ママたちの
表紙討論

夫婦円満のヒケツを教えてください♪

感謝と思いやりを忘れずに！

◆やってくれたことを当たり前に思わず、「ありがとう」を言うこと。
◆主人の気持ちを優先して行動すると、自然に主人も私を優先してくれるようになります。
◆旦那は単身赴任中。たまに会えるのが嬉しいのは、日頃から感謝しているからですね。
◆お互い苦手なところをカバーしながら生活をしています。
◆良い所を見るように。自分が選んだ相手だから！
◆いないときにも気にかける。

コミュニケーションが大事

◆「おはよう」から「おやすみ」までコミュニケーションとスキンシップを大切にしています。
◆言いたいことはため込まない。何が嫌か、どうして欲しいか解決方法も含めて話し合い。
◆不満は怒り口調ではなく、悲しみを伝えるように。
◆電話やＬＩＮＥなどで頻繁に連絡を取り合う。
◆毎日のおやつタイム。アイスクリームを食べながらその日のできごとを話しています。

期待せず、程よい距離感を

◆期待するとガッカリしたり、イライラしたりするので「やってくれてラッキー♪」くらいに。
◆相手の考え方全てを納得できないし、自分の全ても納得してもらえないと諦める。
◆相手を自分に合わせようとしないこと。結婚11年、歯磨き粉、シャンプーやソープは全て別々です。
◆夫用の部屋があるので夜はお互い自由な時間を過ごす。
◆お互いに趣味を持つこと。趣味に夢中になると寛容な気持ちになれます！

ラブラブ☆

◆「いってらっしゃい」のチューとハグは毎朝♪
◆パパ、ママと呼び合うのではなく、名前やニックネームで。
◆寝る時に手をつなぐ。
◆2人で好きな映画やドラマを観ながらお酒を飲むこと。

その他

◆「悟ってよ」はダメ！エスパーじゃないんだから、言葉にしないと分からない。
◆甘えられるところは甘えて"女"を見せる(笑)。
◆イラッとしても、自分にも落ち度があった…と"仏の心"を保つようにしている。

★**次号のテーマは「毎年クリスマスにやっていること」。**
★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？P11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!／
未経験の私がコーダーに！
ママでも好きな仕事を諦めない
【オンラインWeb制作講座体験レポ】
リトル・ママWeb 検索

懐かしい九州の味

editor's Note

この春、福岡から東京に引っ越した我が家。食いしん坊の娘(7才)とパン屋巡りやカフェランチをしながら新たな生活を楽しんでいました。しかし、焼き鳥屋に豚バラがないことに気付き「やっぱり福岡がいい」と娘。他にもちゃんぽん麺、もつ、うまかっちゃん、ブラックモンブラン…お馴染みの食品がなかなか手に入りません。

中でも困ったのは醤油。甘い九州醤油がなければ煮物の味も決まらず、早速お取り寄せ。娘曰く、これで刺身も卵かけご飯も高級になる、と。もしや給食が美味しくないと言う理由もこれ!?

味覚が鋭い娘とは逆に男性陣は無頓着。息子(5才)も夫も醤油の違いに気付いていません(笑)。

編集スタッフ佐野

コロナ対策も万全！

新しいカタチのリアルイベント
11月～全国で随時開催！

『全国ハイハイ・カタカタレース選手権』開幕！

参加無料・完全予約制

11月～福岡県内の商業施設で開催予定



今回のハイハイ・カタカタレースは今までとはひと味違います！
タイムアタック形式のレースで、全国の親子と対決。
あなたのお子さんが、ハイカタ界の日本No.1になれるかも!?
対象年齢の方はぜひこの機会にご参加ください♪

イベント開催時の新型コロナウイルス感染拡大防止対策

- ●参加人数の減員
- ●減員によりコース幅を拡大
- ●コースロープの設置
- ●全て完全予約制
- ●レース毎にコースや使用器具などのアルコール消毒



ハイハイレース

かわいい赤ちゃんがハイハイする、ほんの一瞬の時期を家族の思い出に残せるイベントとして大人気！
■参加対象：ハイハイできる13ヵ月までの赤ちゃん



カタカタレース

ハイハイからつかまり立ち、よちよち歩きをはじめた赤ちゃんが対象。こちらも大人気の赤ちゃんレース。
■参加対象：2才2ヵ月以下の押し車をおして歩けるお子さま

他にもこんなコンテンツが！

子育て企業ブース



子育て世代を応援している企業のブースもたくさん出展予定。お得な情報やうれしいお土産がゲットできるチャンス。

表紙撮影会



赤ちゃんでもきょうだいでも！素敵な背景の前でかわいくポーズ！撮影した写真を1枚プレゼント。リトル・ママの表紙に掲載されるチャンスも！
■参加対象：0～6才までのお子さま

イベントの詳細、お申込みはこちらから！

リトル・ママ ハイハイ・カタカタ選手権

子どもが1日遊べる！

入場無料の コスモススポット

「コスモス」＋「入場料0円」＋「子どもが1日遊べる」九州各地のスポットを厳選してご紹介。現地在住のサポーター＆モニターママにもオススメの場所を教えてもらいました！

取材・文／佐藤理奈

※天候により花の生育状況が異なります。お出かけ前にHPや電話で確認を！

ベビーカーOK　オムツ交換台あり　お弁当持ち込みOK



10万本
10月中旬～11月上旬

FUKUOKA
A おおとう桜街道 花公園



「道の駅 おおとう桜街道」に隣接。公園の中央に位置する展望台からは、花公園の景色が360度見渡せる。

開(展望台)9:00～17:00
※コスモスは見学自由
休なし
P あり(道の駅 おおとう桜街道)
田川郡大任町今任原1339
0947-63-3001(大任町役場)

子連れポイント★
大きな遊具が揃った広場のほか、物産館や温泉もあり家族で楽しめる！




福岡モニター 前田さん

ほかにもあるよ！コスモススポット

久留米市の「コスモスパーク北野」そばの川沿いや、遠賀郡の「水巻コスモス園」は河川敷でいい眺めです。有名な「のこのしまアイランドパーク」も外せません！

15万本
10月下旬～11月上旬

NAGASAKI
C 長崎市いこいの里 あぐりの丘



ヨーロッパの農村をイメージした体験型の農業施設。まるで異国のような雰囲気の中でコスモス鑑賞ができる。

開9:30～18:00
休なし ※12月～2月は10:00～17:00・水曜休み(祝日は営業)
P あり
長崎市四杖町2671-1
095-841-1911

子連れポイント★
ヤギやひつじのエサやり体験、モルモットの抱っこ(無料)もできる！




長崎サポーター harukaさん

ほかにもあるよ！コスモススポット

九十九島を望む「展海峰」、雲仙普賢岳をバックにした「諫早湾自然干陸地フラワーゾーン」など、長崎にはロケーションも素敵な場所がたくさんあります！

150万本
10月中旬～11月上旬

SAGA
B 佐賀空港コスモス園



九州佐賀国際空港から東へ車で約1分。滑走路のそばだけに、タイミングが良ければ飛行機の発着と共に楽しめる。

開入場自由
休なし
P あり
佐賀市川副町犬井道
0952-46-0150(空港事務所)

なし　空港内にあり

子連れポイント★
近くの公園には飛行機の展示も！空港の展望デッキ(無料)にも足をのばそう




佐賀サポーター 和田さん

ほかにもあるよ！コスモススポット

宮殿が美しい「有田ポーセリンパーク」、お城がそびえ建つ「竹崎城址展望台公園」。「金立公園コスモス園」は金立SAそばで、アスレチックもありますよ。

知ってる？コスモスの花言葉　コスモスの花言葉は「乙女の真心」「調和」「謙虚」。色別にみると、赤…「愛情」 白…「優美」 ピンク…「純潔」 黄…「野生の美しさ」

甘～い香りのコスモス　黒に近い赤や、紫の花を咲かせる「チョコレートコスモス」は、その名の通り甘い香りが特徴。見つけたら確かめてみて！

県民共済
ホームページよりお申し込みできます　365日、受付OK!

