



親バカですが… うちの子天才かも!?

なんでもないことかもしれないけれど
我が子がするだけで「え!スゴくない!?」と
ついつい思ってしまう。まさに“親心”です!

- ◆ 教えたわけでもないのに漢字をすらすら読み出した! ほんにも世界地図で国を探し当てるのがスゴく早いんです♪
- ◆ ピアノを習い始めましたが音色も指運びもとても上手でピアニストも夢じゃないかもしません。
- ◆ 都合が悪くなると寝たふりで覚えました。
- ◆ ピアノを習い始めましたが音色も指運びもとても上手でピアニストも夢じゃないかもしません。
- ◆ 教えたわけでもないのに漢字をすらすら読み出した! ほんにも世界地図で国を探し当てるのがスゴく早いんです♪
- ◆ 才能の片鱗?

- ◆ 一才半でサッカー、ジャンプにでんぐり返し、3才を前にして今は跳び箱に挑戦中。
- ◆ 今は有名建築家に…(笑)。
- ◆ 嘘泣き上手な末っ子長女。自分がイヤなことは嘘泣き&甘えん坊でパパやお兄ちゃんに訴えています。将来は女優かもしれません。
- ◆ 都合が悪くなると寝たふりで覚えました。
- ◆ 迷子対策用に両親の携帯電話の番号を教えたら3日ほど

- ◆ 自分の思い出を絵に描くのですが、どの絵も笑顔でいっぱい。愛が溢れていてとても癒されます。
- ◆ 年長ですが掛け算の九九を暗記。計算も筆算ができます。フラフープも得意なのでまさに文武両道!
- ◆ 車が好きな息子はパツと車を読むことができちゃいます。
- ◆ 本気で勝負した神経衰弱で子どもが圧勝したとき。
- ◆ 私の代わりに妹に絵本を読んだり歌を歌つてあげているのですが、それがまた上手で毎日癒されています。
- ◆ その他の葉が通じたみたい♪

7月号の表紙論テーマ
「忘れられない保育園・幼稚園からのお知らせ」

親バカですが… うちの子天才かも!?

なんでもないことかもしれないけれど
我が子がするだけで「え!スゴくない!?」と
ついつい思ってしまう。まさに“親心”です!

- ◆ とにかく運動神経が良い! 一才半でサッカー、ジャンプにでんぐり返し、3才を前にして今は跳び箱に挑戦中。
- ◆ レゴやマグフォーマーで作る作品が独創的な立体物。将来は有名建築家に…(笑)。
- ◆ 嘘泣き上手な末っ子長女。自分がイヤなことは嘘泣き&甘えん坊でパパやお兄ちゃんに訴えています。将来は女優かもしれません。
- ◆ 都合が悪くなると寝たふりで覚えました。
- ◆ 迷子対策用に両親の携帯電話の番号を教えたら3日ほど

- ◆ 一才半でサッカー、ジャンプにでんぐり返し、3才を前にして今は跳び箱に挑戦中。
- ◆ 今は有名建築家に…(笑)。
- ◆ 嘘泣き上手な末っ子長女。自分がイヤなことは嘘泣き&甘えん坊でパパやお兄ちゃんに訴えています。将来は女優かもしれません。
- ◆ 都合が悪くなると寝たふりで覚えました。
- ◆ 迷子対策用に両親の携帯電話の番号を教えたら3日ほど

- ◆ 自分の思い出を絵に描くのですが、どの絵も笑顔でいっぱい。愛が溢れていてとても癒されます。
- ◆ 年長ですが掛け算の九九を暗記。計算も筆算ができます。フラフープも得意なのでまさに文武両道!
- ◆ 車が好きな息子はパツと車を読むことができちゃいます。
- ◆ 本気で勝負した神経衰弱で子どもが圧勝したとき。
- ◆ 私の代わりに妹に絵本を読んだり歌を歌つてあげているのですが、それがまた上手で毎日癒されています。
- ◆ その他の葉が通じたみたい♪

将来は…

- ◆ ダンスが上手! どんな曲に踊っても情熱的に踊っています。
- ◆ パパ譲りで絵が上手です。

- ◆ 離乳食を食べているだけ。それだけなのにその姿がたまらなく可愛いです。
- ◆ 食事中のお友達がむせたら、背中を優しくトントンする1才の息子は優しい子です!
- ◆ 娘を布団に寝かしつけたら数分も経たないうちに寝息がたふりでした。おそるべき1才
- ◆ 娘を布団に寝かしつけたら数分も経たないうちに寝息がたふりでした。おそるべき1才
- ◆ 娘を布団に寝かしつけたら数分も経たないうちに寝息がたふりでした。おそるべき1才
- ◆ 娘を布団に寝かしつけたら数分も経たないうちに寝息がたふりでした。おそるべき1才

ママと子どもの明日を応援!! Little mama KITAKYUSHU SOEUR | Vol.79

5
2021 May

スール 住宅訪問

気になるアレコレ聞きました!

