

ママたちの 表紙討論

ママの公約☆私が首相になったらこれをやる！

まずは子育て支援を！

◆子どもを産み育てるほど、税額控除や様々な手当があるフランス式の制度を導入したい。
◆出産したら、子ども1人に500万円あげます。
◆子ども食堂を国で運営、貧困家庭でも子どもに十分な食事を与えられる仕組みづくりを！
◆不妊治療の助成金拡大。
◆お腹の子にも給付金！

ずばり教育改革です！

◆大学までの学費無償化。教育格差をなくすことが経済格差の根本的な改善につながると思う！
◆教育予算の大幅拡充。公立学校を多様化し自由選択制にする。
◆足並み揃えて学ぶ教育から、個性や長所を活かして好きなことにのめり込める教育に変えたい！
◆義務教育の学習要領を見直し、小学生の宿題を元気いっぱい遊ぶことにする。
◆IT教育の早期実現。
◆集団の中でもしっかりと個々が自分を肯定できる教育を実現したい。

コロナ禍で思うこと

◆諸外国のようにまとまった金額を支給。各自治体に任せてモタモタ支給したのは日本だけやで！
◆マスク配付を止めて、図書券かネットショッピングで使えるギフト券にする。
◆経済を回すために、今年度だけ消費税を5％にする。

今の政権にもの申す

◆無駄が多そうな国の予算を見直す。家計を預かる主婦の実力を見せつけたい！
◆強気の外交。
◆議員の給与を大幅カット。ボランティア精神で国を良くしたいメンバーを募り、国政を動かしたい。
◆政治家に民間企業や学校、福祉施設などで職場体験をさせ、国民の気持ちが分かるようにする。

その他

◆児童手当ならぬ、主婦手当を始めたい。
◆著名人と一緒にゴルフがしたい。もちろんみんなに忖度してもらい、毎回私が勝つ(笑)。
◆東京一極集中からの脱却。社会全体で子どもを守り育てるコミュニティ作り。
◆18才以上の男性全員に陣痛シミュレーターを体験してもらう！

★**次号のテーマは「夫婦円満のヒケツ」。**
★あなたの意見が誌面に載るかも?!表紙討論に投稿しませんか?P10の読者プレゼント応募と併せてWebサイトから受付中。



ママの知りたい情報がみつかる！
リトル・ママ Web
＼Web限定の記事も!／
『 幼稚園の先生に聞きました！ 子どもの食事のお悩みQ&A 』
リトル・ママWeb 検索

editor's Note 思い出つなぐ洋服

隣の家に住む2才の女の子が生まれたばかりの頃。「まだ大きいけど、いつか着られると思って」と、姉から妹へ、我が家の娘2人が着ていた洋服を譲っていました。

そのことをすっかり忘れていたある日。外に出ると、見覚えのある洋服を着たよちよち歩きのかわいい後ろ姿が。娘たちが着ていた洋服です。

わぁ♪と嬉しくなり、これを着てよく公園に行ったっけ、抱っこ！って泣いてたなぁ、子育てに悩んだなぁ…と思い出して、胸が熱くなりました。そして、その子を真ん中に手を繋ぐ、小学生になった娘たち。感慨深いと思っていたら、来年その子に妹ができると朗報が！次は4代目、思い出がまた増えそうです。

リトル・ママ 編集スタッフS



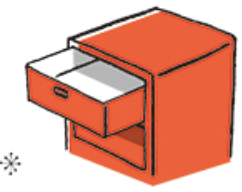
声かけひとつで変わる？

子どもの片づけ力を育てる整理収納術

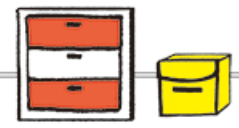


おうちにいる機会が多い今だからこそ、断捨離に励むママは多いのでは？そんなときに、子どもにもお片づけを教えられたらいいですよね。片づけが苦手なママでもできる、子どもを伸ばす整理収納術について、専門家に聞いてきました！

取材・文／門司智子



片づけのポイント



1 一つひとつのものに住所を決めておく

「この人形はこのかごの中」「お気に入りのクレヨンはこの引き出し」というように、一つひとつのものに住所（場所）を決めておくこと。住所さえ決まっていれば、あとは使った後に戻すだけ！



住所の定まらないものはかごやボックスなどにまとめておいてもOK

2 目に見えるのは1軍のみ 2&3軍はしまっておく

よく遊ぶものは1軍、きっとまた遊ぶものは2軍、人に譲るものや第2子に備えるものは3軍として、3つに整理します。部屋の中で目に入るものは1軍のみで、よく見えて使いやすい場所に置きます。



3軍は寝室やクローゼットなど見えない場所へ。1軍＆2軍は定期的に入れ替えを

3 1ジャンル1ボックスで“遊びやすい”収納に

取り出しにくかったり、わかりにくかったりすると、そもそも使わなくなってしまいます。子どもでもひと目でわかるように、一つの場所には1種類のものだけを収めるようにしましょう。



積み木ボックス、ぬいぐるみボックスなど、1ジャンル1ボックスが基本

整理が苦手なママはどうしたらいい？

片づけられない親だと子どもも片づけられない？

料理の仕方を知らないと料理を教えられないのと同じように、自分が片づけられないのに、子どもに教えることはできないですよね。よく「片づけなさい」とは言うけれど、まずは親が上手な片づけ方を知って、お手本を見せてあげること。その後に、子どもと一緒に片づけながら教えてあげることが大切です。

でも小さいうちは、子どもには思いっきり遊んでもらって、片づけるのは親の役目、ぐらいの気持ちでOK。小さいうちから声かけをして、年長や小学生になった頃に自主的に片づけができるようになっていればいいでしょう。

片づけ上手になるにはどうしたらいい？

片づけが苦手な人に多いのが、「ものが多い」「ものの住所が決まっていない」です。「整理」「収納」「片づけ」には、それ

お話を聞いたのは…



整理収納アドバイザー
能登屋英里（のとやえいり）さん

整理収納アドバイザー、住宅スペシャリスト。夫・娘の3人家族。アパレルショップのディスプレイ担当の経歴を活かしたインテリア、整理収納に定評あり。収納・導線を含むリノベーション前からの相談にも応じる
【Instagram】@eiriyyy_interior

声かけのポイント

1 「これ大事？」と子どもの気持ちを尊重しながら整理する

おもちゃは子どもにとって大事なもの。親が勝手に処分するのではなく、「これお気に入り？」「どれが好き？」「これは使ってないから一回ここに置いておこうね」と、子どもと一緒に整理してあげること。一緒にすることで、子どもの整理能力も養われます。

2 「片づけて」じゃなくてやってみせる

ただ「片づけて」と言われても、子どもはどうしたらいいのかわかりません。「絵本は本棚にしまおうね」「積み木はこのかごの中に入れようね」など、具体的に伝えましょう。そのためには、一つひとつのものの場所（住所）を子どもと一緒に決めておくことも大切。

3 片づけの声かけは1日に1回など ゆる〜くでOK

つい片づけさせることに必死になってしまいますが、いつもきれいに片づいてなくて大丈夫。そもそもおもちゃは遊ぶためのものであって、片づけるためのものではありません。例えば、ごはんやお風呂の前後、寝る前など、1日のどこかでお片づけをしてリセットできればいいんです。

知って得する!!

整理収納アドバイザーがこっそり教える収納術33連発
&コロナショックに負けないお金と貯蓄の勉強会

豪華2本立て!!

① 10月28日（水）　② 10月29日（木）

会場 ANAクラウンプラザホテル 福岡（〒812-0011 福岡県福岡市博多区博多駅前3-3-3）

9:30~（受付・託児受付）/ 10:00~12:30（セミナー）/ 12:30~（ランチ）　※季節のパスタ、サラダ、豪華デザートプレート

③ 11月1日（日）

無料の託児付き!!　売込、勧誘一切なし!　目からウロコの「金融ガイド・投資信託解説ブック」を無料でプレゼントします♪

会場 博多バスターミナル9F（〒812-0012 福岡県福岡市博多区博多駅中央街2-1）

9:30~（受付・託児受付）/ 10:00~12:30（セミナー）/ 12:30~（ランチ）　※JR HAKATA CITY 10F「ラ・ボデガ」

セミナー講師
FP 河邉晴彦 先生
元旅行会社の添乗員、各地のセミナーや講演会等で活躍中。全国トップクラスの個別相談件数を誇る、業界歴16年目のベテラン。クライアントは2000名以上にのぼる。



※感染症予防対策を実施しております。ご理解、ご協力の程よろしくお願い致します。
※感染症の拡大により、急遽中止・延期をする場合がございます。※席は感染対策により広めのお部屋をお取りしております。※一度、河邉講師のセミナーにご参加いただいた方、証券・保険・不動産営業の方のご参加はご遠慮下さい。

テレワークの今だからこそ出来る整理整頓&家計改善・資産運用術!