こども1型 月掛金1,000円
保障期間 0歳～18歳　お申し込みは0歳～満17歳の健康なお子様

福岡県でお子様の5人に1人※が県民共済の「こども型」に加入されています!!

※福岡県民共済の「こども型」加入者数180,477人(令和2年4月末時点)
福岡県の0歳～18歳の人口853,452人(令和2年5月1日時点)より算出。
出典：福岡県オープンデータサイト

「こども1型」のお支払い事例

ケガによる通院もカバー
ケガによる通院は日額2,000円です。1日目から最高90日まで保障されます。
自転車で転倒し、右足を骨折。医師の指示によりギプスを10日間装着し、そのうち3日通院した。
通院1日当たり 2,000円 × 通院日数 10日 ▶ お支払い共済金 20,000円
※ギプスなどの固定具を装着している期間を通院とみなせるケースがあります。
※ギプスなどの固定具装着期間内に実通院日がある場合には重複して実通院日とみなしません。

日帰り(通院)手術
ケガや病気による手術が日帰り手術でも保障されます。
右耳が中耳炎になり、日帰り(通院)で鼓膜切開手術をすることになった。
お支払い共済金 20,000円
※保障期間内に発病した中耳炎を直接の原因とした治療を直接の目的として保障期間内に受けた手術が対象となります。

上記はお支払いの一例です。同様な事例の場合でも、加入コース、事故の状況、治療内容等によりお支払い例が異なります。

福岡県民共済生活協同組合 ☎092(261)5551(代)
FAX 092(261)5544
【営業時間】平日 9:00～17:00
共済取扱団体／福岡県認可 福岡県民共済生活協同組合
共済元受団体／厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会

附属小入試直前対策 全5回
12月～入試直前まで 年長児
過去の問題をベースに作成された本番さながらの演習で、総仕上げを行います！
■講座料:24,500円(税別)
※11月より先着順受付。詳細はお問い合わせください。

年少～ 冬期講習受付開始!
日時、料金など詳細はお問い合わせください。



第6回 年中児テスト
大切な今の時期にお子様の力をチェック！
11/8(日) 福岡教室・香椎教室
■対象:年中児 ■試験内容:ペーパー試験・面接
■受験料:2,000円(税別)▶「リトル・ママを見た」で1,000円(税別)に！

第5回 附属小合格判定テスト
ラストスパート！本番に近い雰囲気で実施します
11/8(日)・15(日) 福岡教室 11/8(日) 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
■受験料:5,000円(税別)▶「リトル・ママを見た」で4,000円(税別)に！

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、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



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
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
※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。
〒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)

100万本
9月下旬〜10月末

KUMAMOTO
E 俵山交流館 萌の里



交流館の西側斜面に広がり、雄大な自然も満喫できる。草原でピクニックや草スキーを楽しむ姿も。

開9:30〜17:30
休なし（交流館は不定休）
Pあり
阿蘇郡西原村小森2115-3
096-292-2211

砂利のため注意　芝生がオススメ

子連れポイント★
交流館の野菜料理バイキングやソフトクリームでお腹も大満足！




熊本サポーター
ayanoさん

ほかにもあるよ！コスモススポット
「道の駅 旭志」は同時期にひまわりも咲いていて、美味しい旭志牛も食べられます。有料ですが、「阿蘇ミルク牧場」「熊本市動植物園」も子連れに人気です！

5万本
10月上旬〜10月下旬

OITA
D 大分農業文化公園



芝生公園やアスレチック、オートキャンプ場も備える大型施設。東ゲートから700mの場所一面に咲き誇る。

開9:30〜17:00 ※時期により異なる
休火曜日（10月は無休）
Pあり
杵築市山香町日指1-1
0977-28-7111

施設内がオススメ

子連れポイント★
35mのすべり台、貸しボート、園内を走るトラムカーなど魅力満載！




大分サポーター
ひろせさん

ほかにもあるよ！コスモススポット
大分市の大野川右岸の河川敷「大在コスモスふれあい広場」は、橋を渡る列車も見られますよ。「くじゅう花公園」（有料）は、高原にある有名スポットです！

250万本
10月下旬〜11月中旬

KAGOSHIMA
G かのや 霧島ヶ丘公園



子供広場やキャンプ場があり、入口から見事に咲き誇る。展望台からは東に志布志湾、西に錦江湾と開聞岳の眺望が。

開9:00〜17:00
※施設により異なる・コスモスは見学自由
休月曜日（祝日の場合は翌日）
Pあり
鹿屋市浜田町1250
0994-40-2170

子連れポイント★
ゴーカートやマウンテンバイクパーク、大型複合遊具で1日充実！




鹿児島サポーター
ゆかりさん

ほかにもあるよ！コスモススポット
「鹿児島市都市農業センター」は、芝生公園もあってピクニックが楽しめます。市街地にある「慈眼寺公園」、溝辺空港近くにもコスモス畑がありますよ。

3万本
10月中旬〜11月上旬

MIYAZAKI
F 高千穂牧場



霧島連山の麓に広がる観光牧場。名物のソフトクリームを片手に、コスモス畑の中に出現した花の道を散策できる。

開9:00〜17:30（11月〜3月は〜17:00）
休不定休
Pあり
都城市吉之元町5265-103
0986-33-2102

子連れポイント★
乳しぼりや動物とのふれあい（無料）、アイスなどの手作り体験も！（有料・開催日要確認）




宮崎サポーター
猪俣さん

ほかにもあるよ！コスモススポット
「西都原古墳群」は博物館や芝生エリアもあって子どもから大人まで楽しめます。「生駒高原」（有料）は、ビュースポットがあるので写真がきれいに撮れますよ！

コスモスは宇宙と繋がってる!?　コスモスの語源は、ギリシャ語で「秩序」や「調和」を意味する「kosmos」に由来。哲学者・ピタゴラスはこれにちなみ、星がきれいに揃う宇宙を「cosmos」と呼んだそう。このことから花びらが整然と並ぶこの花もcosmosと呼ばれるようになったとか。（諸説あり）

もう、ご存知ですか？これからの家計の「新常識」

無料の託児付き

ライフプランマネー講座

来場特典！ おひるねアートorフォトブース撮影会＋焼き菓子セット
または 人気ホテルでのおしゃれなランチ♪


おひるねアート
制作：小川ふみこ先生


フォトブース
制作：メゾンドパーティ 椹橋さゆり先生


16区の焼菓子セット付（スタバのコーヒー）

フォトブース
11月19日（木） 託児あり
ベストアメニティ天神ビル6F
福岡市中央区天神4-4-26
10:00〜 受付
10:30〜 セミナー
13:30〜 撮影会
各自、撮影終了後、解散

フォトブース
11月21日（土） 託児あり
春日クローバープラザ
福岡県春日市原町3-1-7
9:30〜 受付
10:00〜 セミナー
12:30〜 撮影会
各自、撮影終了後、解散

おひるねアート
11月28日（土） 託児あり
ベストアメニティ天神ビル6F
福岡市中央区天神4-4-26
10:00〜 受付
10:30〜 セミナー
13:30〜 撮影会
各自、撮影終了後、解散

人気の無料講座

教育・住宅・老後
正しいライフプランの考え方
具体的な教育資金の準備法やローンのメリットを活用した住宅購入の方法、老後資金の解決法などライフプランニングに重要な3つのポイントを初心者にも分かりやすく教えます。

どう違う！？どう始める！？
iDeCoやNISA・積立NISAの賢い活用法
今さら聞けない運用のアレコレ、iDeCoとNISAの違い運用の落とし穴などを徹底解説。運用のコツが学べます。

本当にお得!?
ふるさと納税のお得な活用法
「節税」できる仕組みを学べます。

夫婦参加OK!!