こんなときどーする?
ママの職場復帰

地産地消 みんなの食卓
『合馬のたけのこ』

そら豆を添えて彩り鮮やかに!
新じゃがのモチモチニヨッキ

ママ!
これよんでも
絵本の
とびら

一度は行きたい
話題の
ビュッフェ
大解剖

ピカピカの1年生

この春、息子が保育園を卒園。長女のところから続いた10年にわたる保育園＆幼稚園の送迎生活にピリオドが打たれました。長かったような、短かったような…。「あー、やっと送迎から解放される!」という思いと「もう幼児の子どもがいないなんて寂しい!」という思いが交差していました。

姉たちは小学生。ようやく自分の名前が書けるようになつた息子は、毎朝グズらずに登校しで、1歩進んで5歩下がるような毎朝の登園にほとほと困り果てていました。

これからは小学生。ようやく自分の名前が書けるようになつた息子は、毎朝グズらずに登校してくれる姉たちに期待しつつ、日々の小さな成長を楽しみながら見守つていきたいと思います。

編集 中尾真奈美

**北九州市八幡西区本城学研台
「コストコ」向かいの展示場
GW 楽しいイベント
盛りだくさん!!**

住宅祭

4/29祝→5/9日 催
ご家族お揃いでお越しください!

モデルハウス見学は予約がオススメ!
web ひびきの住宅展示場 検索
スマホから簡単アクセス

HEBEL HAUS



新日本ホームズ



住友林業



セキスイハイム



積水ハウス



ダイワハウス



株式会社 谷川建設



東宝ホーム



トヨタホーム



Panasonic Homes



ミサワホーム



YAMADA HOMES



総合住宅展示場 朝日ハウジングプラザ 学研都市ひびきの

■主催/朝日新聞社・九州朝日放送 ■TEL.093-601-5151 ■入場無料 ■営業時間10時~18時 出展住宅メーカーの詳細情報や最新カタログのご請求はWebから! Web ひびきの住宅展示場 検索

いつも子どもを真ん中に
親子に寄り添う幼稚園

自分で考え行動し自分
の言葉で語る「自立」
と、自分も相手も尊重す
る「思いやり」の心を育て
ることを目標に掲げる幼
稚園。子どもの幼児期を
「人間の根っこ」ととら
え、その主体性を第一に、
好奇心を育むのがやかな
環境づくりに注力してい
ます。保護者とも積極
的に連携。村上里絵園

光沢寺中井幼稚園

北九州市小倉北区
中井2-17-36
☎093-561-1754



広々とした園庭



三輪車、だーいすき!



真剣なまなざしで絵本に集中

鴨生田保育園

北九州市若松区
畠3-1-50
☎093-791-5533

一人ひとりを大切に
時間をかけて見守ります

子どもの主体性を大切にする保育園。例年
行っている「社会見学」では、園から戸畠区まで、
電車や渡船を使って移動。子ども一人ひとりが
自分で切符を買い、目的地を目指すユニークな取
組みです。「子どもたちの『自分で!』という気
持ちをいつも応援したい」と松尾副充(そえみ

いんですよ」との松尾園長の言葉通り、笑顔いっぱいで、何事にも積極的な子が多いです。足腰も強がる周辺は緑が多く、季節を感じる散歩を頻繁に実施。「元気で素直な園は住宅街にありながら、周辺は緑が多く、季節を感じる散歩を頻繁に実施。「元気で素直な子が多いです。足腰も強い、何事にも積極的な子どもたち。その個性を發揮しやすい、選択の自由度が高い保育も特長です。子どもの個性を生かしながら、お祭りや若松伝統の「五平太太鼓」を披露したり、「一人暮らしの高齢者へメッセージカードを作ったりと、地域とも積極的に交流しています。



緑いっぱいの園庭は遊びの宝庫



発見を求めるあちこち探索活動♪



ダイナミックな遊びに歓声が

子育てのひろば

編集部がピックアップ

二んなどーする?



甲賀 芳子さん
助産師。北九州市内で訪問を中心に妊産婦をサポートする「mamaはぐ助産院」に所属。

おっぱいはどうする?

授乳は親子の安らぎ。仕事復帰となると「断乳しなきゃ」と考えがちですが、母乳育児を続ける方法もあります。最初は乳房が張りますが、徐々にふんわりして、わが子がほしがるときだけ温かい母乳が出るように。ご相談やお手当ての方法は、お気軽に助産師や助産院に連絡くださいね。