今回は整理収納アドバイザーの高橋美穂さんをお迎えして、暮らしに役立つ収納術を教えていただきます。もちろんコロナショックに負けないお金にまつわる最新の家計改善術もFP独自の視点でお伝えします。資産運用の基本、気になるiDeCoやNISAの活用方法、クレジットカードポイントを効果的に利用して旅行に行ける裏技など、目からウロコな情報が盛り沢山です。セミナー後にはボリューム満点で大満足☆美味しいランチをご用意しております！子育てママには嬉しい無料託児付きです♪お一人様、ご夫婦、ご友人と…どなたでも手ぶらでお気軽にどうぞ♪

●お子様は訓練を受けたシッターが託児ルームでお預かりします♪
※お子様と一緒の受講は出来ません。　※託児は首の据わった3か月以上から小学校のお子様までとさせていただきます。
●ご希望の方にはFPの個別相談を後日、無料で受けられる特典があります♪

参加費 無料
※①②ANAクラウンプラザホテル福岡のみ 駐車場4時間無料

定員 各回15名様限定
※コロナ対策のため、急遽定員を減らしております

申込 右記QR、または「はるFP事務所」HPからお申込みください
応募締切：各回2日前まで

お問合せ・お申込み
092-408-7187

はるFP事務所 検索
https://www.harufp.jp

Haru Financial Planner Office
FP はるFP事務所
受付時間/ 9:00-18:00(土・日・祝日除く)

〒812-0011
福岡県福岡市博多区博多駅前
2丁目10-12 ハイラーク博多駅前411号室

参考にしたい♪

みんなの子ども部屋収納♡



白熊のオブジェが気に入っています。おままごと道具はキッチンの中へ、ぬいぐるみ類は動物柄の布ボックスにまとめれば、すっきりかわいい収納のできあがり♪

東京都・NQさん

スリースプラウツの収納ボックス



こだわりの壁紙はベルギーのヴィンテージ。収納棚は圧迫感が出ないように背板のないタイプに。

リトル・ママ編集部T



リビングの一角の本棚。北欧っぽい雑貨を並べると、一気におしゃれな雰囲気になります。



ベルメゾンで購入！

置き場に困る通信教材は大容量サイズのバスケットが大活躍♪使いやすく、リビングでも浮きません。



イケアで購入！

おもちゃはイケアの収納棚にまとめています。子ども部屋はグリーンの壁がアクセント。

福岡県・Kさん



無印良品で購入！

DIYで作った棚と無印良品で購入したボックスがポイント。ボックスの外側に中身の写真を貼って、子どもが自分で片づけられるようにする予定です！

関西サポーター・藤原円香さん





スウェーデン発のオンラインショップ"Babyshop"で見つけたキッチン&おもちゃがお気に入り。

福岡モニター・中野きすみさん

能登屋さん愛用のアイテムもチェック！

ココはどう片づける？

おもちゃ

かごやボックスにざっくり入れたり、ジッパー付き保存袋でジャンルをわけて収納します。1ジャンル1ボックスを基本に、子どもが使いやすく遊びやすくすること。ざっくり収納するときは、ぎゅうぎゅうではなく、量は少なめに。



無印良品

鉄道レール玩具や人形などかさばるものはかごなどにざっくり収納



困ったときはジッパー付き保存袋！細かいおもちゃはカテゴリー別に

絵本

どんどん増えていく絵本は、1冊1冊が埋もれてしまいがち…。例えば、10冊だけを毎月（毎週）入れ替えてあげるというような図書館方式がおすすめ。季節のものや、今好きな絵本を厳選することで、より絵本を手に取るように！



厳選したものだけを目に見えるところに。他の絵本は棚の中へ収納



ドリルや通信教育の教材などの学習系は絵本とは違う棚や場所に

小物

クレヨンや消しゴムなどの文房具は、ボックスにまとめておくと使いやすい。例えば消しゴムでも使うもの（1軍）と集めるもの（2軍）とでわけておくことがポイント。住所を決められない流動的な小物類はワゴンやかごを用意しておくと便利。



無印良品

セリア

色鉛筆などはボックス収納。小さくなったクレヨンなどはお菓子箱へ



イケア

行き場のないものを入れる場所を。ワゴンならカートとしても遊べる♪



ぞれに意味があります。片づけ上手になるには、この3つを整理しましょう。

●**整理**…必要と不要をわける
●**収納**…必要になったものの場所を決めて収める
●**片づけ**…収納する場所があって、そのもとの場所へ戻す

つまり、ものが多すぎる人は整理ができていない証拠。整理ができていないと、ものの住所も定まらず、イライラしがち…。まずは子どもと一緒に整理することから始めてみて。親が勝手に捨てると、子どもは親頼みになってしまうけど、一緒に整理することで、子ども自身にも判断力が養われますよ。





"ママ"であることに価値がある！ 受講生募集中！

Little mama

ビジネススクール

Little mama Business School

「ママたちの子育て経験をキャリアにしよう！」をテーマに、
多彩なオンラインの講座を開講中です。
卒業後は、ママ目線を活かしたお仕事をしたり、子育てが楽しくなったり、
フリーランスで活動したり…。卒業生も活躍中♪

好きを仕事に！在宅ワークも♪
- ☑ ママライター
- ☑ Web制作
- ☑ ベビーサインアドバイザー育成
- ☑ ママフォトグラファー養成
- ☑ セルフブランディング【YouTube編】

ママもキッズも♪オンラインで習い事
- ☑ ベビーサイン
- ☑ YASUYO先生の離乳食
- ☑ Jeph's fun fun English（おやこ英語）

など



体験会などのスケジュールはHPをcheck

お問い合わせ
リトル・ママ
littlemama_school@l-ma.co.jp
LINEで資料請求やお問い合わせ受付中♪

最短1日で資格取得も！

LINE 友だち追加



年長児対象
附属小受験対策クラス生
年中児対象
年中児クラス生 募集中！
※無料体験できます（福岡教室・香椎教室）

第5回 年中児テスト
10/11(日)（福岡教室・香椎教室）
【対象】年中児
【試験内容】ペーパー試験
受講料2,000円（税別）→「リトル・ママを見た」で1,000円（税別）に！

第4回 附属小合格判定テスト
10/11(日)（福岡教室・香椎教室）
【対象】年長児
【試験内容】ペーパー試験・行動観察・面接
受講料5,000円（税別）→「リトル・ママを見た」で4,000円（税別）に！

年長児対象 4回コース
西南学院小直前対策講座
（福岡教室）
20,500円（税別）※入会金別途
詳しくはお問い合わせください。

若菜会 2020年度合格実績！ 福岡教育大学附属小 77名合格

※受験直前までに受講した生徒のみを合格実績として掲載しています。テスト生は含まれておりません。

学びの楽しさをともに。新しい未来をキミに。
全教研
小学受験・早期才能開発
若菜会
〒810-0042 福岡市中央区赤坂1-15-9（全教研 赤坂ビル 1F）
〒813-0013 福岡市東区香椎駅前1-18-45（香椎マーケットビル 3F）

まずはお気軽にお問い合わせください
フリーダイヤル 0120-883-882
《受付時間》月曜～土曜10:00～13:00、14:00～17:00
※お申し込み・お問い合わせは、必ず上記電話番号までお願いします。
※各テスト会は、座席数に限りがあります。満席の際はお断りする場合がありますので、お早めにお申し込みください。
ホームページからもお申込いただけます。
全教研若菜会 検索

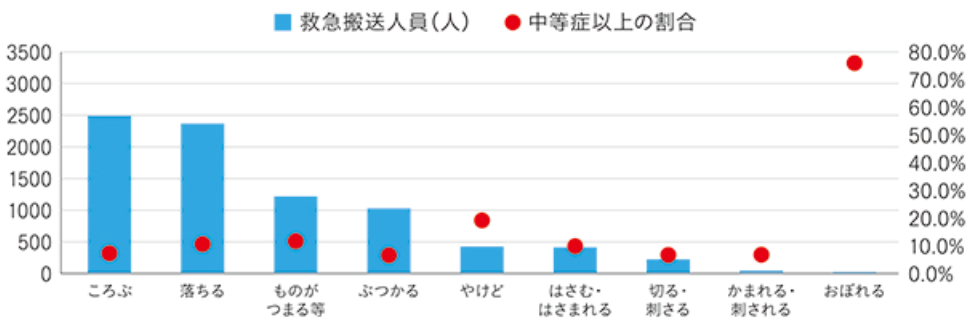
＼危ない！／

家の中で起きるヒヤリ事故

ちょっと目を離したスキに、子どもが思いもよらぬ行動をしてヒヤッとした経験ありませんか？実際に家庭内で起こっている事故を知り、事前に対策しておくと安心です。

取材・文／佐藤理奈

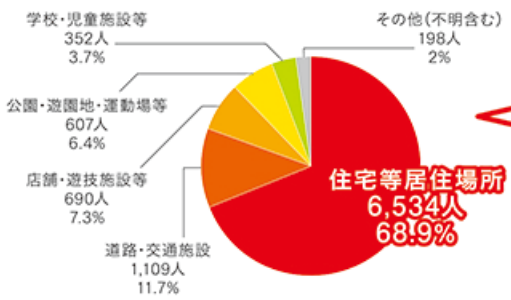
＊事故種別ごとの搬送人員＊



事故種別	ころぶ	落ちる	ものがつまる等	ぶつかる	やけど	はさむ・はさまれる	切る・刺さる	かまれる・刺される	おぼれる
救急搬送人員	2,492人	2,368人	1,218人	1,029人	427人	413人	225人	44人	25人
中等症以上の割合	7.3%	10.6%	11.7%	6.6%	19.2%	9.9%	6.7%	6.8%	76.0%

〈重症度分類〉軽症：入院を要しない　中等症：生命の危険はないが入院を要する　重症：生命の危険の可能性がある

＊発生場所別搬送人員＊



乳幼児の事故の**約7割**が**住居内**で発生！

事故が一番多いのは〝1才児〟

東京消防庁の統計によると、平成26年～平成30年の5年間で東京都に住む約5万人の子ども（5才未満）が救急搬送されています。事故の発生場所は約7割が住宅等の居住場所で、一番多いのが1才児、次いで2才児となっており、時間帯は家事などで忙しくなる18～20時に集中しています。

0～1才児は「落ちる」事故が最も多く、2才児以上になると「ころぶ」、家具などに「ぶつかる」が多発。また熱い飲み物による「やけど」も多いです。重大な事故を未然に防ぐためにも、過去に起きた事例を知りその対策を取っておきましょう。