講師 日野 修治 先生
株式会社FPサンライズ 代表取締役・ファイナンシャルプランナー。30代・40代の方を中心に貯蓄・運用などのマネーセミナーや住宅ローンの説明会セミナーを開催。セミナー講師育成のプロからの依頼も来る人気FP。現在、3人の育児に奮闘中。来年2月には4児のパパになる予定。

ランチ付き♪（撮影会・焼菓子の特典は付いておりません）
会場 ザ・ライブリー博多福岡
11月22日（日）
10:00〜 受付
10:30〜 セミナー
セミナー終了後、ランチ
14:00 終了（予定）
ランチ付・託児あり





ご予約はこちら
取扱代理店 株式会社FPサンライズ
〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神4-4-26ベストアメニティ天神ビル6F
TEL：092-558-1955（9:00〜18:00）（土日祝はメールのみ）
携帯：080-7477-5083（担当：日野・相川） E-mail:info@fp-sunrise.co.jp
※ご希望日・参加者のお名前・人数・ご連絡先の電話番号・託児が必要なお子様の人数・年齢を記載の上、応募ください。

お申し込みはこちら



「ずっと、子どもの味方であり続けたい」

絵本作家
よしながこうたくさん
インタビュー

1979年生まれ。福岡市在住。18才から作家活動をはじめ、イラストレーターとして国内外の仕事を手がける。27才で制作した初の絵本『給食番長』が人気となりシリーズ化。他に『ようかいガマとのシリーズ』『ぼくだってウルトラマンシリーズ』など。現在は日本各地で「読み聞かせ&ライブイベント」も開催中。



2007年、絵本業界に衝撃が走りました。わんぱく小学校1年2組の児童たちと給食のおばちゃんたちによる熾烈な給食抗争を描いた『給食番長』の登場です。当時は絵本らしくない絵や内容に賛否があったものの、子どもたちから圧倒的な支持を得て後にシリーズ化。その著者、よしながこうたくさんに子どもの頃の思い出や制作秘話などたっぷりお話を聞いてきました。

取材・文／井みどり　撮影／武田洋輔　取材協力／ビブリオキッズ

想像を形にするために絵を描いた少年時代

家ではあまり喋らない子どもでした。ガキ大将の兄貴から虐げられて生きていたから大人しかったな(笑)。虫や動物が好きで、外ではみんなとスポーツするよりも隅っこで一人虫を探してスケッチしていました。他には怪獣と妖怪も好きで、特にウルトラマンの怪獣が大好き。テレビ番組で毎週違うキャラクターが出るたびに「うわぁ、すげー！」と驚き、冒頭からどんな展開になるのか想像してワクワク…の繰り返し。でも想像だけじゃ実際のサイズ感が分からない。だから描いて確認するためにいつも絵を描いていました。

その頃の将来の夢は、絵描きさん、怪獣映画の監督、プラモデル屋さん。一番は怪獣映画を作りたかったけど、映画『ジュラシックパーク』の出現で僕の妄想が晴れ、「もういいや！」となり、絵の方に進みました。

前代未聞の絵本、誕生秘話

高校からデザインをしっかり勉強して大学に進学し、卒業後は「東京で一等賞とってきますわ」ってノリで上京。でもイラストレーターをやっていたけどまったく売れず…。そんな時に知り合いから「絵本を読んだことなくて、誰にも似ていない絵を描く人を探している出版社がある」と紹介され、とりあえず担当者に会ってこれまでの作品を見せたらどれも使えないって言われちゃって(笑)。その中で唯一目に留まったのが給食食器セットのパッケージの仕事で、それが『給食番長』に繋がったんです。

タイトルが決まって下書きを描いている途中、実家の都合で福岡へ戻ることに。その時に描いてたのは、番長がみんなを食べちゃう超ホラーもの。売れると思ってないし、一冊出せればいいや！って感じだったから自由に描きました。



「これは『給食番長』の下絵。子どもに見せたらめちゃくちゃ人気で(笑)。ラストは焼かれて割れて中からちっちゃい番長が出てくるんですよ」

それが本描きする直前に全ボツ。「こんなの売れるわけないでしょ！」って担当さんに怒られました(笑)。それからは真面目に近所の小学校に取材にも行き、やっと出版まで漕ぎつけたらすぐに売れて！増刷も決定したんですよ。でも出版して2年くらいはクレームの嵐。親御さんから「子どもをナメてるんですか」「子ども向けじゃないですよね」とか言われ、絵本専門店からは突き返されたことも。大人の勝手で子どもから面白いものを取り上げる現実を目の当たりにしました。だから僕は「子どもの味方でいよう」と決めて、子どもたちのためだけに、という思いで絵本作家を続けています。



デビュー作の『給食番長』と、妖怪の殿様・ガマとのが大活躍する『ようかいガマとのシリーズ』

子ども目線で子どもが主役

子ども向けの本には夢とロマンが大切だと考えています。子どもが主役で不思議な怪事件が起こる本を読んで、自分の周りで本当に起きたらどうしようって思えるような。『給食番長』にもちっちゃいキャラクターを仕込んでいて、机の下にこんなのがいたらどんな感じかなって想像が膨らむ工夫をしています。僕も子どもの頃に「怪獣がうちに来たらどうしよう」なんて空想していたから、それを今の子どもたちにも味わってほしいんです。

『給食番長』がきっかけで全国各地に呼んでもらえるようになりました。最初の頃は何を話していいのか分からず、開始3分で全員帰っちゃった事件や、誰もいないサイン会など辛い目にあって猛反省。慣れてきた3年目に以前取材した小学校へ行くと、ある少年から「あなたが欲を出すと必ず売れなくなります」と神のお告げのような言葉を頂くという不思議な体験もあったな(笑)。

子どもと一緒に空想を楽しんでほしい

お母さんには子どもの空想に付き合ってほしいですね。コロナ禍で一人の時間も増えていますが、この時期にどう遊ぶかで将来が変わると思います。何かを確立した子が大人になった時、きっとすごい物を発明してくれるんじゃないかな。ゲームやスマホばかりやっている場合じゃなくて手を動かす！そして感性を育てる！情報を受けているばかりだと、自分から発信できないから、想像する力も育ちません。例えば、同じ素材を見て「ママはこう見えるけど〇〇はどう見える？」など意見を言い合うような空想力対決とか。部屋にいながら少ない資源で、いかに大きくモノを作れるかを一緒にやってあげてほしいな。



ビブリオにやってきた小学生と気さくに会話する場面も。「おいちゃんが宿題やっちゃろーか？」「自分でするもーん」

新作絵本が発刊!!



『会えるかも!? 妖怪ずかん』
あかね書房
よしながこうたく・ようかいガマとの 著
11月発売予定
1,500円(税別)

今の世界に妖怪たちが姿をあらわしたら!? その原因に注目して、妖怪の特徴を文と絵で解説する現代風妖怪図鑑。案内役は、妖怪の殿様"ガマとの"だ。

※表紙画像は仮のものです

【取材協力】**絵本と図鑑の親子ライブラリー ビブリオキッズ**
1万5千冊を超える絵本や図鑑を自由に楽しめる、親子のための図書館。
住所／福岡市南区大橋3-2-1大橋プラザ2F
電話／092-557-3272　開館時間／9:00〜18:00　休み／火曜・祝日
※利用には初回のみ会員登録(1世帯500円)が必要

試して 感じる おうちで理科あそび

実はおうちの中の身近なものに、
科学はつまっています。
子どもと一緒にできる「プチ理科実験」で
未来の「科学の芽」を育てよう！



教えてくれたのは

つじ　よしお
辻 義夫先生

理科教育家、中学受験理科のスペシャリスト。著書に『頭がよくなる 謎解き理科ドリル』(かんき出版)『中学受験 見るだけでわかる理科のツボ』(青春出版社)など

お風呂、キッチン、リビング…おうちで簡単にできる理科実験で、将来の「理系アタマ」を育てる方法はたくさんあります。ぜひお子さんと一緒に、楽しんで実験してみましょう。

荷づくりテープで空中浮遊



荷づくりテープを束ねて細かく裂き、ゴム風船を膨らませます。それぞれをティッシュペーパーでこすって静電気を帯電させると、反発する力が発生。テープの束を空中に投げ、その下に風船を持っていくと、テープの束が空中浮遊♪

用意するもの
- 荷づくりテープ（長さ15cm程にカット）
- ゴム風船
- ティッシュペーパー

学びポイント

荷づくりテープ、ゴム風船を手で触った感じを、しっかり体験しておくことが、先々の学習につながっていきます。「このような、すべすべしたものをこすると、力が働くんだな」くらいの印象でもOK。下敷きで髪をこすって「似てるね！」などもいいですね。

