと、「夢の中でぎゅーできるから大丈夫だよ」とほほえみながら言うてくれました。なんだか救われた気がしました。  
(あーちゃんママ)

# PRESENT

ことままwebは  
こちら

応募締切 2月15日(木)  
応募方法 「ことまま web」専用フォームから応募

ことまま



# EVENT

## 1・2月のイベント

授乳室 オムツ替えシート ベビーカーでの入場可 託児

3・4月のイベント掲載をご希望の方

下記アドレスまでイベントの概要をお送りください。  
厳選のうえ、編集室よりご連絡させていただきます。  
メールアドレス: info@co-to-mama.com  
締切/1月26日(金)

## 1 スーパーミラクルイリュージョン 木下大サーカス大阪公演

10組20名様  
有効期限:2024年4月13日(土)

木下大サーカスが伝統の中で磨きあげ、鍛え上げてきた名人芸と、世界一流の海外アーティストたちが競演するダイナミックなスペクタクル・ショー。子どもの感動情操教育の場として最適！わくわくドキドキなひとときを家族で楽しもう！

【開催期間】2024年2月24日(土)～5月27日(月)

～2/18 ☎ 06-6374-0045

2/19～ ☎ 06-6969-0009

(木下大サーカス 大阪公演事務局)



## たかのはら イルミネーション'24

開催中～2月14日(水)

奈良市



高の原駅を降りて、直ぐに楽しめる駅近イルミネーション！今年は、「高の原で始まるみんなのがたり」をテーマにしたメルヘンチックなライトアップが楽しめる。バレンタインまで長く楽しめるのも魅力。

時間/17:00～22:00 場所/サントウプラザずららん館前広場～ふれあい橋～近鉄高の原駅前バスロータリー周辺 料金/無料 問合せ/0742-93-3114(高の原にぎわいづくり実行委員会)

## 2 園児用歯ブラシ8本セット

6名様(A、B 各3名様)

ストックに便利な歯ブラシ8本セット♪ 1本1本個別包装しているので清潔に保管できる。1本ずつに歯ブラシキャップ付き。お気に入りのキャラクターの歯ブラシで楽しく歯磨きしよう！

【対象】3～5才(長さ約140mm)

A. パウパトロール B. すみっこぐらし  
いずれかをお選びください。

☎ 0742-63-2001(スケーター株式会社)



## 橿原市立こども科学館 「ちびっこ科学館タイム」

1月18日(木)

橿原市



0～3歳におすすめ。「ミニ実験教室タイム」とおうちモンテアドバイザーによる「赤ちゃんからの科学館の楽しみ方」のお話を聞こう！科学館デビューにぴったりのイベント。開催時間等の詳細は公式サイトをチェック。※予約不要

時間/9:30～12:00 場所/かしはら万葉ホール地下1階こども科学館 料金/入館料大人520円、3歳以下無料 問合せ/0744-29-1300(かしはら万葉ホール)

## 3 もぐっとaojiru 60g

5名様

国産有機大麦若葉に、子どもが好きなかぼちゃとさつまいもをあわせ、野菜の甘みを引き立つやさしい味の青汁。“手軽に栄養をとりたい”、“子どもが野菜を食べなくて悩んでいる”という方におすすめ。

お問合せはHPまで



## JA共済アンパンマン交通安全 キャラバン(※事前応募制)

2月10日(土)

天理市



©やなせ・F・T・N

「JA共済アンパンマン交通安全キャラバン」が全国を巡回し、歌や踊りを通じて子どもに交通ルールを伝えるイベント。アンパンマンたちと一緒に交通ルールを学び、親子で交通安全について考えてみよう。

時間/1回目11:00、2回目14:00(お住まいのエリアによって開演時間を振り分けさせていただきます。) 場所/天理市市民会館やまのペホール 応募・問い合わせ/最寄りのJAならけん各支店まで 応募締切/2024年1月12日(金) ※参加無料

## 4 Orgente RICE PUFF 1袋

6名様

化学農薬不使用・砂糖や食塩不使用。メインの材料となるお米も化学農薬を使わず大切に育てられた「高知県産のコシヒカリ・鶴こい米」のみを使用。子供もお母さんも笑顔になるシンプルなお菓子。※味は選べません。

お問い合わせはHPまで(HEAL YOU SHOP)



## 2人目・3人目妊活ママだけのお話会

1月18日(木)  
2月8日(木)

奈良市



妊活法の情報交換や子育て中の妊活の悩み等、色々話すことで気持ちを楽にさせよう。SNSとは違い、直接話して直に聞ける。妊活は近い人に話せないデリケートなこと。気になる方は是非お問い合わせを！

時間/各日11:00～12:15・12:30～13:45 場所/ONE UNITED LAB(奈良市三条宮前町7-1 なら100年会館) 料金/450円※飲食代は各自でご負担願います 問合せ/Instagram: @heartcounselingofficeiris