取材協力：東京消防庁

知っておこう！ よく起こる事故と安全対策

まずはよく起こる事故上位3つを詳しく見てみましょう。

参考資料：「子供の事故防止・応急手当ガイド」

転ぶ

活発に動くようになり行動範囲が広がる3～5才児の事故が目立ちます。カーペットのへりやわずかな段差でも転びやすいので注意しましょう。

事例1 ソファーの上で足を滑らせ転倒し、テレビ台に顔面をぶつけて出血した（4才 中等症）

事例2 歯磨きをしながら歩いていたら、フロアマットにつまずき転倒し、口腔内から出血した（3才 軽症）

対策

家具の角にはコーナーガードを付ける、クッション性の高い床材を敷くなどで対策を。段差のある玄関、電気コードにも注意し、危ない行動はその都度注意しましょう。

＼教えて！読者モニター・ママの対策／



溜島さん
0才男の子のママ

リビングのローテーブルに両面テープで貼り付けるコーナーガードで防御しています。必要な分だけカットできて弾力性があり、防水機能も万全！



落ちる

0才児に最も多いのがベッドからの転落事故で、5年間で135人が救急搬送されています。子ども用のハイチェアや階段にも気をつけて。

事例1 高さ約50センチのベッドでオムツを換えていたが、一瞬目を離したスキにベッドから転落してしまった（7ヵ月 軽症）

事例2 イスから滑り落ち、顔面をイスにぶつけた後、後ろに転倒して頭部に傷を負った（2才 中等症）

対策

ベビーベッド周辺の見直しや、イスに座らせる際は安全ベルトをして目を離さないことが大切。また階段にも注意し、滑り止めや手すり柵などで対策をしておきましょう。

＼教えて！読者モニター・ママの対策／



中野さん
2才男の子、0才女の子のママ

ダイニングテーブルとセットになっているイスに登ると危険なので、食事の時間以外は面倒でも毎回廊下に出しています。



誤飲・モノが詰まる等

5ヵ月を過ぎた頃から、異物を飲み込んでしまう事故が起こりやすく、年齢が上がっても食べ物で窒息することがあります。

事例1 親の薬を子どもが薬包ごとかじっているところを発見した（1才 中等症）

事例2 シンクの上に置いてあった、コップに入った漂白剤を誤飲してしまった（2才 中等症）

対策

何気なく大人が使って置いたままの状態が事故に繋がります。手が届かない高い場所、鍵が掛かる棚などに入れ、日頃から整理整頓を心がけましょう。タバコ、灰皿も要注意！

＼教えて！読者モニター・ママの対策／



深田さん
1才男の子のママ

引き出しや棚をよく開けていたので、触られたくないものを入れた棚にはすべてドアロックストッパーを取り付けています。



もっと知りたい！危険な事故

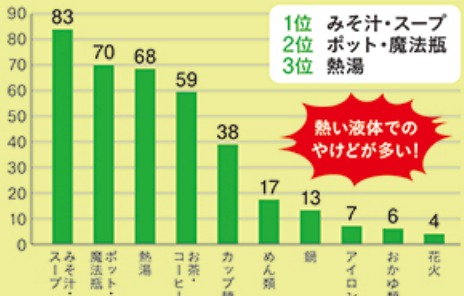
上位3つ以外の事故も詳しくみてみましょう。

やけど

やけどは中等症以上の割合が高くとても危険です。食事中は特に注意を！

事例1 棚に置いていたポットの配線を引っ張って落下させてしまい、体に熱湯が掛かった（6ヵ月 重症）

事例2 コンセントの中にヘアピンを入れてしまい、やけどした（2才 軽症）



※やけどによる事故の原因上位10位（平成30年中）

対策

テーブル、アイロン、調理中、暖房器具、お風呂など注意すべき箇所は多岐に渡ります。ロック機能付きの家電でも簡単に解除することもあるので油断は禁物！

事故が起こった時の対処法

小さな子どもは皮膚が薄く重症化しやすいため、早めの処置が必要です。広範囲の場合はすぐに医療機関を受診しましょう！

・水道水などの清潔な水で冷やす
・衣類を着ている場合は、衣類ごと冷やす
・水泡を破らないようにする

＼教えて！読者モニター・ママの対策／



前田さん
3才男の子、1才女の子のママ

コンセントには100均で購入したコンセントカバーを設置しています。キッチンに入らないよう、ベビーガードも必須！





お風呂

入浴中の事故は5年間で8人（3～5才）と救急搬送人数は少ないものの、87.5%が中等症以上となっているとても怖い事故です。



※浴槽でおぼれた時の状況（平成30年中）

「少しくらい一人にしても大丈夫だろう」
「兄弟がいるから目を離しても大丈夫だろう」
…がキケン!!

事例 子ども2人と入浴中、1人の子どもの体を洗い場で洗っていたところ、浴槽内にいた子どもが水没していた（1才 中等症）

対策

とにかく目を離さないこと！ハイハイの時期でも浴槽を覗き込んで落ちることも。踏み台になるイスや洗面器に気をつけて。浴槽のフタも子どもが乗るとわんで落ちる場合もあります。

ドアの指挟み

部屋の数だけあるドアは、危険な場所として意外に見落としがちです。ドアの開閉時には必ず居場所を確認しましょう。

事例 母親が自宅のドアを閉めた際、蝶番（ちょうつがい）に子どもの指が入っていて切断した（1才 中等症）

対策

ドアの蝶番（ちょうつがい）側に指挟みを防止するグッズ、閉まる速度を調節できるドアクローザーなどの活用を。窓のサッシは滑りがよく、カーテンなどで子どもが見えにくいので注意しましょう。

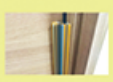
＼教えて！読者モニター・ママの対策／



佐藤さん
0才女の子のママ

気をつけていたにも関わらず、娘の指が挟まって怖い思いをして以来、ネットで買った「ゆびストッパー」が大活躍しています！





ベランダ・窓からの転落

時折ニュースで目にする窓やベランダからの転落事故。大人が予想もしないことが起こるので、今一度周辺の見直しを！

事例 網戸に掴まりながら立っていたところ網戸が破れ、庭先の高さ約20センチ下のアスファルトに転落した（1才 軽症）

対策

窓には子どもの頭の幅以上に開かないサッシ用のロック、周辺に家具を置かないなどの対応を。ベランダはエアコンの室外機や植木鉢の位置、柵の幅や高さなど再度チェックしましょう。

もっと詳しく！ 誤飲・窒息

東京だけでも毎年約1,000人の乳幼児が、窒息や誤飲により救急車で運ばれています。



「スーパーボール」（3才 重症）



「ミニトマト」（3才 重症）

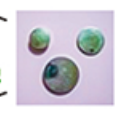


「バナナ」（1才 重症）

事例

ボタン電池が一つなくなっているのを親が発見し、子どもが誤飲していた（1才 中等症）

飲み込むと危険性が高い！ **ボタン電池**



放電能力が高いため、非常に短時間で皮膚や粘膜などが欠損します。

誤飲した際、対処法が異なります！

吐かせるもの	吐かせてはいけないもの
タバコ、台所用洗剤類、化粧品、芳香剤、ナフタリン、医薬品など	トイレ用洗剤、漂白剤、カビ取り剤、マニュキア、除光液、灯油など

※それぞれの中でも処置が異なるものがあります。

注目!! コロナ禍の今！消毒用アルコールに注意

新型コロナウイルス感染予防に使われる消毒用アルコールの中でも、濃度が60%以上（重量%）は蒸発しやすく、引火の危険性があります。また子どもが舐めたり誤飲しないように注意を！

火気の近くで使用しない　**詰め替えの際は換気**　**直射日光を避ける**

子どものケガの症状に困ったら…

小児救急医療電話相談 #8000（全国共通）

各都道府県の窓口に自動転送され、アドバイスを受けられます。※詳しくは厚生労働省のHPを

ツルハドラッグ × Little mama × 6 HTB

みんなでつながる！オンライン親子イベント

スマホで参加！

パソコンで参加！



オンラインフェスタ



2020.10.2(金)-3(土) 10:00-16:00

参加無料

YouTube や Instagram で配信！おうち時間を楽しもう！

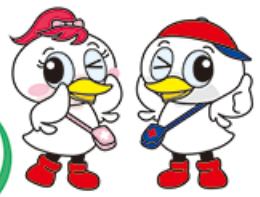
親子で楽しめる キャラクター＆ステージショー



小林よしひさ

10/2(金) Special Guest!

よしお兄さんがやってくるよ！
一緒に歌って踊って盛り上がろう♪





©HTB

豪華商品が当たる！ プレゼント抽選会



ツルハグループ 10万円分 商品券

※イメージ

Wチャンス！

ツルハドラッグ アプリ会員様限定！



ツルハプレゼントBOXが 1,000名様に！

ツルハスタッフのリアル相談会も！

薬剤師・管理栄養士のリアル相談会やビューティスタッフによるコスメレッスンなどツルハドラッグから暮らしのヒントになる情報をお届け！



子育て応援企業やメーカーによるLIVE

美と健康をテーマに子育て応援企業やメーカーが約40社集合！お得で役立つ情報をお届けします。



参加はすべて無料！

詳しくは公式サイトをチェック

オンラインフェスタ

https://festa.l-ma.co.jp/202010/tsuruha/about

主催：株式会社ツルハ／株式会社リトル・ママ　　特別協力：北海道テレビ放送

※イベント内容は変更となる可能性があります。詳しくはサイトをご確認ください。

iLA VIDA en ESPAÑA! スペイン子育てRepo Vol.1

Report of parenting in Spain

今月から不定期でスペイン在住のママに子育て事情をレポートしていただきます！スペイン独自の教育や習慣など、日本との違いも楽しみ♪



Nenaさん
英国留学中に知り合ったスペイン人の彼と結婚、マドリード在住歴20年。9才、7才男の子のママ



日本のような文化祭や体育祭はなく、定期的にドラマ（劇）の発表会などを開催



校内には日本と同じように広い運動場があります！サッカーしてる子率高し！



セマナサンタ（イースター）前の仮装行列。今年はモーツァルト生誕記念の年で、お題は音楽。学年ごとに内容が異なり、長男は楽器、次男は音符がテーマでした



昼休みや放課後にクラブ活動があります。うちの子達は柔道を習っています。クラブ活動に関しては次回レポします

スペインの園・学校事情☆その①

スペインの学校ってこんな感じです

息子達は近所の公立学校に通っています。3～5才がインファンティル（幼稚園）、6～11才がプリマリア（小学校）で、同じ敷地内にあります。スペインでは英語のバイリンガル教育が盛ん。3才は週1コマ、4才は2コマ、5才は3コマと増えていき、小学生では国語（スペイン語）、算数、道徳、宗教以外は全て英語での授業になります。