- ✿復職＝母乳育児の終了ではない
- ✿母乳は復職のサポートツール

(1) 何が不安なのか整理する:
自分の気持ちを整理して、家族

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

(2) 何が不安なのか整理する:
自分の気持ちを整理して、家族

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

(3) 何が不安なのか整理する:
自分の気持ちを整理して、家族

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

(4) 何が不安なのか整理する:
自分の気持ちを整理して、家族

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

職場復帰、不安でいっぱいです…。

新年度、就職や職場復帰されるママたちから「育児や家事と両立できるか不安」「以前のよう仕事をこなせるか不安」という相談をいただきます。そんなときは「不安な気持ちになるのは当然ですよ」とお伝えしています。妊娠中から産後にかけて身体も心も著しく変化している状態で、悩みながら育児に奮闘してきた日々。命がけのお産をしたときからゆっくり休んだ日なんて一日もないんですもの。疲れだってたまつて。これから始まる職場での仕事と、赤ちゃんの命を育む仕事は、内容も質も異なります。

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

不安を少しでも解消するヒントをいくつかあげてみました。
だから焦らないで。いろんな助けを借りて少しずつ慣れていきましょう。

住友林業のリフォーム

完成見学会

予約受付フリーコール 0120-919-447

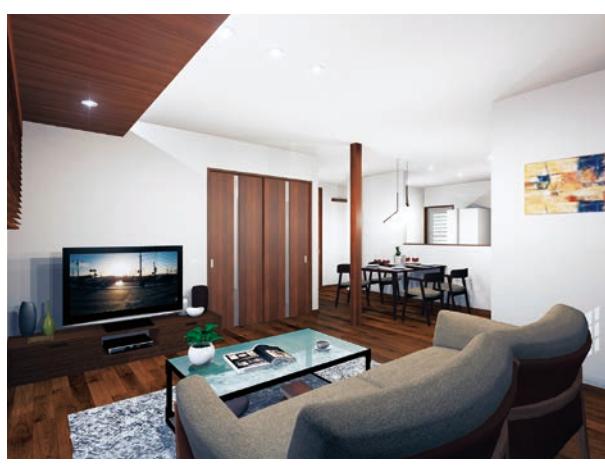
(来場の際は、現場まで詳細案内致しますので、ご連絡をお待ちしております。)

4/24土・25日

築40年 木造2階建て 外観の趣は残しつつ、室内を全面的にリノベーションしました。

築40年の木造住宅が快適な住まいへ大変身。広々LDK・最新の水廻り機器を是非、ご確認下さい。

住友林業のリフォームがお住まいに関するお悩みを解決いたします。



見学会会場: 福岡県北九州市八幡西区光貞台

住友林業ホームテック株式会社

北九州支店 ☎802-0081 福岡県北九州市小倉北区紺屋町9-1 明治安田生命小倉ビル7階
☎093-531-8108 営業時間/9:15~17:30 定休日/火・水曜日、祝日

広告有効期限/令和3年4月末



合馬のたけのこ

ふくよかな芳香で北九州の春を告げる。



春になると楽しみながら、たけのこの掘り！北九州では春の味覚の代表格「合馬のたけのこ」が出荷の季節を迎えます。

アクが少なく風味が豊か

破竹、真竹、四方竹など、たけのこにはいくつかの種類があります。

合馬のたけのこは、食用として代表的な孟宗竹（もうそうちく）。合馬地区は粘土質の赤土があり、空気が入りにくいため、たけのこの生産に適しているそうです。アクが少なく、風味豊かでやわらかいのが特長で、京都や大阪などの料亭から注文が相次ぐ高級食材です。

竹林の手入れは欠かせません。3センチほど盛り土をし、5年以上伸びた竹は伐採し、イノシシが入らないように柵を作などしながら、収穫の時を待ちます。

「合馬観光たけのこ園」は、毎年3月下旬から5月上旬まで、約20ヘクタール、なんと東京ドーム4つ分もの広さの敷地でたけのこ掘りを楽しむことができます。

「合馬観光たけのこ園」は、毎年3月下旬から5月上旬まで、約20ヘクタール、なんと東京ドーム4つ分もの広さの敷地でたけのこ掘りを楽しむことができます。



スタッフ小原章吾さん

小原さんたちが育てた「合馬のたけのこ」は、全国に発送される他、同国内で「たけのこ掘り体験」もできます。春の味覚を、水の芽和え、煮付け、炊き込みご飯、合馬産ならではのお刺身などにしてお楽しみください。



「合馬茶屋」

春を感じる日本庭園を眺めながら、焼きたけのこや天ぷら、きんぴら、おにぎりなど、たけのこの本来の味をじっくり堪能できます。（今年は5月5日までの営業）
☎093-451-0977



「奇跡のひとさじ」

合馬のたけのこをふんだんに使ったラー油。小倉北区のからあげ店「北洲」がプロデュースしており、白ごはんにかけても良し、サラダにかけても良し、マルチに活躍する調味料です。

大きいもの
先端が黄色いもの
皮はツヤがあつて色が薄いもの

小さいもの
小さい方がおいしいと思われがちですが、実は大きいほど栄養が行き届いており、やわらかくておいしいそうです。

おいしさたけのこ見分け方



取材協力：合馬観光たけのこ園 北九州市小倉南区大字合馬1187 ☎093-451-0977

健康の鍵は腸内バランス
【効果的な食べ物の一例】
○食物繊維…もち麦・野菜類
○発酵食品…納豆・ヨーグルト
○オリゴ糖…バナナ・りんご
○海藻・きのこ類・オリーブ油
また、これから季節は特に冷たい物のとり過ぎに気をつけましょう。腸が冷えると、消化力や免疫力が大幅に落ち悪玉菌が増える原因にもなります。