ことままからののお知らせ

## おけいこ教室大募集!

## スタッフ募集

一緒に「ことまま」  
作りませんか？

次号予告

### 春のおけいこ大特集

ことまま3-4月号(2月25日発行予定)では、『春から始めるおけいこ大特集』を企画中！「New open」「体験会の告知」「新クラス募集」など、ことままに掲載しませんか？取材や撮影依頼もウェルカム♪ お気軽にお問い合わせくださいね。



「ことまま」の記事作成、webの運営、お客様との広告のやり取りなど、いろいろなお仕事があります。スタッフ全員、子育て中です！お仕事も、プライベートも両立しやすい環境です！お気軽にお問い合わせください。



問合せ先

ことまま編集室

Mail : info@co-to-mama.com

Tel : 0742-23-0163 (直通)

# ファンターネ!

おがさん いっしょ

平日も開催

「ファンターネ!」の  
なりまたちをさがそう!  
モデルハウス見学ラリー  
抽選で「ファンターネ!」  
のグッズが当たる!

「ファンターネ!」の  
PHOTOスポット



©NHK

2024  
住まのニューイヤー  
キャンペーン!  
1/4(木)~28日



詳細はコチラ!

家サイト  
住宅展示場ガイド  
e-a-site.com

「ファンターネ!」の  
なりまたちと  
わくわくクイズラリー  
※1/4、5含む

土日祝開催

「ファンターネ!」の  
2024オリジナル  
ポストカード  
プレゼント

## Event Information

1/6(土) 先着80組様

新春  
縁日&抽選会  
10:00~17:00

射的  
吊らん  
カプセルゲーム  
サンヨーゲーム  
スクリーンボール  
カチンカチン  
スーパーボールすくわ

いろんなおもちゃが当たる抽選会も!

※小学生以下のお子様対象 ※モデルハウス1棟以上見学の方限定。

1/7(日) 各種先着50組様

LaQブロック  
縁日 10:00~17:00

LaQブロック  
LaQブロック  
LaQブロック  
LaQブロック  
LaQブロック  
LaQブロック

※小学生以下のお子様対象 ※モデルハウス1棟以上見学の方限定。

## ひろがるスカイ! プリキュア ショー

1/8(月)祝

① 11:00~  
② 14:00~

観覧無料



※各回開始1時間前よりセンターハウスにて各回先着80組様に整理券を配布します。

©ABC-A・東映アニメーション

## ウルトラマンブレーザー ショー

1/13(土) 11:00~

観覧無料

午前1回のみステージです。

※開始1時間前よりセンターハウスにて先着80組様に整理券を配布します。



©円谷プロ ©ウルトラマンブレーザー製作委員会・テレビ東京

## それいけ! アンパンマン ショー

「ドレミひめとリズムであそぼう」

1/14(日)

① 11:00~  
② 14:00~

観覧無料



※各回開始1時間前よりセンターハウスにて各回先着60組様に整理券を配布します。

©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV



## 1/13(土) ドクターイエロー ロードトレイン

ドクターイエローに乗って場内を走ろう!

家 e-a-site.com 住宅展示場ガイド  
家サイト 奈良 検索

一部イベントを除き、イベントの参加には条件がございます

住まいのアンケートにお答えいただいた方にイベント参加券&プレゼントを差し上げます。

※各種サービスイベントや各種プレゼントは数に限りがございますので、なくなり次第終了させていただきます。※各イベントのご参加は1組様1回とさせていただきます。※プレゼントイベントはフェア期間中1組様1回限りさせていただきます。アンケート記入が参加の条件となります。(一部イベントを除く。)※未成年者だけのご参加はできません。※悪天候などを含む、止むを得ない都合により、急遽イベント内容の変更や中止となる場合がございます。予めご了承ください。

■出展住宅会社 アイ工務店(2棟)/AQURA HOME/一条工務店(2棟)/住友不動産/住友林業の家/セキスイハイム/積水ハウス/積水ハウス[シャウッド]/ダイワハウス/トヨタホーム/日本ハウスホールディングス/パナソニック ホームズ/検査住宅/HEBEL HAUS/ミサワホーム/ヤマダホームズ

国道24号線「柏木町北」交差点西側

初めてのWEB見学予約で  
最大4,000円分のギフト券を  
プレゼント 詳細はコチラから▶▶▶



【無料駐車場完備】 開場時間/10:00~18:00

毎日ハウジング  
奈良住宅展示場

TEL.0742-30-3662 〒630-8031 奈良市柏木町548-1



■主催: 毎日新聞社・毎日放送  
■後援: 奈良県農業協同組合

ことまま読者限定! 引き換え期間 1/4(木)~1/31(水)  
※この引換券を切り取り、必ずご持参ください。

## 親子で来場プレゼント【引換券】

期間中、お子様とご来場のご家族様には、住まいのアンケートにご回答いただくとプレゼントを差し上げます。

先着  
60組様

## セレクション・ザ・グリコ(S)

グリコの人気のお菓子10種類を詰め合わせた豪華お菓子BOX。



※小学生以下のお子様を対象 ※ひと家族様1箱 ※なくなり次第終了 ※image