家族みんなで怯える恐怖の宿題！

英語の授業では文法などを習い、社会、理科では難しい英単語を覚えなくてはいけません。当然、クラスの半分はわかっているのかどうか…。長男は今年小学3年生になりましたが、一気に授業内容も難しくなり宿題も増えました。宿題がない時は教科書などを学校に置いて帰るので、親は何をやっているのかさっぱりわかりません。たまに宿題を持って帰るとなんじゃこりゃー！状態に。そしてなぜか宿題のレベルがとても高く、親も総出で仕上げていかないと提出できないんです！

トリリンガル目指してます！

さて、このバイリンガル教育、中学校に進む時に、英語をもっと突き詰めるのか、他の言語を加えるか（フランス語、ドイツ語）、またはスペイン語だけ、の3コースに分かれます。しかし、スペインの大学受験の登竜門・セレクティビダー（日本でいうセンター試験）は、社会も理科もスペイン語で行われるというオチ（笑）。

スペイン生まれスペイン育ち時々日本の息子達、トリリンガルを目指して勉強していますが、さてどう育っていくのでしょうか？次回はクラブ活動についてレポートします、お楽しみに♪



今月の案内人は

谷口亜優美／ayumi
Instagram（@ayutjin）で人気の絵本講師。京都にて絵本のある子育てを楽しむ絵本講座「さんじのえほん。」を開催。2児のママ。

絵本で子育て



読み聞かせをサボりたい時に!? 短いけれど面白い絵本

絵本の時間が義務になっては本末転倒

絵本の読み聞かせは、決してながら作業ではできません。〝腰を落ち着けて、子どもと一緒に絵本を開き、お母さんの声を通してその世界を楽しむ〟それこそが読み聞かせの醍醐味。だからこそ絵本は、親子にとって最高のコミュニケーションツールとなるのだと思います。

ですが、お母さんにも「今日はちょっと読み聞かせ、しんどいなぁ」なんて日がありますよね。コミュニケーションである読み聞かせが「義務」になってしまっては本末転倒。今回は、そんな時でも気楽に楽しめる絵本を集めてみました。



『ねこ・こども』

佐々木 マキ／作
福音館書店

短いけれどストーリーもある言葉遊びの絵本です。予想外な展開に短いながらも引き込まれます。佐々木マキさんの描く不思議な世界観と巧みな言葉遊びに、つい夢中に。読んだ後には、親子で言葉遊びを楽しんでみてください。

『ロージーのおさんぽ』

パット・ハッチンス／作　わたなべしげお／訳
偕成社

お散歩を楽しむめんどりのロージー。そんなロージーを狙っているキツネ。文字がほとんどない絵本ですが、スリル満点でおかしな物語が自然と絵から流れ出します。読み聞かせなきゃ！なんて肩肘を張らずとも、親子で笑いながら楽しめる一冊です。



『ねこガム』

きむら よしお／作
福音館書店

“クチャ クチャ プー”ふうせんガムを膨らませると、あれれ？出てきたものは…？こんなに短いのにとっても面白い！時間がない時、疲れている時でもこの一冊でお腹いっぱい楽しめちゃいます。こんな絵本なら子ども達の「もう一回！」にも、気軽に応えられそうです。





『かぜビューン』

tupera tupera／作・絵
学研プラス

風がビューンと吹いたらどうなるかな？tupera tuperaさんらしい展開に思わず笑ってしまう仕掛け絵本。繰り返しなので、お母さんが疲れているときでも気楽に楽しめます。仕掛けの部分を子どもにめくらせてあげると、子ども達も大喜び間違いなし！



『月ようびはなにたべる？ ―アメリカのわらべうた』

エリック・カール／絵　もりひさし／訳
偕成社

うた絵本やわらべうた絵本は、短くても親子で楽しめる最適なジャンル。こちらは『はらぺこあおむし』の作者によるアメリカのわらべうた絵本です。美味しそうな食べ物が魅力的。何度も読んでいくうちにいつのまにか口ずさんでしまいます。お布団に寝転がって歌いながら読むのもいいですね♪



モニターママに聞きました

うちのコ、このおやつがだ〜い好き♡

みんなどんなおやつを食べさせているのか気になりますよね。そこでモニターママに、お子さんが好きでよく食べているおやつを教えてもらいました♪

オーガニックにこだわっています！

博多区の「OYASAIYA菜」さんの、オーガニックさつまいも（紅はるか）、とうもろこしを圧力鍋で蒸してあげています。他には和光堂の、牛乳を入れてレンジでチンするだけの簡単蒸しパンシリーズがお気に入り。保育園のおやつにも持たせています。


津留さん



食べ過ぎのお子さんにおすすめ！

芋で作られた歯固めおやつ「おしゃぶー」はナチュラルな素材で、食べる時間を稼げるおやつです！ファスナー付き小袋で薄いので、お出かけにもかさばらず便利。散らかす心配もなく、そう簡単にはなくなりません。Amazonで買いました。


佐藤さん

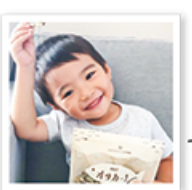



深田さん

気軽にどこでも買えて便利です！

「1才からのサッポロポテトつぶつぶベジタブル」が大のお気に入り！おでかけに持って行くとご機嫌で助かります！








前田さん

栄養もあって美味しくて大満足！

「カルフォルニアレーズン」はエフコープでまとめ買いしています。このレーズンは食べやすくて美味しく、子ども達も気に入っています。他にはタマチャンショップの「OH!オサカーナ」という魚とナッツ。私は楽天で注文しています。



人気ケーキ屋さんのアイスがお気に入り♡

シャトレーゼのアイスが大好きです！ケーキ屋さんだけど、アイスもたくさんあります。そして、スーパーよりも安い！おすすめですよ。


豊田さん



私のおやつを横取りされました（笑）

業務スーパーで買っている砂糖不使用の「なつめチップス」（神戸物産）。なつめは葉酸、カリウム、鉄分などが豊富で女性の味方！自分用に買っていたのに息子が気に入って勝手に食べちゃってます。他にはバナナ豆乳スムージーも好きです。野菜不足時は青汁をプラスすることも。

江口さん





時代は変わっても定番の神おやつ！

アイスのパピコとドーナツ、かっぱえびせんが我が子たちのお気に入り！もちろん私も小さい頃から大好き！


中野さん





簡単でコスパも良い我が家のチーズケーキ

クックパッドで見つけたkiriのクリームチーズを使った混ぜて焼くだけのチーズケーキが大好物。材料費は500円くらいでコスパもグッド！




杉山さん





嬉しそうなお顔がたまらない♡

食べることが大好きなのでお菓子は何でも食べますが、最近は『さやえんどうスナック』と『グミ』が大好き！


徳原さん

初めてのアイスににっこにこ♪

アンパンマンミュージアムに初めて行った時にミルキーソフトを食べてニコニコ！和光堂の小魚せんべいも大好きです。


溜島さん

ママと一緒に10分 知育遊び



調理アシスタント遊び

ハンバーグのタネをこねる工程を子どもにバトンタッチ。こね終わったら、「6個作るから6等分にしよう」と仕上げを一緒に。材料や工程からどのように完成するのか実感しやすいのも良い点です。「助かるな〜！」とたくさん伝えて、挑戦させましょう。



- 図形を等分する感覚が身につく
- 料理で起こる現象から好奇心を刺激

小川先生の

読む 子育てコーチング

認める、見守る、待つ…そして“期待する”

これからの社会で必要なのは“自分の強みを発揮できる頭のよさ”。そんな力を育むには「認める、見守る、待つ」の3原則が大切だというお話をしてきました。それを実践した上で、次のステップに進んでみましょう。

取材・文／佐野恵子　イラスト／正田真穂

親の期待をプラスすることで伸びる才能

“認める”“見守る”“待つ”の3原則に親の期待が加わることで、子どもの才能は劇的に伸びていきます。

何か新たに挑戦することは、不安や恐怖を伴うもの。人間は“変化”よりも“現状維持”を求める傾向にあるので、子どものやりたいようにさせるといつまでも現状のままです。そこで勇気と自信を与えて背中をポンと押してあげるのが、“期待する”ということ。あくまで子どもが一歩踏み出すことへの応援であって、押しつけとは違います。

押しつけと期待の違い

親が想定したレールに子どもを乗せようとするのは、単なる押しつけ。親が自分の不安を解消したいだけという場合もあり、子どもにはただのプレッシャーです。しかもその押しつけは、思うようにいかなかった時に「なんでできないの！」「あなたがやりたいと言ったんでしょ！」と、子どもを責める方向になりがち。

そうではなく「あなたならきっとできる」という“信頼に基づく期待”を持ちましょう。そう接することで「ママができると言ってくれたから、やってみようかな」という気持ちになってきます。もちろん、動き出すのも、身につけるのも子ども本人ですから、「今はまだタイミングじゃないんだね」と待てる余裕も必要です。



小川大介
教育家。京大卒業後、プロ個別指導塾を設立。6000回の面談を通じ子どもの能力を引き出すメソッドを確立。

詳細・著書はコチラ

連載のバックナンバーはリトル・ママWeb（media.l-ma.co.jp）で公開中！

はたこの育児絵日記！ 第2回

作・はたこ





Profile●はたこ／主婦でときどきクリエイター。息子との出来事や日常を4コマ漫画でお届けします！
Instagram(@hatako_draw)でも育児絵日記を更新中