腸内環境が良い状態だと、意欲や集中力が向上し、他にも児の脳の発達を促す影響も与えることがわかっています。例えば、やる気のもう「ドーパミン」は多過ると精神疾患の引き金に、幸せホルモンと呼ばれる「セロトニン」は不足すると脳の機能の低下や情緒不安定になるのですが、これらのバランスを取っているのが「腸内細菌」です。この腸内細菌のなかでも、善玉菌を多く増やすことが理想的です。

最近よく耳にする“腸活”。腸内環境を整えるだけで、お腹の調子だけでなく生活習慣や子どもの発達にも良い影響を与えることをご存知ですか？ヒトの腸内には約100兆個もの細菌が活動しています。個別の細菌が活動しています。

【由来】
端午の節句に欠かせない柏餅。「柏餅」と言うからには柏の葉で包んであるはずですが、実は柏の木は西日本には自生していません。

いつもの“食べる”がすこし変わった箸休め

幼児部生徒募集中！

春の体験入塾キャンペーン実施中!!

対象	年中		年長	
	毎週土曜	15:30~17:00	毎週木曜	15:30~17:30
年中・年長児	毎週金曜	15:30~17:30	毎週土曜	満席
	毎週木曜	満席	毎週土曜	満席
	毎週金曜	満席	毎週土曜	満席

*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、ご了承ください。

天神本館、久留米本館の2校のみの実績です。
福教大附属 47名

合格者数	合格率	合格者数	合格率
47名	23.5%	23名	20.0%
80名	20.0%	20名	16.5%
66名	16.5%	16名	5.5%
33名	5.5%	5名	0%

自立した社会人の育成を目指す総合学習塾



△英進館で受講できます!!

「博報堂・カンブリア宮殿」等数々のTV番組出演で話題沸騰!!
HANAMARU
花まる学習会
新規生募集中

新年長～新小3
専用TEL ☎092-718-7870
[平日]午後1時～午後8時 [日曜]午前10時～午後6時

お申し込みは、必ず下記フリーダイヤルまで、よろしくお願ひします。
英進館 お問い合わせセンター ☎0120-509-044

柏餅の葉は柏ではない？!



山帰来（サンキライ）の葉で包まれたお多福餅本舗の柏餅（左）。

4月頃から期間限定販売。

そこで昔から西日本で使われていたのが、身近に採れる山の葉であるはずですが、実は柏の木は西日本には自生していません。

柏の葉が波形をしているのに比べ、山帰来の葉は丸い形が特徴。小倉北区のお多福餅本舗で作られている柏餅も、手つきの餅つき機でついた昔ながらの山帰来の葉で包んだもの。店主の西村さんは幼い頃から先代の父親に連れられ、多いときには一万枚以上の葉を長野や志井の山に採りに行っていたそう。土地柄に合ったものを使って節句を楽しんでいた昔の人の知恵が伺えます。

田植えに先立ち、香りの高い菖蒲や蓬を使つて無病息災を祈る節会が行われ、鎌倉時代の神に農穀を祈る行事で、武家の世の中になると、端午とは5月の最初の午（うみ）の日という意味で、午は「ご」と読みます。この日は菖蒲と尚武（しょうぶ）の意味で、尊ぶことの読みが同じことから、男の子の健やかな成長を願ってお祝いをするようになりました。

五月
午月

たんご
せつぐ

四季節句

すこし

変わる

箸休め



家探し中の方へのアドバイス

モデルルームの部屋は広いところが多いので、実際に住む部屋とのギャップがあるかも。我が家は収納が少なくて間口も狭いのが惜しいと感じています。収納は多いほうがいいですよ。

家探し中の方へのアドバイス

子どもの成長と共に家具が変わってきました。「ここにコンセントがあればよかった」と思うことも。あらかじめ将来の配置をイメージしておくといいで

②宅配預かりシステム

共働きのため、とても便利です。他には、玄関前にゴミを置いておくと管理人さんに回収してもらえる制度などもあり、忙しい朝は助かります。

1 眺めの良いキッチン
作業をしながら遠くの景色も眺められ、リビングで過ごす子どもたちの様子も見ることができます。

2 広いベランダ
夏はビニールプールを置いて楽しんでいます。



■ 今の住まいを選んだきっかけ
賃貸の家賃を払い続けるのもつたいないと思いつ持ち家について検討を始めました。

最初は戸建てを考えていましたが、予算がオーバー。その時に、モデルルームを見て「マンションもいいかも」と決めました。

お気に入りポイント

毎月、賃貸の家賃や保険の支払を考えると、持ち家の方がいいのではと思ったのです。

はじめからマンション！というわけではなくかったのですが、留守番など子どもだけになる時のことを考え、オートロックや監視カメラなどのセキュリティーが整っている方が安心だと思い今の家に決めました。