やってみよう！



荷づくりテープはよく見ると2枚重なっているので、はがしてそれぞれの端を結んでから、細かく裂いていきます。なるべく軽くなるように仕上げるのがポイント。





荷づくりテープと風船をそれぞれティッシュでこすって静電気を起こします。



静電気の反発し合う力で荷づくりテープの束がふわふわ浮くはずが、撮影時が真夏で高湿度だったため、静電気が発生しづらく失敗…。



読者サポーター
渡邊さん親子

そういえば、冬はセーターを着ているとビリ!ってなるのに、夏はなったことがないですよね。湿度の多い季節は静電気が起こりにくいのかな?と子ども達と考えるきっかけになりました。

ペットボトルで空気砲

用意するもの
- ペットボトル
- ゴム風船
- ビニールテープ



ペットボトルとゴム風船を使って作る「空気砲」。ゴム風船を引っ張って放すと、ペットボトルの口から風圧が。紙で的を作って狙い、吹き飛ばして遊ぼう！

やってみよう！



▲風船とペットボトルをハサミでカット。

▶ペットボトルの切り口に風船をかぶせて、ビニールテープでぐるぐる巻きにしっかり固定すれば完成！





読者サポーター
森本さん親子

ペットボトルに風船をかぶせるのが少し難しかったですが、家にあるもので簡単におもちゃができていいアイデアだなと思いました♪パパと一緒に空き箱を倒して遊んでみましたが、初めてやる遊びに娘もすごくハマっていました。

学びポイント

ふだん意識することが少ないのですが、空気や水の力は、実は侮れません。こうやって実感しておけば「伸びたもの、縮んだものには元に戻ろうとする力がある」と体感的に理解できます。将来、物理分野で力学などを学ぶときの、土台となる感覚が養えますね。お風呂で風船に水を入れ、水の重さを体感するのもおすすめです。

紫キャベツでカラフルやきそば



紫キャベツ、赤しそなどを煮出した汁でつくるカラフルやきそば。紫色の液体をベースに、おうちにあるいろんな液体（炭酸水・調味料・卵の白身など）を混ぜて色の変化を楽しみます。紫の色素に含まれるアントシアニンは、酸性→中性→アルカリ性によって色が変化します。



用意するもの
- 焼きそばの麺
- 紫キャベツ
- 炭酸水
- レモン汁
- 卵の白身
- など

学びポイント

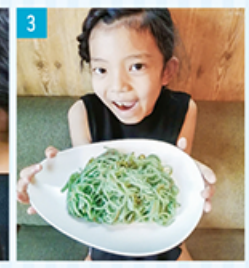
中華麺はアルカリ性の「かんすい」を使っているため、アントシアニンを加えると緑色に変化します。この焼きそばは、ハロウィンのときの料理などにもピッタリ。小さなお子さんなら単純に「色が変わったのでびっくり！」だけでいいのですが、この体験から「ふだん食べているものの中にも不思議がたくさんある」と感じてもらえるといいですね。その他「紅茶にレモン汁を入れてレモンティーにすると色は…？」なども試してみましょう。

やってみよう！



紫キャベツを刻んで、お鍋で煮出します。





❶でつくった紫キャベツ液を、やきそばを炒める際のほぐし液に使うと、麺が緑色に！



❸の緑色の麺にレモン汁を加えると、白く変化！



いろんなもので実験したよ



紫キャベツ液に、家にあるものを入れて実験！



※掃除用重曹や洗剤は飲食物に使用しないでください



読者サポーター
船橋さん親子

普段のご飯作りで、これは酸性これはアルカリ性…なんて考えたことがなかったので驚きと発見がたくさん！子ども達は色が変わった焼きそばを食べるのに躊躇していたので、最後は全部混ぜてソース焼きそばにして食べました。残った紫キャベツと煮汁はスープにしようと思い、鶏ガラスープの素を入れると真っ青に！





モニターママに聞きました

うちのコ、これがお気に入り♡

お子さんが好きな絵本、教えて！





おうち時間が増え、子どもと一緒に絵本を読む機会も増えましたね。
モニターママたちに、おうちでどんな絵本を読んでいるのか教えてもらいました！
新しい絵本を探している方はぜひ参考にしてくださいね♪





豊田さん
5才、3才、1才女の子のママ

『ぞうくんのさんぽ』



なかのひろたか／作・絵
なかのまさたか／レタリング
福音館書店

ぞうくんが、途中いろんなお友達と出会いながらおさんぽを楽しむという絵本。長女が2才の誕生日の時に購入した思い出の一冊。絵が可愛くて、のんびりした感じがいいのか、5才になった今でもお気に入り。下の子たちにも受け継いでいる、うちの子みんなが大好きな絵本です。



津留さん
1才男の子のママ



『いっしょにあそぼ しましまぐるぐる』

かしわらあきお／絵
学研



赤ちゃん用にしっかりとした丈夫な作りになっているので、月齢が小さい時からよく読み聞かせしています。月齢が進むにつれて、絵をなぞったり、本をめくったりと楽しみ方が変わる様子もわかるので、ママも読んでいて嬉しくなる一冊です。





前田さん
3才男の子、1才女の子のママ



『しろくまのパンツ』

tupera tupera（ツペラ ツペラ）／作
ブロンズ新社

1才と3才の子どもがいるので、我が家では2人とも楽しめる絵本が人気です。なくしたパンツを探すしろくまさんのお話で、しかけも、あっと驚くオチもあり、ウケが良く、何度読んでもケラケラ笑ってくれる子どもたちの姿が可愛いです！





『ブック&タック プラレール いっぱい』

講談社



江口さん
1才男の子のママ

のりものが好きなので、これを見ている時はとてもおとなしくて助かります。1日に何回も見てますね。小さいサイズでハードタイプなので、お出かけにも便利。車の種類を覚えたり、英語で教えたり、使い方はいろいろです。





中野さん
3才男の子、1才女の子のママ



『こいのぼりくんのさんぽ』

すとう あさえ／文　たかお ゆうこ／絵
ほるぷ出版

初めて買った行事絵本。何かしら季節感のあるものをいつも読んでいるのですが、これは長男に端午の節句のことを知ってほしくて選びました。日本の伝統行事を優しく伝えてくれておすすめです。大好きなお魚も描いてあるので、これがいちばんのお気に入り。



杉山さん
2才女の子のママ

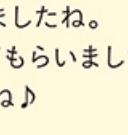




『せかいのこっきえほん』

わらべ きみか／絵
ひさかたチャイルド

今、娘が国旗にとてもハマっていて、この絵本を毎日何回も繰り返し読んでいます。国旗の大きな図と、その国の名産品などのイラストが載っており、この国はどこ？これはなに？と聞かれて答えているうちに、まったく興味のなかった私もだんだん詳しくなってきました！



深田さん
1才男の子のママ



『なかよしだっこ だいすき！ぎゅっぎゅっ』

まつおりかこ／著
永岡書店



「だいすきぎゅっぎゅっ」の単純な繰り返しですが、息子も読んでいる私にぎゅっぎゅっとしてくるんです。かわいい！最後は子どもの名前とママを当てはめてぎゅっぎゅっとできるページもあり、自然に親子のスキンシップもできておすすめ！





佐藤さん
1才女の子のママ

『こいぬのスナッフィー』



ディック ブルーナ／文・絵
村田 さち子／翻訳
講談社

Illustrations Dick Bruna (c) copyright Mercis bv,1953-2020
www.miffy.com
※現在品切れ

ページがくり抜かれた窓絵本になっていて、初めての絵本として娘のお気に入りでした。子犬が動物たちに出会うだけの単純さとブルーナ作品のカラフルさが赤ちゃんにはいいのかも。犬や猫の動物が大好きな娘、この絵本が好き過ぎて表紙のスナッフィーを握り過ぎて、ちぎってしまいました…。



溜島さん
1才男の子のママ



『カラフル』

新井 洋行／作
岩崎書店



出産祝いでいただき、初めて読み聞かせた絵本だからか、小さい頃からずっと好きです。一緒にころりんしたり、むぎゅーしたり、ごっちーんしたり、触れ合いながら楽しめます。音や色、本の形状なども月齢が低い子でも興味を持てるし、自分でめくることができるのでとてもオススメ。