園児募集

一時保育、延長保育対応（要予約）



料金例
◆月額：27,600円（税込）〜（主食・副食費別 3、4、5歳児）（無償化対象）
◆一時預かり：1H800円（税込）〜（昼食・おやつ込み）

定員71名の広々とした（197.11㎡）内閣府所轄企業型保育園です。最新の設備やセキュリティーにて安心できる保育施設となっております。

フラッシュカードやECC英語教室のカリキュラム、ダンス専門講師によるレッスンを含め、経験豊かで優しい保育士が充実の保育を行います。

衛生管理は優れた除菌効果を持つスーパー次亜水！インフルエンザ、ノロウイルス等からお子様を守ります！（6台設置）

福岡キャナル保育園

●お問合せ TEL.092-433-6120
〒812-0011 福岡市博多区博多駅前3-30-15
ライオンズマンション博多1F キャナルシティ博多そば
メールアドレス info@nurseryschool.jp

多くの先生方から ご推薦いただいている
うさぎのマークのランドセル®
ご入学お祝い 早割セール
早期割引ご購入・予約受付
通常価格より（又はメーカー希望価格より）37,400円〜4,730円割引



つくって売る専門店 うさぎのマークのオリジナル
天然牛革手づくり
文部大臣賞など受賞実績25回の革職人手づくり

ランドセルを見てお子様が背負って選ぶことができます
トラピーズ® 特許出願中
背中側がワイド台形設計237㎜ A4フラットファイル対応



背面まで一体縫製・特許構造
ロング・カブセ
Dカンとハートカン付
360度交通安全蛍光反射材付
〈トリプル実用肩当構造〉
カンひねりカン フィットカーブベルト



出張店舗！ 数量限定 超特価 前年度モデルなど超特価 50%off〜20%off！

●安心の6年間修理保証付
●お名前をプレスサービス
●全国送料無料

◉木の葉モール橋本・センターコート2F
福岡市西区橋本2丁目
☎092-741-4654（営業担当）
7月4日㊏〜9月22日㊗
▶期間中毎日開催 Ⓟ駐車場4時間無料
・AM10:00〜PM8:00

◉久留米石橋文化会館又は共同ホール
久留米市野中町 ☎090-5933-8489（営業担当）
9月 19㊏ 20㊐ 21㊗ 22㊗ 26㊏ 27㊐
10月 3㊏ 4㊐ 10㊏ 11㊐ 17㊏ 18㊐ 24㊏ 25㊐
・AM10:30〜PM5:00（日祝は〜PM4:00まで）
Ⓟ駐車場 ランドセルお買上げの方に、2時間内の駐車券を差し上げます。

大隈カバン店 検索
https://www.ohkuma.co.jp/

創業92周年 ランドセルをつくって売って64年
大隈カバン店
福岡市内ランドセルのお店 大量展示しています。特価品もズラリ

●天神・新天町・南通店
福岡市中央区天神2丁目8-226
☎092(741)0278
●天神・新天町・北通店
福岡市中央区天神2丁目8-122
☎092(741)4654
アウトレットランドセル多数展示!!
●博多駅地下街店
福岡市博多区博多駅中央街地下4
☎092(431)5390

うさぎのマークのランドセル【つくって売る専門店ギャラリー】



福岡市・日赤通り那の川バス停を東に入る
お客様駐車場有 ☎092-535-1126
お子様とお揃いでお越しください。

モニターママが
疑問・質問を
ドクターにインタビュー

教えて！ドクター



読者モニター
溜島美寿々さん
（1才男の子のママ）と
お母さん

今月の質問
子どものアザ

子どものアザ治療をするならいつから始めるといいの？治療期間はどのくらいかかりますか？

撮影／西田佳世

生後3ヵ月から可能です。レーザー治療は回数を要するため、入園・入学前に治したいなら早めの診察をおすすめします。

入園・入学前にアザ治療をするならいつからがベスト？

子どもの入園や入学前にアザ治療を始めたい、という声をよく聞きます。アザ治療はレーザー照射を数回行うため、長い場合は数年かかることも。健康に直接影響するものではないですが、治療期間を考えて早めに診察を受け、治療計画を相談後、開始する時期を考えることをおすすめします。

治療は乳幼児期から可能です。この時期は皮膚が薄く、アザの面積も狭いため治療効果が高いと言われています。目安は首が据わる生後3ヵ月頃からと思ってください。

施術は何回くらい必要？保険診療できますか？

治療はメラニンの異常組織だけを破壊し、正常皮膚組織にはダメージを極力与えないレーザー機器を使用します。

治療回数は、アザの範囲の大小、色の濃淡に左右されることが多いです。必ずではありませんが、狭くて薄い場合は治療回数が少なく、広くて濃い場合は多くなります。当院の傾向では、1ヵ所に数回くらい照射をしています。先天性のアザには保険が適用されます。

治療を受ける際に気をつけることはありますか？

日焼けをしすぎないようにお願いしています。レーザー治療のため日焼けした肌の色にも反応することもあるからです。





大人のシミ（一例）



子どものアザ（一例）

※写真はモデルのシミ・アザではありません

ファミリー特典があるのを知って、すぐに娘にもすすめました！かわいい孫の皮膚トラブルも早めに相談できてよかったです。



（溜島さんのお母さん）

ママはもちろんパパも！家族で美容治療が気軽な時代に

最近では見た目を気にする男性が増えています。当院でも家族で受診されて、ママと一緒にパパも治療を受けるケースも珍しくありません。お子様のためのキッズスペースやウイルス対策も万全ですので、安心してご来院ください。



＊キッズスペースは今後の状況によって一時使用を中止する場合があります。





「入口に手指消毒用アルコールの設置や院内換気など感染予防をしていて安心しました」（溜島さん）



教えてくれたのは…

ハルスクリニック

診療科目
皮膚科、麻酔科、形成外科

受付・診療時間
●10:00〜19:00
●休診／木曜日・第2・4日曜日
祝日月曜日
●ビルの隣、その他近隣に駐車場（有料）多数あり



院長経歴 1991年 福岡大学医学部卒
麻酔専門医
2006年 ハルスクリニック開設
守田 道由院長

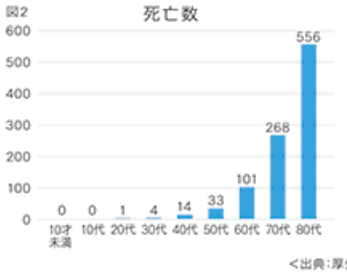
福岡市中央区大名2-12-9 赤坂ソフィアビル7F
☎092（738）6303



子どものお医者さん

新型コロナは子育て世代に気を遣っている？

新型コロナの流行は続いていますが、このウイルスは、どうも、子どもや妊婦さん、そして保護者に感染したり重症化させたりすることを避けているようです。





<出典：厚生労働省>

子どもの感染は極端に少なく、20才未満は全体の5％に過ぎません（図1）。さらに死亡は0人です（図2）。妊婦さんが重症になることもありません。子育て世代の死亡もほとんどありません。

私を含めた高齢者の、新型コロナによる死亡は多いのですが、子どもや、子育て世代の被害が少ない病気だったことは不幸中の幸いだと思っています。

小林一茶の俳句

「やせ蛙（がへる）まけるな一茶これにあり」という一茶の俳句はご存じの方も多いと思います。この一茶が、ある結婚式で詠んだ句があります。

「親が死に 子が死にやがて 孫が死に」

縁起でもない…と怒った人もいたそうですが、新郎の父は、人は親、子、孫と歳の順に亡くなることが一番の幸せだと詠んだ、4人の子を亡くしている一茶に感謝したそうです。

子どもの心の健康被害が問題です

子どもの新型コロナの感染は稀で、インフルエンザのように学校や園で集団感染することもほぼありません。また、子どもは、ほとんどが無症状です。

このため、子どもの場合はコロナの感染より、過剰な予防対策で不安になる心の健康被害が問題になっています。

マスクについては、小児科学会は子どもでは効果が少なく、熱中症や窒息の可能性があり注意が必要なこと、特に2才未満には使用しないように勧告しています。

まとめ

子どもに熱や咳が出ても、家族に熱や咳がある大人がいなければ「新型コロナ」の心配はありません。普通のカゼとして対応してください。熱が48時間以上ないことを確認すれば、通園・通学に問題はありません。



お話しいただいたのは
深澤 満 院長

情報クリップ

日本やアジアの国々での新型コロナの流行は、欧米と比較して流行規模も死亡数も非常に少ないことが解ってきました。この理由はまだはっきりしていませんが、通常の風邪である季節性コロナの流行が、アジア諸国では頻回に起こっていて、ある程度、新型コロナに対する免疫を持っているという報告が出ています。

ふかざわ小児科

診療科目 小児科・アレルギー科
診療時間 ●平日／8:00〜12:00 14:00〜18:00
●土曜／8:00〜14:00
●休診／日曜・祝日
検診・予防接種 月〜金／14:00〜15:00

先生経歴 京都大学で物理学を研究。大阪大学医学部に編入学。福岡市立こども病院・九州大学医学部小児科 平成5年に小児科医院開設。

福岡市東区若宮1-22-19 〈駐車場完備〉
代表電話 ☎092（661）8111
予約専用電話 ☎050-5840-1130
ホームページ http://www.f-clinic.jp/