お気に入りポイント

毎月、賃貸の家賃や保険の支払を考えると、持ち家の方がいいのではと思ったのです。

- ①リラックス効果
- ②空気清浄効果
- ③視覚疲労の軽減効果
- ④室内の湿度調整効果

また、大きさや種類も多種多様で、なかには水やりをほとんど必要としない種類もあります。

インテリアとして飾られていることの多い観葉植物ですが、実は部屋の雰囲気を変えるだけでなく、植物としても色々な効果を持っています。

新しい住まいを探していると、いろいろな人のアイデアやアドバイスが気になるもの。今月は、住宅訪問をして家のことを聞いてみました。

ス - ル 住 宅 訪 問



突然ですが、観葉植物を飾っていますか？



合った観葉植物を取り入れて、心地よい癒しの空間をつくってみませんか。

小倉城 × リアル謎解きゲーム
武藏
双剣と失われし五輪書
2020.7.1(水) - 2021.7.31(土)

謎解きキット価格：2,000円(税込)
※キット + 小倉城 & 小倉城庭園
2施設共通入場券付き
販売場所：しろテラス
(小倉城大手門広場内)
所要時間：約3時間
プレイ可能時間
9:00 ~ 18:00
※プレイ可能時間は小倉城・小倉城庭園の営業時間に準じます。

CAUTION
このイベントはあなたが実際に小倉城やその周辺を歩き謎を解く体感型のゲームイベントです。

※状況によって、イベントを休止する可能性もございます。
※イベント内容、期間については変更となる場合もございます。

小倉城 謎解き 検索

[主催]北九州まちづくりマネジメントチーム共同事業体 [企画・製作]株式会社 フラップゼロα



③ 庭のデッキ
車の日除けにもなる
し、庭が広くなり、子どもたちが伸び伸び遊んでいます。

② 特注した家の真ん中にあるキッチン
シンプルでコンロが4つあり、使い勝手も良いです。キッチンから子どもたちの様子が見渡せるのもいいですね。

① 増築したリビング
ロフトにして、秘密基地のような雰囲気です。壁紙を貼らず、木の風合いを生かしたことでのコスト削減できました。



家探し中の方へのアドバイス

リフォームを思い立ったら、建築士さんに相談するのがおすすめです。こちらのアイデアを引き出して形にしてくれるし、大工さんに素人が伝えにくいことを分かりやすく伝えてくれて、とてもステキな家になりました。



家探し中の方へのアドバイス

子どもの成長などで年々、生活スタイルが変化していきます。「今」も大事ですが「将来」も大事です。シンプルで柔軟な対応ができる家や間取りだと、生活スタイルが変化しても、臨機応変にいくのではと思います。ぜひこだわるとこころはこだわって、素敵なお家を築いてほしいです。

もつとこうしておけばよかつたと思う点
我が家はリビングを通らないと全ての部屋に行けないので、子どもたちが友達を連れてくる時は、自分がゆっくりできず…。サッカーを始めるリビング経由でお風呂場へ行くため、大量の砂、砂、砂(涙)。リビングを通る作り自体には後悔していませんが、洗面・お風呂へ直行できる扉がもう一つあっても良かったなと思っています。

そこそこ納戸として使っていました。
1人部屋に。
D-Y好きの母(64才)に、
部屋のサイズに合わせた
収納付きロフトベッドを作つてもらいました。
3LDKの我が家は部屋が足りなくなりました。

今の住まいを選んだきっかけ
以前は賃貸に住んでいたのですが、中古住宅の方が安く住めそうだったので購入することに。住むときに大きくなりなりリフォームをしたのですが、時間の経過とともに修理が必要になつたので、昨年リフォームしました。

お気に入りポイント



昨年リフォームしたお気に入りの家

N家
夫妻・長女(10)・次女(6)
住年数 約10年
中古住宅

先輩ママに聞く「こうしておけばよかつた!」

Y家
夫妻・長女(17)・長男(14)・次男(11)・三男(10)
新築 注文住宅
住年数 約15年
D-Yが生かされています。

家を建てる時にこだわったこと
長女を出産し、そろそろ持ち家を、と考えていた矢先、たまたま散歩中に見つけた好条件の土地に一目惚れ。「太陽光発電パネル搭載の家」に共感し、新築することに。

1 階段・トイレ・洗面所・お風呂を1カ所に集約
必ずリビングを通る間取りなので、「子どもが思春期になつても目が届いて良いかな」と思つていました。

2 洗面・脱衣所・浴室は広めに
収納家具を備え付け、洗濯物を片付ける時や着替えの時など、ほぼここだけの収納で済むので、動線もよく快適です。

3 子どもが増えて困ったこと
我が家を建てた時は子どもは長女一人。念のため子ども部屋は広く取ろうと、2階に12畳の長方形の部屋を用意。そして入口を2つ設置し、将来仕切れるようにしました。しかし、気づけば子どもは4人!