徳原さん
1才男の子のママ





『やわらかパズルえほん　トミカ』

交通新聞社

©TOMY　「トミカ」はタカラトミーの登録商標です。

保育園ではトミカの本が大好きで、先生に色々な車の名前を教えていただき、うちに帰ってから覚えた名前を一生懸命伝えてくれます。これは、「パーキング」からトミカのパーツをはずして、溝に立てたり動かしたりして遊べるので飽きずに楽しめるようです。

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

Little mama フリマ

「フリマ・マルシェ」一時中止のお知らせ

Little mama マルシェ

福岡県内の各施設で実施している、
「Little mama フリマ」「Little mama マルシェ」の開催を、
当面見合わせることにいたしました。





新型コロナウイルス感染拡大の状況に配慮しつつ、
ファンの皆様の声にお応えしようと
可能な範囲での開催を続けてきましたが、
感染症収束の見込みが立たないため
10月からは全会場で中止とさせていただきます。
今後の再開については
諸々の状況に注視しつつ、タイミングを検討して参ります。
フリマ・マルシェが再開した際は、ぜひ足をお運びください。
会場でお会いできる日を心よりお待ちしております。





スタッフ一同

ママとつながる！　イベント検索も

子育て情報交流サイト リトル・ママ

はじめての育児や慣れない土地での育児を頑張るママへ。ママ同士が気軽に繋がれるサイトに新しく「トーク機能」が加わりました！活用して交流を楽しんでみてね♪

あなたにピッタリ♪なイベントがきっとみつかる！

料理教室



親子ヨガ



セミナー



※過去実施のイベント、イメージ画像です

親子で参加できる近所のイベントから、全国どこからでも参加できるオンラインイベントまで見つけることができます。

＼New／ トーク機能

使ってよかった！ママの声
同じ悩みを持つママと話せて気が楽に！全国のママからアドバイスしてもらえてうれしかったです。



気になるジャンルからイベント情報やトークの投稿が簡単に探せる！



育児について相談したい



8万人のママが会員！悩みを解決してくれるかも



ママ友をつくりたい



投稿に鍵もつけられるから安心♪

今ならQUOカードPay500円分を抽選で毎月10名様にプレゼント！



トーク機能を使って参加しよう！

リトル・ママ　トークキャンペーン

Happy Halloween

おうちハロウィン Instagram（インスタグラム）キャンペーン

【キャンペーン期間】11月8日（日）まで

「CHEER!days」をフォロー&「#チアデイズ」で投稿！

抽選で「スキンケアセット（ミニサイズ）&オリジナルエコバッグ」プレゼント！
セットで30名様



11/11（水）にインスタLIVEで当選者発表！仮装して参加しよう♪

ハロウィン写真を投稿してね♪





FCO·OP

@fcoop_cheer_days
＼follow me!／

＼子育て応援サイト／ CHEER!days チアデイズ

CHEER!daysはエフコープが運営する子育て応援アカウントです。

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



モニター・ママのお悩み
吐いた時にどうすればいいのか不安です

読者モニター
津留由美さん
（1才男の子のママ）

今月の質問
子どもの嘔吐

子どもが嘔吐しやすい体質です。お家でできる対処法やケアを教えてください。

症状が軽いなら吐き気が治るまで絶食して水分を少しずつ摂取しましょう。繰り返し吐く場合は早めに病院を受診してください。

取材・文／井みどり

子どもの嘔吐にはどんな種類がありますか？

幼い子どもが嘔吐すると、親御さんはびっくりしますよね。嘔吐は何らかの原因により延髄の嘔吐中枢が刺激され生じます。口からミルクがたらたら流れる溢乳（いつにゅう）と混同されるため区別が必要です。原因は様々であり、年齢や食事との関係、ストレスの有無、経過の長さ、反復性、吐き方や吐く量、嘔吐以外の随伴症状から判断していくことになります（右表参照）。

原因となる病気も多く、右表に記載されていないもので新生児の乳児消化管アレルギーや食物アレルギーによるアナフィラキシーなどもあります。ほとんどの場合は表内の「よくある（頻度の高いもの）」が考えられますが、まれに怖い病気が潜んでいることも。原因をはっきりさせるには親御さんのみで判断するのは難しいため、次の対処方法を見て受診の目安にしてください。

	よくある（頻度の高いもの）	まれ（頻度の低いもの）
乳幼児	胃腸炎、胃食道逆流、過剰摂取、解剖学的閉塞※、全身性感染症、百日咳、中耳炎	副腎生殖器症候群、先天性代謝疾患、脳腫瘍（頭蓋内圧亢進）、硬膜下血腫、食中毒、反芻症、尿細管性アシドーシス、腎盂尿管移行部狭窄
学童期	胃腸炎、全身性感染症、胃炎、毒物摂取、百日咳、投薬、胃食道逆流、中耳炎、解剖学的閉塞※、虫垂炎	Reye症候群、肝炎、消化性潰瘍、膵炎、脳腫瘍、頭蓋内圧亢進、中耳障害、化学療法、食道アカラシア、周期性嘔吐（片頭痛）、食道狭窄症、十二指腸血腫、先天性代謝異常、糖尿病性アシドーシス

※腸回転異常症、幽門狭窄、腸重積症を含む

《出典：ネルソン小児科学　原著第19版》

嘔吐後の対処法や親が気をつけることは？

嘔吐した際は吐物を誤嚥する可能性があるため、顔を横に向け、吐物をタオルなどで拭き取りましょう。そして、汚れた体、衣服、寝具をきれいにし、次の嘔吐の準備をしてください。洗濯は、感染症の可能性があるため他のものとは分けてください。

その他の症状があるかどうかもチェックしてください。熱、便の状態（下痢、血便）、腹痛、腹部膨満、頭痛、耳痛などです。嘔吐以外の症状がはっきりしている場合は病院を受診してください。嘔吐以外の症状が軽いか、無い場合には様子を見ましょう。繰り返し吐く場合は早めに病院を受診してください。

水分補給や食事はどうしたらいいの？

嘔吐後、すぐに水分を摂ると胃に負担がかかり余計に吐いてしまう事があります。最後の嘔吐から30～120分ぐらい時間をあけ、落ち着いたら1回10～20mℓの少量を、10～30分毎に少しずつ与えてください。5回摂取後も吐かなければ飲み物を2倍ずつ増やしていきます。飲み物は常温の経口補水液、乳児であれば母乳やミルクが好ましいです。

食事は水分摂取が可能になり落ち着いてから。最初はゼリーやおかゆ、うどんのような消化が良く水分が多めのものから始めてください。脂っこいものや生ものは症状が落ち着いてからも数日は控えましょう。

夜間の場合、注意することは？

夜間・休日であれば、症状次第ではやむを得ず吐き気止めを使用することになります。ただし、副作用もあるため頻回の使用は避けましょう。

繰り返し吐く、吐物が緑色・血が混ざっている、血便や黒色便、間欠的（良くなったり・悪くなったりを繰り返す）な激しい腹痛を起こし声をあげて泣く、排尿が半日以上ない、意識障害がある時は、夜間休日救急外来をすぐに受診しましょう。



教えてくれたのは…

内田こどもクリニック

診療科目　小児科

受付・診療時間
●平日　9:00～12:00／13:30～17:30
※夜間の急変に備え20:00～20:30（月～金）夜間診療の受付をしています。
●土曜　9:00～14:00
●休診　日曜、祝日