No.150

とび先生のキッズ歯科

卒乳後のおやつの与え方

「なかなか卒乳ができない」という悩みを持つお母さまも多いと思います。離乳食に変えていく時期になっても、やっぱりおっぱいがいいという子もいます。まずは生活サイクルから考えてみましょう。夜は早く寝て睡眠時間を十分に取り、お昼は外遊びをして空腹の状態で食事時間を迎えるようにしてみてください。奥歯が生えてくる頃になると、噛むことを覚えていきます。3才頃までは噛む練習期間と考え、少しずつ食べ物の形を大きくしていくとよいでしょう。まだ胃も小さく一度に沢山の量は摂れません。それを補うのが間食です。時間を決めて甘いものだけでなく、腹持ちのいいものを選びましょう。規則正しい食生活を送るよう心がけたいですね。



情報クリップ

毎月2回、0～4才のお子様を対象に、司書と受付保育士による絵本の読み聞かせを行っています。選りすぐりの絵本と出会える素敵な時間です。日時など詳しくはHPで確認を♪

胎内記憶のふしぎ

子どもの3人に1人は胎内記憶をもっていると言われています。2～4才でその記憶を話してくれることが多く、その後は忘れてしまい、大人になるまで覚えている人はごくわずかだそうです。「暗かった」「あたたかかった」「泳いでいた」「パパとママの声が聞こえていた」など、おなかの中の様子をしっかり記憶していて話してくれることから、おなかの赤ちゃんには、私たちの想像を超える能力を持っているのかも知れません。パパやママの愛情を伝えるためにも、おなかの中の赤ちゃんにたくさん話しかけてあげてください。



情報クリップ

【おっぱい外来】
乳腺炎、断乳など、様々なおっぱいトラブルについてご相談ください。
【産後ケア】専属助産師が担当します。
・産後4ヵ月までの方対象
・10～16時　1回￥4,000
※どちらも他院で出産された方もご利用いただけます（要予約）



お話しいただいたのは
下飛田 道子 院長

KiD's歯科べふ

診療科目　小児歯科・矯正歯科
診療時間　●平日／9:00～18:30（昼休み12:30～14:00）
●土日／9:00～18:30（昼休み13:00～14:30）
日曜日も診察しています
●休診／木曜・祝日

院長経歴　福岡歯科大学卒業
九州大学歯学部小児歯科学教室入局
H18年3月に移転開業
H30年5月医院名変更



〈コナミスポーツクラブの㊣ご利用ください〉
福岡市城南区鳥飼5-2-30 凱旋門ビルIF
☎092（821）8080
ホームページ http://www.kidsshika-befu.com/

産婦人科
筑紫クリニック

診療科目　産婦人科
診療時間　●9:00～12:30、14:30～17:30
完全予約制
●休診／日曜・祝日
※水曜午後も診療いたします。



糟屋郡志免町志免中央3-1-30＜駐車場完備＞
☎092（936）3939
ホームページ　https://chikushiclinic.com/



お話しいただいたのは
尾崎 佳奈 助産師

No.147

こんどーせんせいの「こどもはスゴイ！」

3つの相棒

☆ある日の出来事

○○君は「まだダメ！」と言うと同時に、待合室にもどり、大好きな絵本とか、時には木製玩具などを抱いて、治療台に登るように戻ってきます。自分の意志で行動を決めるのです。本当に「こどもはスゴイ！」のです。感動させられます。嫌いな歯の治療を楽しくする術を学んで行動するのですから、私たちを驚かせます。こんな逞しい子ばかりではないのですが、明らかに明確に意思表示をして行動する子どもたちが昔よりどんどん増えています。しかも、私たちに協力しようとする子どもたちの思考が見えてきます。

木のおもちゃ・ぬいぐるみ・絵本と図鑑は当院の歯科治療の3つの必須アイテムなのに、国の「緊急事態宣言」のもと、ウイルスの感染予防のために、診療室での出番をなくしました。私たちの歯科治療の重要な役割を持った相棒がいなくなりました。でも、でも子どもたちは相棒がいなくても頑張っています。嬉しいです。頼もしいです。ですから、私たち法人は、全アイテムを新規に購入し、「清潔な絵本・図鑑」「清潔な木のおもちゃ」の準備をしました。私やスタッフの相棒が出番を待っているのです。

☆こどもの底力

私たち大人が考えている以上に、もっと大きく、強い「学ぶ力」と「やる力」を発揮しているのが自由空間です。当院の診療室は待合室との壁がなく「開放型自由空間」にしています。子どもたちが歯の治療の手助けをしてくれるアイテムを選べるのも自由空間だからと信じています。○○君が絵本を持つのを見て、△△ちゃんが木のおもちゃを選べる自由空間と空気の流れが、子どもたちに伝わります。子どもが考えてやるのです。大人は口を挟めません、この伝える能力がこどもの底力だと考えています。だから「こどもはスゴイ！」のです。

診療室にある木のおもちゃ・ぬいぐるみ・絵本と図鑑は当院における子どもの歯科治療の3つの必須アイテムであり、優しさや癒しのためだけに備えられているのではありません。3アイテムには子どもたちの深層心理を揺れ動かすフォース・パワーがあり、子どもたちの底力と刺激し合っているのです。大人が想像をこえた現象が起きていることに驚かされます。ですから、当院におけるこどもの歯科治療には、3つの相棒が必要なのです。私も学びます。



お話しいただいたのは
近藤 嘉人 院長

情報クリップ

新型コロナウイルスの収束が待たれるなかで、わたしたちは十分な感染対策をとりながら診療しております。皆様とともに、この困難を乗り越えてまいりたいと思います。



医療法人 元気が湧く
こどもの歯科

診療科目　小児歯科・矯正歯科
診療時間　●診療時間　9:00～18:15
●昼休み　平日12:30～14:00
土日13:00～14:30
●休診　火曜・祝日（土日診療）

院長経歴　H2　九州大学歯学部卒業 九州大学歯科矯正学講座入局
H8　日本矯正歯科学会認定医取得 小児歯科はまの勤務
H19　こどもの歯科に名称変更　院長に就任

福岡市南区大橋3-2-1 大橋プラザ2F
〈市営 大橋駐車場をご利用ください〉
☎092（551）8080
ホームページ　http://kodomonoshika.com/





MIKI HOUSEの幼児教室
岩田屋本店教室
2020年度学習指導要領改訂!!
子どもたちの未来を応援します

MIKI HOUSE キッズパル 幼児教室

満1歳児クラス　2019.4/2～2020.4/1 生まれのお子様

10月スタートクラス 入会受付中

ミニ体験会＆説明会　1回500円（税込）
●9/18(金) 10:20～11:20
●9/25(金) 10:20～11:20
●9/29(火) 13:00～14:00

親子で、たくさんの「はじめて」を体験!



▼授業の流れ（60分）▼　「がんばる脳」と「まるい心」を育てます。
入室 → フィットネス&リズミック → ハンズオンタイム → シートタイム → 英語 → ミニミーティング
※キッズパルでは、感染防止に細心の注意をしております。

★本コースへ入会の方は…入会金5,000円引 通常：10,000円（税別）※その他特典併用可（10月末まで）

●お問い合わせ・体験予約は、HPもしくはフリーダイヤルまで
ミキハウスの幼児教室 キッズパル 九州事務局
フリーダイヤル 0120-402886（ようじはパル）（10:00～17:00 ※土日祝除く）
ホームページ▼ スマホはこちら▶
https://www.mhkidspal.com/
ミキハウスの幼児教室



「ママの孤独を解消したい」
リトル・ママが大切にしているテーマです。
同じ趣味や悩みを共有できるママがつながれば
子育ては、きっと、もっと、楽しくなる。
ママの出会いの場、お出かけの場がここなら見つかる。

リトル・ママのコミュニティサイトで
私らしくつながろう。

リトル・ママ　検索



NEW
トーク機能で
おしゃべりしよう!







@littlemama_official で配信！

リトル・ママ オンラインフェスタ

参加無料

配信中に発表されるキーワードを集めると**豪華プレゼント**が当たる抽選会も！

開催日程・配信時間は公式サイトをCheck!

詳細はこちら

学べる遊べるLIVE



ママ主催者による楽しいコンテンツが盛りだくさん！



子育て応援企業LIVE



子育てに役立つ情報をお届け！

リトル・ママ社員によるお楽しみコーナーも！



※写真は一例です
※コンテンツの内容は配信日によって異なります

Little mamaフリマ & Little mamaマルシェ 開催スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9/21	22	23	24 マークイズ福岡ももち	25	26 ブランチ博多	27
28	29	30	10/1 イオンマリナタウン	2 ツルハオンラインフェスタ	3 ツルハオンラインフェスタ	4
5	6 イオン乙金ショッピングセンター	7 ゆめタウン博多	8	9 ウエストコート姪浜	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20 ブランチ博多	21 ゆめタウン筑紫野	22 マークイズ福岡ももち	23	24 Facebookではその他の会場での様子やイベント告知も！	25

リトル・ママフリマ　リトル・マママルシェ　リトル・ママ主催のイベント

※日程や会場は変更の可能性がありますので、リトル・ママHPでご確認ください。　※各イベントの問合わせはリトル・ママHPをご覧ください。

Web投票はココから！
https://idol.l-ma.co.jp/audition/

あなたの1票でメンバーが決まる!?
第1回Web投票受付中!



第1回投票締切 10/7(水)　一次選考結果発表 10/9(金)

公式Instagram @littlemama_idol_official もチェック！

リトル・ママ アイドル Project

子育て応援アイドル

～誕生までの道～

連載 第1回



リトル・ママアイドルProjectとは？

これまで様々な形で子育てを応援してきたリトル・ママが、育児メディア初の男性アイドルグループをプロデュース!!