4 お問い合わせ



「こころ」と「笑顔」も育むからたづくり!!

無料体験
随時受付中!

月謝 月々 5,500円
別途入会料、諸経費・保険料

Facebook QRコード

井端交差点 TSUTAYAさん
北九州ジュニア体操クラブ ファミリーマート

北九州ジュニア体操クラブ
TEL.080-4287-2308
〒803-0826 北九州市小倉北区高峰町16-12

北九州ジュニア体操クラブでは新型コロナウイルス感染予防対策を徹底しています。

**リトル・ママ 北九州スール
プレゼントスタッフ募集!**
読者プレゼントと一緒に探してくれるスタッフさんを大募集!

こんな方は募集中!
★アイテムや商品をチェックするのが好き!
★人と関わることも好き!
★子育ての合間にできるお仕事をしたい!

【活動内容】リトル・ママ北九州スール掲載のプレゼントコーナーの賞品選定及び協賛企業との交渉。【謝礼】プレゼント1件、2,000円【資格】●Excelの基本操作ができる方 ●パソコンでのネット環境がある方【応募方法】下記QRコードより、応募フォームにアクセス。要項に沿ってご記入の上、ご応募ください。
※詳細は面談にて。*随時連絡致します。面談にて相談のうえ、即戦力としてお手伝いいただく可能性があります。

締切 5/14 金
スマートフォンは
こちら▶▶▶▶▶
パソコンはこちら▼
https://ws.formzu.net/dist/S73950898/
ご不明な点については、メールにてお問い合わせください。info_kq@asako.co.jp

急募!! 下関エリア
「子育てしながら働きたい!」「ドライブ大好き!!」そんなママにぴったり★
**リトル・ママ北九州スール
配送スタッフ募集**

リトル・ママ北九州スール(情報誌)を、幼稚園・保育園などにお届けする仕事です。月に一度の発刊日に、配送説明のための集まりがあります。

下関エリアを配送可能な方
1件330円(幼稚園・保育園以外は230円)×担当件数
※業務委託契約

お仕事の内容
要普通免許(※車持込)
社会人としてルールを守れる方、月に一度の配送ミーティングに参加できる方

募集対象
スマートフォンは
こちら▶▶▶▶▶
パソコンはこちら▼
締切 5/14 金
https://ws.formzu.net/fgen/S21507404/

QRコード

**ママ! これよんでも
絵本のとびら**

ママと一緒に
おはなしの世界を大冒險!

楽しいお話、怖いお話、悲しいお話、絵本の数だけドキドキやワクワクがあります。
パパやママが読む「おはなし」はそれだけで子どもとのふれあいの時間です!

おおきくなるっていうことは
文:中川 ひろたか 絵:村上 康成 [童心社]
読み聞かせをするなら 3才から

「おおきくなるっていうことは～○○できるようになること」洋服が小さくなったり、新しい歯がはえてきたり、できることが多くなったり、「おおきくなる」というイメージが子どもにも分かりやすくなっています。最後のページには成長する子どもに向かって、とても大切なメッセージも…。子どもと一緒に読みながら「おおきくなるって素敵なことだね♪」と語り合えればより楽しめます。

おおきくなるってこと

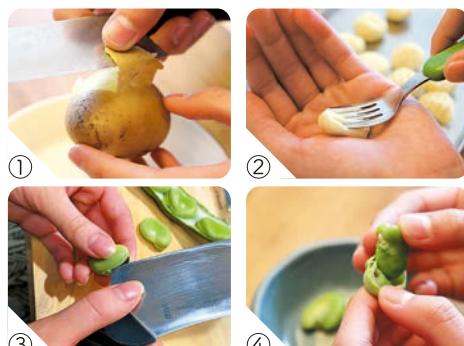
ころべばいいのに
文・絵:ヨシタケシンスケ [ブロンズ新社]
読み聞かせをするなら 4才から

キレイな人いややなこと、日々のなかで感じる「イヤな気持ち」との向き合い方をユーモアたっぷりの行動と発想で紹介していくお話。「あたまのなかでやっつける」、「好きなものでじぶんをはげます」、「ぜんぜんかんけいなことをする」、試行錯誤しながらも前向きな「わたし」は大人が読んでも十分楽しめます。子どもと一緒に読むことで「こんな方法もあるんだね~」と思える「発想の絵本」です。

すきなこと にがてなこと
文:新井 洋行 絵:嶽 まいこ [くもん出版]
読み聞かせをするなら 5才から

「すき」も「にがて」もありのままでいい。ちがいが輝く世界を描く絵本です。ぼくはスポーツがだいすきだけど、みんなの前で発表するのはにがて。そんなときはりんちゃんがいっしょに発表してくれる。でも、りんちゃんは動物がにがて…そんな風にして友だち、家族、町の人や世界じゅうの人と「ぼく」がつながっていくお話。自分を認め他者を認め、支えあうことの大切さが分かりやすく描かれています。