平日10:00～12:00、13:30～17:00に当院2階で無熱外来を行っています。乳幼児健診、予防接種、定期薬処方の方は安心して受診してください。

経歴
2010年　北里大学医学部卒
2013年　九州大学病院　小児科入局
2019年　内田こどもクリニック　副院長



日本小児科学会 専門医
内田 理彦
副院長

福岡市城南区別府1-21-21
☎092（844）2730



No. 148
こんどーせんせいの「こどもはスゴイ！」

聞こえているよ♪



お話しいただいたのは
近藤 嘉人 院長

☆ある日の出来事

4才の男の子。今日は初めての治療です。

少し前に別の歯医者に行ったのですが、泣いて口を開けてくれなかったそうです。今日も、治療台の上であおむけになるものの、目を閉じたままうっすら涙を浮かべています。

そこで、ちょっと間を取るため、そしてその子のことをもっと知るために、歯科衛生士は器具を準備しながら、治療台のそばにいるママとお話を始めました。

「どんな食べ物が好きですか？」

「いま何にハマっていますか？」

笑い声もまじえて、「そうですよね～」などとママとお話をしたあと、頃合いを見て男の子に「お口を開けてね」と声をかけると、目は閉じたままですが、すんなりと自分から口を開けたのです！それからは、スムーズにすべての治療がすすみ、男の子は治療の途中で寝てしまいました。

その様子を見てママはビックリしていましたが、私にはその理由の察しがつきました。男の子は目を閉じたままでも、大好きなママと親しく会話しているのを聞いていて、歯科衛生士と私のことを信用したのです。

☆笑顔であふれる場所

小さな子が「イヤだ～」と〝かんしゃく〟をおこして、ただ感情を爆発させて抵抗しているように見える時も、同時に聞き耳をたてて周りの反応をうかがっている、その冷静な、ある意味〝したたか〟な行動がとれることに驚かされます。

「小さな子は、どうせ言ってもわからないから」と、有無を言わさず体を押さえつけたり、ましてや暴力をふるったりするのは間違っています。〝しつけ〟と〝体罰〟は似て非なるものです。ですから、わたしたちは「会話」をとても大切にしています。言葉のやり取りをしているうちに、警戒する気持ちは消えていきます。

治療の前でも、治療中も、治療が終わった後も、診療室でも、待合室でも、子どもたちと、保護者の方と、とにかくいろんなお話をするよう心がけています。

そして、お話をしたことを記録に残して、すべてのスタッフが共有できるようにしています。その子のことについて、スタッフ全員が詳しくなれますし、またお話が広がるのです。そうして、私たちと子どもとの信頼関係が生まれると思っています。

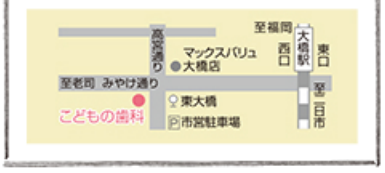
また、小さな子どもから学ばせてもらいました。ありがとう。やっぱり「こどもはスゴイ！」。

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/



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、私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。





No.151

とび先生のキッズ歯科

バトンタッチ♪

初めて前歯が永久歯に生えかわるのは6才頃で、子ども達にとっては一大イベントです。奥歯はいつ生えかわったか覚えていなくても、最初の生えかわりは覚えているもの。ムズムズして気持ちが悪く、グラグラして取れそうで取れない不安感で、触らせてくれないことも多いと思います。そんな時には、「大人の歯が生えてきているから心配ないよ」と教えてあげてください。

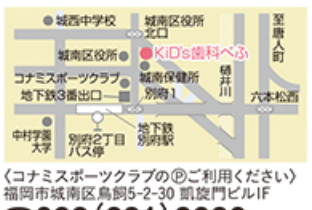
きれいに洗った指で動かして抜いたり、食べている間に抜けちゃったり、そんな場面も思い出になることでしょう。抜けた乳歯には「今までありがとう」という気持ちで、そして生えてきた永久歯は「おじいちゃん、おばあちゃんになるまで大切にしようね」と、歯磨きの大切さを教えてあげましょう。



情報クリップ

「お口の中を清潔に保つこと」新型コロナウイルスの感染予防になるだけでなく重症化を防ぐためにはとっても大切なのです。毎日のマスク・手洗い・うがいの習慣に加え、歯磨きも頑張りましょうね。

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）
●休診／木曜・祝日
日曜日も診療しています
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/



お話しいただいたのは
下飛田 道子 院長

mikiHOUSE キッズパル 幼児教室
MIKIHOUSEの幼児教室
岩田屋本店教室 本館6階
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
子育てがもっと楽しくなる場所、キッズパル。
実際のレッスンをまるごと体験！
満1歳児クラス
2019.4/2～2020.4/1生まれのお子様
●火曜日 13:00～14:00（10/13・20・27）
●金曜日 10:20～11:20（10/16・23・30）
親子で、たくさんの「はじめて」を体験しませんか？
500円（税込）　要予約　ご入会でプレゼントあり
今だけ！入会金5,500円引 通常：11,000円（税込）
※10/31（土）までにご入会の方
1歳～年中児クラスも！
お得なおためしレッスンのご予約も受け付けております！
●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（10:00～17:00 ※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

@littlemama_official で配信！
リトル・ママ オンラインフェスタ開催
参加無料
オンラインフェスタ九州 12月17日（木）・18日（金）・19日（土）
10:00-15:00
全国で視聴可能ですが、今回は特別に九州在住のママ向けの内容でお届けします！

オンラインお誕生日会
オンラインフェスタ恒例のお誕生日会を開催します！12月生まれのご家族がいるママたち集まれ～！みんなでお誕生日をお祝いしましょう♪同じ誕生日の人にも出会えるかも?!

クリスマスフォトコンテスト
「#リトルフォトコン」をつけてお子さんの写真を投稿するとリトル・ママで紹介されるかも?!
当日はグランプリも発表！クリスマスらしい写真をお待ちしています★

トイレットペーパー積みレース
リアルフェスタでも人気のコンテンツがオンラインフェスタに登場！ご自宅から参加できちゃいます♪

豪華プレゼント抽選会
1日中開催されている「プレゼントキーワード付き企業LIVE」に参加してキーワードを集めると、豪華賞品が当たるかも?!

過去のオンラインフェスタに参加したママの声
子育て応援企業のお話は、お得なキャンペーンの情報もゲットできたし、すごくためになりました。
ベビーサイン、バースデープランナーのコーナーは、とても楽しかった。早速子どもにベビーサインを教えています♪

他、全国で開催！
10月22日（木）～24日（土） 関東
11月12日（木）～14日（土） 中部・関西
詳細はこちらから！
リトル・ママ　オンラインフェスタ
この他にも、全国のママによる学び・遊び・体験LIVE、プレゼントキーワード付き企業LIVEなど盛りだくさん！

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 10/22（木）　一次選考結果発表 10/24（土）
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～
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!!
「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20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♪



◀9月にはダンスレッスンも実施しました！



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
テーマに開講しているオンラインスクールです！

こんなママにピッタリ

- 子どもとの時間を大事にしながら働きたい
- 社会とつながっていたい、誰かの役に立ちたい
- 新しいことにチャレンジしたい
- 在宅ワークをはじめたい
- 一緒に頑張る仲間がほしい

新しい一歩を踏み出したいママをお待ちしています

受講してスキルアップ！

- ☑ママライター講座
- ☑Web制作講座
- ☑在宅オペレーター講座
- ☑Instagram講座
- ☑フォトグラファー講座



卒業後にもこんなつながりが♪



★同じ目標を持つママとの出会いがあります
★情報交換をしたり、お仕事紹介があったり
★毎月、オンラインでランチ会や勉強会を開催
★お仕事の案件受注に向けてバックアップ

※本講座はお仕事の紹介を約束するものではありません。予めご了承ください。

各講座定員20名／オンライン授業

開講スケジュールは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♪

リトル・ママ　ビジネススクール

LINE 友だち追加

¡LA VIDA en ESPAÑA! スペイン子育てRepo Vol.2

Report of parenting in Spain

不定期でお届けしているスペイン子育て事情、今月は放課後のクラブ活動についてレポートしていただきます♪



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



柔道はスペインでも人気の習いごとのひとつ



校内でインラインスケートも！こんなの日本では考えられない習いごとですよね



美術のアクティビティ中の息子。これも芸術？なんでもアリなところがさすがスペイン

学校のクラブ活動について

長い昼休みの間にクラブ活動

日本とスペインの学校の大きな違いの一つとして、部活がないかわりに昼休みや放課後に有料でアクティビティ（活動）ができる事があると思います（希望者のみ）。

息子たちの学校の昼休みは12時半から14時半まで。2時間！長いですよね。前半は低学年、後半は高学年が給食を食べます。低学年は給食の後に、高学年は先にアクティビティをしてから給食になります。