この連載コーナーではオーディションの様子からアイドル誕生までの軌跡をお届けしていきます。
「育児を頑張るママを応援したい」そんな思いをもった候補生たち約30名の中から夢の切符を掴むのは!?
お気に入りのメンバーを選んで投票しよう！
今後の活動をお楽しみに♪



▲7月の「リトル・ママ オンラインフェスタ」には7人の候補生に登場してもらいました！

PRESENT

応募方法

Webのアンケートにお答えの上、ご応募ください。
※読者プレゼントの応募にはリトル・ママサイトへの会員登録（無料）が必要となります

応募締切 2020年10月14日（水）まで

プレゼント当選者は商品の発送をもって発表とさせていただきます。

応募はWEBのみ

リトル・ママWeb　検索

2020年9月15日発刊
発行/(株)リトル・ママ　発行人/森光太郎
〒810-0023　福岡市中央区警固2-13-7 警固ランドマークタワー1 4F
092-741-5742
編集/新保敦子　高石彩　中嶋梨乃
ライター/門司智子　井みどり　佐藤理奈　佐野恵子　清水真由美　とこしまゆき
印刷/株式会社ゼネラルアサヒ
※本紙に掲載されている情報は2020年8月26日現在のものです。

今月のSelect 編集Tの気になる家電
見た目のかっこよさに一目ぼれ！



#1 象印ホットプレート「STAN.」EA-FA10　1名様

「焼く」「煮る」が1台でできちゃうホットプレート。深さ4cmの深型だから、スープや具材がこぼれにくく、料理の幅が広がります。20種のメニューを掲載したレシピブック付き。
象印マホービン株式会社
www.zojirushi.co.jp/syohin/stan/



#2 シリコンランチョンマット イエロー　10名様

可愛い雲型のシリコンランチョンマット。離乳食が楽しくなる！丸洗いできて清潔！SNS映えして可愛い！とママに人気のロングセラー商品のzakzak限定カラーです。
株式会社QuestP'age
www.rakuten.ne.jp/gold/goodszakka/



#3 ぜいたく果実 いちごのむヨーグルト ぜいたく果実 まるごといちご&ヨーグルト　2種6個セット 10名様

おいしさを逃さないこだわりの製法で、いちご本来の味と香りを楽しめる果肉たっぷりのヨーグルト。のむヨーグルトは、生きて腸まで届く「L-55乳酸菌」入り。
オハヨー乳業株式会社
www.ohayo-milk.co.jp
提供元より発送



#4 オニザキの胡麻せんべい 10枚入り　10名様

「いりごま」と「つきごま」を絶妙なバランスで配合することで、格別の風味とサクサクした食感を楽しめます。1枚に約5,000粒のごまを使用しています。
株式会社オニザキコーポレーションセールス
www.onizaki.co.jp/shop/



#5 neobaby（ネオベビー）ベビーソープ&シャンプー　3名様

100%自然素材、馬油をベースにアロエやコメヌカなどで手作りした、泡立ていらずの液体石けん。手が離せない赤ちゃんとの入浴時に片手で出せて、全身や髪までしっとり洗います。
株式会社ネオナチュラル　www.neo-natural.com



#6 イブシギンのしぜんだし For MAMA（離乳食）粉末ボトルタイプ 100g　12名様

安全で美味しい食事をしてほしいという思いからできた粉末だし。原料は、鹿児島県指宿産の鰹荒節と北海道道南産の昆布のみ。食塩・化学調味料・食品添加物は不使用です。
株式会社オリッジ　124gin.com

ウンチのお悩み座談会

開催レポ

意外に多い、子どものウンチの悩み。カチカチ、ユルユル等々機嫌が悪いと大変…。そんな悩みを持つママたちに集まってもらい、専門家の先生を交えて座談会を開催しました！

取材・文／佐野 恵子　デザイン／琴尾かおり



※座談会は2019年12月開催

まずは知っておきたい！腸の大切さ

腸は「第二の脳」といわれるほど大切な場所。まずは〝お通じのプロ〟である種子田先生に、腸の仕組みやその役割について詳しく解説してもらいました。

腸の調子はウンチでチェック

体に必要な栄養と水分を吸収するのが〝腸〟。腸の動きが速いと十分に吸収されずにウンチが〝ユルユル〟に。ゆっくり動くと吸収しすぎて〝カチカチ〟に！

腸内の善玉菌を増やそう

腸内には善玉菌と悪玉菌がいます。悪玉菌が増えると、腸の働きが悪くなりお腹がスッキリしません。有害物質から体を守る〝善玉菌〟を増やし、腸を元気にしましょう。

腸内環境改善＝カラダの調子が整う

善玉菌優勢の腸内環境になるとお腹がスッキリするだけでなく、カラダの調子がよくなるといわれています。腸は健康のバロメーター！



専門家



NPO法人 日本コンチネンス協会
九州支部副支部長
種子田（たねだ） 美穂子先生
「排泄ケア相談員」の育成に取り組み、自然な排泄を目指して、全国で講演活動中。

子どものためにママ・パパがしてあげられること

1 トイレは足がつくように。踏んばりやすくしましょう！



2 トイレを楽しい場所にしましょう。



3 できたら、たくさん褒めてあげましょう。



1カ月後どうだった？ モニターママの報告会

何にでも混ぜられて手軽に摂れます



平川 千華さん（1才6カ月の女の子ママ）

Before
食にまったく興味がない娘。食べるのは好みの魚1種類のみ。ご飯や野菜はまったく食べません。水分もとらないのでカチカチ。無理やりもいやだし、栄養面も心配。

After
ヨーグルトに混ぜて食べさせました。食物繊維が補えたのか、1週間ほどでコンスタントに出るように！食べ物にも飲み物にも手軽に使えるので便利です。

カチカチ&ユルユルの両方にいい！



K.Aさん　（6才、1才1カ月の男の子ママ）

Before
カチカチで泣き叫んでいた長男は、入園するとストレスからかユルユルに…。次男は離乳食がきっかけでカッチカチ！よく綿棒を使って出しています。

After
味の濃い料理に混ぜたところ、長男は翌日からバナナウンチが朝晩出るように。次男も溜まっていたようでびっくり！ストレスがなくなりました。

妊婦の私も自然にお腹スッキリ



田代 千子さん　（2才の男の子ママ、臨月）

Before
妊婦なのでお腹も張るし、気分も悪くなります。体重指導されることも…。意識してヨーグルトを食べているけど、なかなか解消されません。

After
この水溶性食物繊維は病院で使われていると聞き安心でした。スルッと出るようになり体重増加予防に◎。肌の調子もよく、問題なく出産できそうです！

気づけばスムーズに！トイレ嫌いも克服

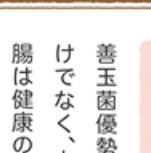


さやママさん（1才6カ月の女の子ママ）

Before
次女は離乳食が終わった頃からカチカチで、1時間ほど泣き叫びやっと出る感じです。お腹がスッキリしそうなものをとると今度はユルユルに…。仕事をしているので料理に手間をかけられません。

After
牛乳や豆乳に混ぜると、いつしたのか分からないくらいスムーズに。嫌がっていたトイレにも自ら座るようになりました。トイレトレーニングも上手くいきそう！

1週間で理想のバナナウンチが！



T.Sさん　（10カ月、3才の女の子ママ）

Before
長女は硬く、お尻が切れてしまうことや、パンツの中にコロコロしたウンチが出ていることも。積極的に味噌汁やヨーグルトをあげています。

After
麦茶に混ぜたら、気付きませんでした。飲み続けて1週間後、理想のバナナウンチが！自分でも量と形にびっくりしたみたいで、嬉しそうに報告してくれました♪

〝ウンチの悩み〟座談会を開始！

腸の大切さを知った後は、みなさんに子どものウンチの悩みを打ち明けてもらいます。その後、手軽にとれる〝水溶性食物繊維〟を試飲。自宅に持ち帰り、1カ月間試してもらいます！





一人ひとりが抱える深刻な悩みに共感する場面も！ママにも飲みやすいと好評です。

1カ月後



1カ月後に、再び集まり報告会を実施。さて、どんな変化があったのでしょうか？

種子田先生によると…

腸が喜ぶのは〝水溶性食物繊維〟

食物繊維には不溶性と水溶性があり、それぞれ働きが異なります。発酵性が高く、善玉菌のエサになりやすいのが水溶性食物繊維。主に豆類や海藻類に含まれています。

ママの声をもとに商品化

「こどもサンファイバー」ができました！

水溶性食物繊維に、子どもの成長に必要な栄養をプラスしたいというママたちの声を取り入れた商品が完成！悩んでいるママたちに、ぜひ試して欲しいです。



開発者より



太陽化学株式会社
南 千代子さん

私自身、3才の息子のお腹がスッキリせずに悩んでいました。安心安全で無理なく解消したいと、ママ目線で開発した「こどもサンファイバー」が、ついにできました！

子どもに必要な栄養を効果的に補える



グァー豆由来の食物繊維

インド・パキスタン地方で昔から食べられている「グァー豆」というマメ科の植物を原材料としています。





サラッと水に溶けお腹スッキリをサポート



リトル・ママ読者限定!!