そら豆を添えて 彩り鮮やかに! 新じゃがのモチモチニヨッキ



<ニヨッキの作り方>

- 新じゃがをよく洗い、皮のまま竹串がスッと通るまで茹で、取り出して皮をとる。(写真①)
- 1をマッシュして、米粉を加えて練る。
- 2を棒状に延ばして15~25個に切り分け
- フォークで筋をつける。(写真②)
- 鍋に湯を沸かし3を入れ、浮いてきたら皿にとる。
- そら豆を殻から出し、皮はむかずに黒い筋に包丁を入れ(写真③)、沸騰した湯に塩(湯の2%、分量外)を加えて茹でる。
- 5を取り出し、皮をむいて4と共に盛る。
- (写真④)大人分適量を取り分けておく

<クリームソースの作り方>

- 生クリームをフライパンで温め、チーズ50gを加えて煮溶かす。
- 塩コショウで味を調えて、取り分けておいた茹でそら豆を潰して加える。
- 2にニヨッキを入れて和え、皿に盛る。

**みんな!
できたよ~**

手づかみ期は具材とお汁を分けて
お味噌汁に赤ちゃんが手を突っ込んでしまう、なんていうことを防ぐには、具材とお汁を分けるのがオススメ。今回も、そら豆をそのまま添えて手づかみしやすく。上手に赤ちゃんの自発性を応援しましょう!

仕上げに
オリーブオイルと
ブラックペッパー
をかけて♪

離乳中期から
<ニヨッキ材料> 大人2人+子ども1人分
新じゃが…中2個(200g)
米粉…大さじ4~5
そら豆…4~5本
<クリームソース材料>※大人向け
生クリーム…200cc
お好みのチーズ…50g
塩・コショウ…少々

今月の/ 読者プレゼント

ご応募の方は、WEBのアンケートに
お答えの上、ご応募ください。

応募は
WEB
のみ!!



応募締切/2021年5月14日(金)まで

北海道アイ商品詰合せ



「茅乃舎だしやあごだしつゆ」
で有名な久原本家グループが
立ち上げた新ブランド「北海道アイ」。
「北海道のおいしさ
を全国に届けたい」そんな想
いが込められたお鍋の素など
6点の詰合せセットです。

提供元
株式会社北海道アイ
<https://tabekita.jp/>

こんにゃくスponジ KOMACHI



各1個 4名様

○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

大粒金平糖Assorted



1粒の製造に14日前もかかる大粒の金平糖をさらに
一粒ずつ丁寧に包んだ商品。
6種類の味がバランスよく詰め
られており、お子様のおやつは
もちろん大人のお茶請けにも
ぴったりの逸品です。

提供元
和洋菓子本舗 恋寿華堂
shop.renyukadou.com/

近所のあの公園にオジャマします
**発見!スール公園部
東鞘ヶ谷町公園**
戸畠区



滑り台で
爽快感を味わおう!

マットレスもあって
安心です!

近くにスーパーや
お食事処も



公園のシンボルの桜の木
編集部メモ 近くのスーパーで軽食を買ってピクニックを楽しむのもオススメです!
今からの季節はシンボルの桜が散って葉桜になる様子を見るのも風情があります。
お買い物ついでにちょっと足を伸ばして近所の公園の「意外なトコ」を見つけてください♪ Good!



広い砂場でたくさん遊べます



周囲は住宅街なので
防犯性が高く
安心して遊べます



離乳期にぴったり

Vol.15

先輩ママのおすすめレシピ

色と味、香りも爽やか♪

新じゃがとそら豆で 旬の恵みたっぷりの一皿

旬の新じゃがとそら豆でつくる、色合いも美しい一皿。ニヨッキのカタチは、赤ちゃんが手づかみしやすく、大人はソースにからめやすいよう工夫します。今回は米粉を使い、もちもちした食感に。旬の食材は栄養豊富ですから、季節ごとに野菜を変えてアレンジしてもいいですね。大人の分を一緒につくって取り分けるコツも、ご紹介します♪



旬のお野菜を食べて免疫力UP!

今回の材料は、どちらもビタミンC、B1、B2が豊富。風邪予防に◎。ジャガイモはパスタや白米よりエネルギーが体に蓄積されにくいため、ダイエット中にもおすすめです。そろそろ薄着の季節。体調と体重のコントロールにぜひ活かしてくださいね! そら豆は、皮つきの素焼きや塩ゆでもおすすめ。



山田先生への質問や講座のお問い合わせ受付中!

レシピの質問や離乳食講座のお問い合わせ
ママのお悩みに山田先生がLINEでお答えします!