クラブ活動の種類がたくさん！

昼休みのアクティビティは、柔道、チェス、ピアノ、ギター、バイオリン、畑作業、サーカスなど色々！授業は16時に終わり、放課後にアクティビティに参加させ、お迎えを遅らせる事もできます（送迎は11才まで必須）。放課後も、サッカー、バスケット、英語、美術、水泳や演劇など様々なアクティビティがあり、これらはAMPAという父兄会（日本のように先生が入るPTAではなく保護者だけで構成）が組織運営しており、料金は1つのアクティビティで1ヵ月17ユーロ（約2,000円）～と良心的。

毎日大忙しの息子達！

うちの息子達は、昼休みにチェス、畑作業、卓球、ピアノ（つまらないと言われ泣く泣くやめさせた）を、放課後に美術、インラインスケート、水泳、柔道を習っています。サッカー、バスケット、柔道は土曜日に学校対決の試合があります。その他に本格的に習いごとを極めたい人は学外のアカデミー（専門の習いごとの学校）に通います。スペインの子ども達は忙しいですね！次回は、スペインのコロナ禍についてレポートします。

10月 今度の土日 開催時間 AM10:00 ～ PM 5:00

現地販売会開催

事前予約をおすすめしております。



No.1 敷地面積／207.03㎡ 建物面積／108.05㎡



【物件概要】●所／福岡県直方市感田●総／5棟●販／3棟●土／207.03㎡～207.25㎡●建／107.64㎡～108.08㎡●価／2,290万円・2,390万円●完／2020年8月●用／1住居●設／公・九電・PG・浄●交／筑豊電気鉄道「感田」駅徒歩2分●構／木2



No.1 敷地面積/140.39㎡ 建物面積/105.99㎡

主寝室8帖の広々とした空間でのびのびとお休みいただけます。



【物件概要】●所／福岡県直方市新町3●総／3棟●販／3棟●土／140.39㎡～144.30㎡●建／105.99㎡～108.47㎡●価／2,190万円込・2,290万円●入／2020年9月●建確／第R02HSC110172号他●用／準工●設／公・九電・オ電・本・PG●交／平成筑豊鉄道「南直方御殿口」駅徒歩6分●構／木2

【略語項目の説明】
所／所在地、交／交通、総／総区画数、販／販売数、土／土地面積、建／建物面積、価／価格、入／入居予定時期、完／完成年月日、建確／建築確認番号、用／用途地域、権／権利、地／地目、都計／都市計画、建／建ぺい率、容／容積率、設／設備、九電／九州電力、公／公営水道、都／都市ガス、PG／プロパンガス、本／本下水、オ電／オール電化、浄／浄化槽、集浄／集中浄化槽、制限／その他の制限、種／種別、未／未入居住宅、新／新築分譲住宅、構／構造【用語の説明】■1低専／第一種低層住居専用地域 ■2低専／第二種低層住居専用地域 ■1中高／第一種中高層住居専用地域 ■2中高／第二種中高層住居専用地域 ■1住居／第一種住居地域 ■2住居／第二種住居地域 ■準住居／準住居地域 ■近商／近隣商業地域 ■商業／商業地域 ■準工／準工業地域 ■工業／工業地域 ■工専／工業専用地域※掲載物件は全て売主です。※図面と現況の相違は現況優先と致します。※広告制作中にて売却済みの物件につきましてはご容赦下さい。販売価格は全て税込です。※広告有効期限／2020年10月31日

アイダ設計 新宮モデル店

〒811-0111 福岡県糟屋郡新宮町三代730-10
TEL.050-3173-2476 営業時間 9:00～18:00
https://www.aidagroup.co.jp

フリーコール 0800-888-5455

一級建築士事務所登録（4）第8520号・宅建業／国土交通大臣免許(7)第4179号・建設業／国土交通大臣許可（特－2）第14192号・(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員(公社)福岡県宅地建物取引業協会

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…　中央区、東区、城南区、西区、春日市、佐賀県、大分県、熊本県、宮崎県

※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。







豊田さん

春日市 Bookstore

子どもの本専門店 エルマー

「絵本を通して子どもたちが豊かに育ってほしい」と願う店主さんこだわりの絵本屋さん。ここで宿題をする子どもたちや、子育てについて話をしているママさんたちもいて、地域に根ざした本屋さんです。きっと、特別な一冊に出会えるはず♪

春日市春日原東町3-16-5
☎092-582-8639
営業／10:00～19:00
休み／第2火曜
駐車場／あり
※おむつ替え、授乳スペースあり、ベビーカー入店OK







徳原さん

城南区 Dining

炭火焼き鳥こざや

別府駅近くの焼き鳥屋さん。子連れ歓迎なのでベビーカーでも気兼ねなく入れるのがうれしい。アットホームな雰囲気も◎。チーズコロッケなどの一品物もオススメ♪日替わりメニューやクーポンなどはFacebookやTwitterをチェック！

福岡市城南区別府1-21-3
オリエントハイツ別府102
☎092-851-8688
営業／月～土曜、祝日17:30～23:00、日曜18:00～23:00
休み／不定休（Facebookで要確認）
駐車場／あり（2台）
※全席禁煙（店舗外に灰皿あり）、ベビーカー入店OK

中央区 Restaurant

Cafe&Dining Happy Hill（ハッピーヒル）

こだわり派オーナー自慢の料理と、最後の一口まで美味しいコーヒーが味わえるカフェレストラン。ランチメニューも豊富でボリューム満点。全てミニサラダ・スープ付きなのも魅力。店内が広いので、ベビーカーOKなのもうれしい。

福岡市中央区薬院4-21-1 KKRホテル博多内
☎092-791-3299
営業／朝食7:00～10:00、カフェ10:00～21:00(LO20:00)、ランチ11:00～15:00(LO14:30)、ディナー18:00～21:00(LO20:00)
休み／なし
駐車場／あり（カフェ、ランチ、ディナー利用で2時間無料）
※月曜のみディナーなし(LO17:30、18:00閉店)
※キッズチェア、キッズメニューあり







佐藤さん

西区 Restaurant

P.P.C Olive（ピーピーシーオリーブ）

室見川沿いにある手作りパスタとパンのお店。素材にこだわりパンやデザートは全て自家製！パスタ・ピザだけでなく、自家製トマトソースや特製厚切りベーコンもお持ち帰りOKなので、お家でお店の味を楽しめます！

福岡市西区愛宕南1-7-10 Bellavista2F
☎092-895-1239
営業／ランチ　11:00～15:00(LO14:30)
　　ディナー18:00～21:30(LO21:00)
※月曜はランチ営業のみ
休み／不定
駐車場／あり
※キッズチェアあり、ベビーカーOK







杉山さん

東区 Restaurant

シルバニア 森のキッチン

かしいかえん内にあるレストラン。ショコラウサギシェフの美味しい料理が味わえます。どれもシルバニアファミリーの仲間たちにちなんだ料理で、見た目もかわいく、親子で楽しく食事ができちゃいます♪

福岡市東区香住ヶ丘7-2-2　香椎花園
☎092-672-7788
営業／平日　11:00～15:30(LO 15:00)
　　土日祝10:00～16:30(LO 16:00)
休み／かしいかえんに準ずる
※お子さまプレートあり（6才まで）







中野さん

佐賀県 Cafe

Cafe de Blue（カフェ・ド・ブルー）

いつも行列ができている人気店。パフェの種類が豊富で、常時20種類以上！季節限定の「秋色のパフェ」も必見♪子ども用のかわいいパフェもありますよ。ハロウィンやクリスマスには、高さ50cm以上の巨大パフェに家族みんな興奮間違いなし！







寺下さん

鳥栖市宿町716-1
☎0942-83-5617
営業／11:00～22:00、ランチ11:00～15:00(月～土曜)
休み／木曜
駐車場／あり
※キッズメニューあり