たっぷり1カ月分

通信販売限定商品
こどもサンファイバー
1袋（120g）



通常価格 ~~4,400円~~（税込）
⇩
この価格は「リトル・ママ」だけ！

980円（税込）　※初回限定 1世帯1袋1回限り　送料無料

▼専用ページ

無料通話 050-3182-0756
（9:00～18:00　土・日・祝日を除く）

「リトル・ママキャンペーン」とお伝え下さい

https://www.taiyo-labo.shop/LP/littlemama/

Taiyo-labo 株式会社タイヨーラボ

「Sunfiber」は国内外の医療機関でも使われている世界ブランドです。

Little trip

リトル・トリップ 九州版

福岡在住のモニターママ、九州各地のサポーターママがおすすめの、子どもと行きたいスポットをご紹介♪

今月は… **博多区、早良区、南区、糟屋郡、那珂川市、佐賀県、長崎県、熊本県、鹿児島県**

※新型コロナ対策のため、状況により営業時間などが異なる場合がございます。行かれる前に必ず各スポットへ確認をお願いいたします。本誌発刊時に営業自粛となっている場合は、今後のストックとしてお使いください。

早良区 Coffee stand

リトルハニー 室見駅前店







深田さん

美味しいコーヒーの香りに誘われて行くと、元気なママ店主さんがお出迎え♪テイクアウトが専門なのでベビーカーでも気軽に立ち寄れちゃう。プレゼントにもおすすめなのはエスプレッソシロップ！テレビでも紹介されたバリチャイもお試しあれ〜。

福岡市早良区室見5-1-27浅野ビル104号
☎092-836-7344
営業／9:00〜17:00、火曜9:00〜19:00
休み／月曜、第2・4・5日曜　駐車場／なし
※キッズメニューあり ※月1で「いとだパンの日」開催（開催日はお店のSNSをチェック！）

那珂川市 Park

中ノ島公園





江口さん

自然の中洲をそのまま活かした公園。水がとっても綺麗なので安心して川遊びが楽しめます。園内の「かわせみの里」では地元農家さんの愛情たっぷりお野菜も販売。ここでお弁当やパンを買って広場でピクニックもおすすめ♪

那珂川市市ノ瀬445-1
☎092-953-0514（那珂川市中ノ島管理センター）
営業／4〜10月8:30〜18:00、11〜3月8:30〜17:00
休み／4〜10月は無し、11〜3月月曜、12／29〜1／3
駐車場／あり
※定休日は変更の場合あり
※川遊びの可否は事前にSNSやHPで要確認

南区 Restaurant

うどん兎屋





津留さん

有名な「大地のうどん」出身の方が開業。透き通ったコシのある麺が美味しい♪広い店内はベビーカーOK。一番人気の兎うどんは、ごぼう天やワカメなど具だくさん。兎の形をした大根の薄切りに子どもも大喜び！これで660円はコスパも◎

福岡市南区野間4-1-35グリーンマンション野間1F
☎092-512-2575
営業／11:15〜15:00、17:00〜20:00
休み／日曜、祝日（仕込みの関にこっそり営業していることあり）
駐車場／なし（近隣にコインパーキングあり）
※キッズチェア、キッズ食器あり　※価格は変更の可能性あり。

博多区 Shop

omn オムン





前田さん



博多南図書館のすぐそばにある子ども服のお店。とにかく店内がおしゃれ。海外からの服がたくさんでオーナーさんのセンスを感じます。キッズサイズの布マスクやヘアゴムなどの小物も豊富。オンラインストアは全品送料無料！

福岡市博多区南本町2-1-22
営業／10:00〜14:00　休み／水・土・日曜
駐車場／なし
オンラインストア https://omnselectshop.stores.jp/
@omn_babykids

糟屋郡 Cake

パティスリーカプリス





溜島さん

私が小さい頃からお世話になっている大好きなケーキ屋さん。程よい甘さがGOOD。焼き菓子やプリンなど種類も豊富でいつも迷っちゃいます。オーダーもできるので、大切な記念日のケーキはここで♪家族みんな喜ぶこと間違いなし。

糟屋郡志免町田富3-1-3
まきハウス田富2
☎092-405-4421
営業／10:00〜20:00
休み／月曜（祝日の場合は翌日）
駐車場／あり

佐賀県 Play

唐津市子育て支援センター りんく





和田さん

4Fのキッズルームはとても広く、室内遊具も充実！3Fでは絵本の読み聞かせが行われている時もあります。同じ年齢の子たちが集まるので、ママ同士で育児相談もできちゃう。親子のサロンデビューにピッタリ！

唐津市東城内1-3（3F、4F）
●3F（子育て支援情報センター）
☎0955-72-2288
営業／9:00〜18:00　休み／土日祝、11/4、12/29〜1/3
●4F（キッズルーム）
☎0955-58-8096
営業／10:00〜17:00　休み／月曜（祝日の場合は開館、翌平日に休館）、12/29〜1/3
※読み聞かせ等のイベントについては直接お問い合わせください。
駐車場／あり

長崎県 Park

展海峰（てんかいほう）







harukaさん

九十九島の絶景スポットといえばココ！展望台から望む九十九島の大自然と、東に望む佐世保港のコントラストが間近に楽しめるのはここだけではないでしょうか。秋に咲き誇る15万本のコスモスに子どもたちも興奮まちがいなし！

佐世保市下船越町399
☎0956-22-6630（佐世保観光情報センター）
営業／9:00〜18:00
休み／なし
駐車場／あり

熊本県 Park

阿蘇内牧ファミリーパーク「あそ☆ビバ」







末松さん

全体的には3〜6才向けの感じですが、1才頃から遊べる遊具もあり、年齢関係なく楽しめます。外輪山が見渡せて景色も最高！近くには温泉施設や、あか牛丼で有名な「いまきん食堂」もあるので、小旅行ついでに立ち寄るのもオススメ♪

阿蘇市内牧261-1
☎0967-32-5011
営業／9:00〜17:00
休み／第2・4火曜（祝日の場合は翌日）、12／29〜1／3
駐車場／あり
※親子トイレ、ベビーシート、ベビーチェア、汚物流しあり

鹿児島県 Park

平川動物公園







ゆかりさん

コアラが見られる動物園は九州ではここだけ。芝生の上ではお弁当を広げてピクニック♪遊園地も併設されているので家族みんなで一日中楽しめちゃいます！

鹿児島市平川町5669-1
☎099-261-2326
営業／9:00〜17:00（最終入園16:30）
※16時前から一部見られなくなる動物あり
休み／12／29〜1／1　駐車場／あり（有料）
入園料／一般（高校生以上）500円、
子ども（小・中学生）100円
※年間パスポート 一般1,000円、子ども200円
※多目的トイレ、幼児用小便器、おむつ替え台、授乳スペース、給湯器、ベビーベッド、おむつ販売（Lサイズ、2枚1組¥200（税込））、ベビーカー・キャリーカート貸出（有料）あり

>>>>> 次回は中央区、東区、城南区、西区、春日市、熊本県、佐賀県、大分県、宮崎県をご紹介！お楽しみに♪

英進館天神3号館・藤崎校・照葉校にて実施中！
満1歳から 小学館の幼児教室 ドラキッズ
©藤子プロ
安心&納得のドラキッズデビュー
10月おためし2回コース！ 無料！
生徒募集中！
天神3号館 10/17・24 または 10/19・26（月） 10/23・30（金）
藤崎校 10/17・24 または 10/20・27
照葉校 10/17・24 または 10/14・21
限定特典 おためし参加の方に限り、10月中の入会申込みで 初月会費（税込8,800円） 無料!!
ドラキッズ 各コースのご紹介
年齢ごとに学びのスタイルを変えながらお子さまの成長をより確かなものへと導きます。
満1歳児対象（幼稚園準備の方） クラス・ベイビー ClassBaby
1歳・2歳児対象（幼稚園準備の方） クラス・ワン Class 1
2歳・3歳児対象（幼稚園準備の方） クラス・ツー Class 2
3歳・4歳児対象（小学校準備の方） クラス・スリー 年少児 Class 3
4歳・5歳児対象（小学校準備の方） クラス・フォー 年中児 Class 4
5歳・6歳児対象（小学校準備の方） クラス・ファイブ 年長児 Class 5
無料体験のお申込みは下記フリーダイヤルまたは英進館ホームページまで！

無料！ 英進館ではじめる 小学準備！
現年長さん対象
英進館各教場で実施！
第2回 10月の予定
テーマ「きせつがわかるよ！こうさくだいすき!」
★きせつ、カレンダー★ ★しりとり★ ★おたのしみこうさく★
もってきてね！ えんぴつ・けしごむ・すいとう・バッグ・ハンカチ・ティッシュ
※授業内容は変更になる場合があります。

第3回 10/18（日）
福教大附属小入試を想定した本番さながらの模試！
福教大附属小模試
ペーパーテスト 面接 行動観察
全4回
■対　象／現年長児　■受験料／各回5,500円(税込)
■会　場／英進館 天神本館3号館・久留米本館
■時　間／【天神本館3号館】10:00〜12:00
【久留米本館】14:30〜16:30
どなたでも受験できます！

対象 年長〜小3生
9歳までにイメージング力。
算数も長文も具体化して考えられる力をつける英才教育プログラム。
玉井式 国語的算数教室
こくごてきさんすうきょうしつ
●「国語的算数教室」カリキュラムは、子どもたちに「文字を読んで状況をイメージする力」が自然に身につくように開発されました。
●アニメーション動画を見ながらテキストを進めていく授業形式。
無料体験実施中！
■設置教場／英進館 天神本館3号館・野間教室・西新本館・久留米本館
■入学金／11,000円(税込)
■月額学費(税・教材費込)／〈年長〉9,420円 〈小1〜3〉10,520円
詳細は、英進館ホームページの「玉井式国語的算数教室」をクリック！

現年長対象 私立小入試シミュレーション講座
9/6日 START!
私立小入試本番さながらに「ペーパーテスト」や「個人及び集団適性検査」を行い、入試合格への実戦力をつけます！ ペーパーテスト 個別適性検査 集団適性検査
天神本館にて日曜日に実施
日程（全6回予定） 9/6終了しました・13終了しました・27・10/4・25・11/8
上記日程・時間帯は変更になる場合があります。詳細は、お電話にてお問い合わせください。

お申し込みは、必ず下記フリーダイヤルまで、よろしくお願いします。 ※座席数に限りがあります。満席の際には、お断りする場合がありますので、お早めにお申し込み下さい。
自立した社会人の育成を目指す総合学習塾 英進館
英進館 お問い合わせセンター 0120-509-044
四谷大塚進学教室提携塾
総本部／福岡市中央区今泉1-11-12 TEL 092-715-7788
■お問い合わせセンター受付時間
平日／午前10時〜午後8時
日曜／午前10時〜午後6時（休館日）月曜、祝日
英進館 インターネットホームページ http://www.eishinkan.net/