大分県 Park

竹の子ひろば



九州では数少ない巨大ふわふわトランポリンがあり、3才から遊べて子どもたちに大人気！小型複合遊具もあるので小さい子どもでも楽しめる公園です。通称「ただの坂」として親しまれている「そりゲレンデ」では坂すべりも楽しめちゃう♪ソリ持参がオススメ。



竹田市大字玉来字阿蔵2番地3
☎0974-63-1111（竹田市役所）
営業／基本的に24時間
※トランポリンは9:00～17:00（7～9月18:00まで）
休み／なし　駐車場／あり
※多目的トイレ、おむつ替え台、フィッティング台あり



ひろせさん

熊本県 Restaurant

風薫るパスタ

本格的な生パスタ専門店。もちもちのパスタがたまらなく美味しい！店員さんがその場でチーズを削ってくれるので、チーズ好きの息子は大喜び♪日替わりパスタセットは、ソースが6種類、バケットが5種類から選べるのもうれしい！



阿蘇郡西原村小森751-1
西原マンション105
☎096-285-5612
営業／11:00～15:00（LO14:30）、17:00～20:30（LO20:00）
休み／不定
駐車場／あり
※キッズメニューあり





末松さん

宮崎県 Park

宮崎市久峰総合公園（ヒサミネソウゴウコウエン）

園内はとても広くピクニック広場、冒険広場、草スキー場、展望台などがあり、お弁当を持っていけば一日中飽きることはありません♪野球、テニス、パターゴルフ（全て有料）など本格的なスポーツもできるので、年齢問わず楽しめます。







猪俣さん

宮崎市佐土原町下那珂13754
☎0985-73-2782（宮崎市久峰総合公園管理事務所）
営業／8:30～22:00　休み／12/29～1/3
駐車場／あり（8:30～22:30）

次号は博多区、南区、早良区、糟屋郡、那珂川市、佐賀県、長崎県、熊本県、鹿児島県をご紹介！お楽しみに♪

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11月9日（月）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10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/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9月26日現在のものです。



読者モニターママ 中野さんのレコメンド
柔らかい素材で子ども達もかなりお気に入り！

#1 ブルーナ ボンボン（ホワイト）　1名様



ミッフィーでおなじみのディック・ブルーナが描く絵本の世界のうさぎが、かわいいバルーン遊具に。バランスボールのような柔らかい素材でできているから、子どもが乗って遊べます。

アイデス株式会社
www.idesnet.co.jp

© Mercis bv

#2 オーガニックコットン キャップ　2名様

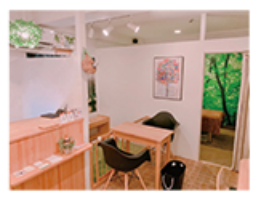


※色は選べません

世界初のオーガニックコットン100%Tシャツを作った、デンマークブランド「GREEN COTTON」より、肌触り抜群のストライプキャップをプレゼント♪サイズは95cm。

デンマークのオーガニックコットン子供服vippe
www.seesaw.ne.jp

#3 全身マタニティマッサージ 60分招待券　5名様



天神/大名で高技術マッサージが愛され9年目！全国でも数少ない、妊婦さんの為のマタニティマッサージを行うサロンの招待券。妊娠20週目から、また、お子さんと一緒でもOK！

リラクゼーション&マタニティマッサージサロン　relabois【リラボア】
relabois.com

#4 クレオディーテ ヘアカラー エマルジョン マイパーソナルカラーズ　4色セットを3名様

ルーセントベージュ/ミントアッシュ/シアーアッシュ/セピアグレージュ



白髪があってもおしゃれな髪色を楽しみたい女性たちに向けたヘアカラー。今秋新たにトレンドの4色が新登場。人気の高いアッシュ系、ベージュ系カラーがさらに充実。

株式会社ダリヤ　www.dariyacosme.com

#5 ダスキン くらしキレイBOX　3名様



年末の大掃除シーズンに向けて、水まわりの大掃除に役立つ洗剤やツールを詰め合わせた便利な商品をセットでプレゼント！このセットは10月19日から数量限定で一般発売。

株式会社ダスキン　www.duskin.co.jp

子どものウンチの悩み どうしてる!?

お腹の調子が悪くて、子どもが辛そう…。カチカチ、ユルユル等々、どうにかしてあげたい！
そんな悩めるママたちに集まっていただき、腸の専門家からお話を聞きました。

取材・文／佐野恵子
デザイン／琴尾かおり



「第二の脳」といわれる大切な腸

"お通じのプロ"である種子田先生に、腸について教えてもらいましょう！



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。

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。動きが遅いとカチカチに！

腸内の善玉菌を増やそう

腸内の悪玉菌が増えると腸の動きが悪くなり、お腹がスッキリしません。有害物質から体を守る"善玉菌"を増やしましょう。

腸内環境改善＝体の調子が整う

腸内が善玉菌優位なら、お腹がスッキリするうえに、体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！

子どものためにママ・パパがしてあげられること

1）トイレを楽しい場所にしましょう。



2）トイレは足がつくように。踏んばりやすくしましょう！



3）できたら、たくさん褒めてあげましょう。



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。



腸に大切な栄養！ 手軽にとれる"水溶性食物繊維"を1ヵ月試してもらいました！





K.Aさん
（6才、1才1ヵ月の男の子ママ）

カチカチ＆ユルユルの両方にいい！

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。次男もびっくりするほどの量が！ストレスがなくなりました。

気づけばスムーズにトイレ嫌いも克服

Before 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！



さやママさん
（1才6ヵ月の女の子ママ）



田代 千子さん
（2才の男の子ママ、臨月）

妊婦の私も自然にお腹スッキリ

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も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！

リトル・ママ読者限定!!

たっぷり1ヵ月分

通信販売限定商品
こどもサンファイバー
通常価格4,400円(税込) 1袋(120g)

お申し込みはこちらから！



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 050-3183-0756（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/

「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。

Taiyo-labo 株式会社タイヨーラボ

〈電話番号の誤記に関するお詫び〉
リトル・ママ10月号にて掲載の本広告に電話番号の誤りがございました。関係者各位ならびに誤記によりご迷惑をおかけしました皆様には、心よりお詫び申し上げます。



サラッと溶けて使いやすい！飲み物や料理に加えるだけ



子どもに必要な栄養を効果的に補える

水溶性食物繊維
ビタミンD
シールド乳酸菌®

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。



ママの声をもとに商品化
「子どものための食物繊維」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！



私たちもお気に入りです！

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

安心&納得のドラキッズデビュー
12月おためし2回コース！ 2000円(税込)
生徒募集中！

天神3号館 12/5(土) 5・12 または 12/7(月)・14(月) / 12/4(金)・11(金)
藤崎校 12/5(土) 5・12 または 12/8(火)・15
照葉校 12/5(土) 5・12 または 12/9(水)・16

限定特典 おためし参加の方に限り、12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 [クラス・ベイビー] ClassBaby
1歳・2歳児対象 [クラス・ワン] Class 1
2歳・3歳児対象 [クラス・ツー] Class 2
3歳・4歳児対象 [クラス・スリー] 年少児 Class 3
4歳・5歳児対象 [クラス・フォー] 年中児 Class 4
5歳・6歳児対象 [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！ 12月度 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！
年長児を対象とした、小学1年生に向けての準備講座
第3回 12月の予定
テーマ「1ねんせいになりきり！ たいけんじゅぎょう！」
※授業内容は変更になる場合があります。
★さんすう★ ★こくご★ ★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
お子様が素敵な小学校生活をスムーズに迎えられるよう、英進館がサポート!!

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！

12/6(日) 第4回 福教大附属小模試
福教大附属小入試を想定した本番さながらの模試！
☑ペーパーテスト ☑面接 ☑行動観察
どなたでも受験できます！
■対象／現年長児 ■受験料／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

日程 11/22 11/29・12/13 12/20・27
※スケジュールは変更になる場合があります。
福教大附属小の入試本番さながらに実施します！
福教大附属小入試シミュレーション講座 全5回
☑ペーパーテスト ☑面接 ☑行動観察
■対象／現年長児 ■会場／英進館 天神本館3号館・久留米本館
会場／時間 天神本館・久留米本館
①10:00～12:00
②13:00～15:00
③15:30～17:30

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/