山田志津さん[管理栄養士・料理研究家]

北九州市在住。大人から子どもまで幅広い年代の生徒を指導する料理研究家。子育て経験を活かした離乳食講座も人気。



近所のあの公園にオジャマします
**発見!スール公園部
東鞘ヶ谷町公園**
戸畠区

滑り台で爽快感を味わおう!
マットレスもあって安心です!

近くにスーパーやお食事処も

公園のシンボルの桜の木

編集部メモ 近くのスーパーで軽食を買ってピクニックを楽しむのもオススメです!
今からの季節はシンボルの桜が散って葉桜になる様子を見るのも風情があります。
お買い物ついでにちょっと足を伸ばして近所の公園の「意外なトコ」を見つけてください♪ Good!

みんなで元気よく
歌って盛り上がりよう!

用意するもの
なわとび 輪ゴム 太めの紐

なわとびが高かったり、せまくて通り抜けられないときに「小指」を使って縄を動かしてもよい「小指ルール」をあらかじめ決めておくと、小さな子もより楽しく遊ぶことができます。なわとび以外にも、輪ゴムを繋げた「ゴム紐」や、手芸店などで好みの色の紐を買って作ったオリジナルの「組紐」を使って遊ぶのもイイですね!

わくわく
ぞとあそび
いろはにて
こんぺいとう

なわとびを使った簡単なゲームをご紹介します。なわとびが2本あれば外でも室内でも遊べます。ルールはとっても簡単!まず、なわとびを持つ人(鬼)を2人と残りの人(子)に分かれ、子が後ろを向いたらスタートです!「い~ろは~にこんぺいとう」上か下か真ん中か♪と歌い終わると同時に、鬼は2本のなわとびを好きな高さで止めます(なわとびは並行しても交差してもOK!)。子はそれぞれ振り向く前に、上・真ん中・下のいずれかを声に出して振り向き、一人ずつ自分が言った所を通り抜けます。なわとびに当たらずに入れた成功!当たったら鬼と交代してゲームを続けます。



丸鶏のローストチキン 平日ディナー・土日限定

バリバリの皮に、ジューシーなお肉は絶品!
目の前で捌いて盛り付けしてもらえるのは、オープンキッチンならではのスタイル。さっぱりとしたレモンマスタードのソースを添えればさらに美味しくなります。

本格窯焼きピッソア



生地から醸酵まで店内で仕込む本格窯焼きピザ!
トマトソースとバジルの香り広がる『マリゲリータピザ』や、チーズと蜂蜜が相性抜群の『フォルマッジピザ』。その他にも種類豊富な焼きたてピザが選び放題です。



自家製スイーツ

チョコレートが味わい深くしっとりとした『ガトーショコラ』など絶品スイーツが盛りだくさん!挽きたて豆のコーヒーマシンで味わえるコーヒー、カフェラテなど豊富な種類のドリンクをご一緒に楽しみください♪

期的に交換・消毒されています。
替え、トング類も定期的に消毒されています。
たびに手袋を取り扱っているからこそ、女性グループ、週末は家族連れでにぎわっています。
安心して食事を楽しめるのも、新型コロナウィルス感染防止対策が徹底されています。
天井が高く、開放的な雰囲気の水巻店。一昨年10月にオープンして以来、平日は週末は家族連れでにぎわっています。

4月・5月
フェアのお知らせ

4月末までは「地中海フェア」を開催中!魚介類をトマトや白ワインなどで煮込んだ「アクアパツツア」や、魚介の旨味が溶け出したスープ「ブイヤベース」など、海の恵みをふんだんに盛り込んだ料理を味わうことができます。
5月からは「中華フェア」がスタートします。「酢豚」や「八宝菜」「油淋鶏」など、人気の中華メニューをお楽しみください!

神戸クックワールドビュッフェ

小倉城野店 フェリスタウン 小倉城野店
北九州市小倉南区城野1-13-15 フェリスタウン2F
TEL.093-383-0277



ライフガーデン 水巻店 遠賀郡水巻町樋口3-7
TEL.093-482-8060



一度は行きたい
話題の
ビュッフェ
大解剖

シェフが豪快に仕上げた
世界各国の料理が
1,100円から楽しめる

旅行に行けないからこそ食事で旅行気分を――

世界の料理を食べ尽くそう!
和食はもちろん、イタリアンからエスニック、スイーツまで100種類以上の料理が並ぶワールドビュッフェ。小倉南区と水巻町にオープンしたため、身近な場所で世界の料理を楽しむことができます。さらに、レギュラーメニューに加えて、2カ月に1度登場する期間限定のフェア料理が旅行気分を盛り上げます。子どもに人気があるのがうどん・ラーメンフォーが楽しめるセーラフ麺コーナー。好みの具を選んでオリジナルの一品を楽しめるほ

か、日ごろはあまりすることがない「湯切り」体験ができます。

オープンキッチンでライブ感も味わえる!

大きな鉄板で豪快に調理する姿を見ることができるオープンキッチン。ライブ感にあふれ、出来たての料理を五感で堪能できます。

世界の料理。開放的な店内で、見て楽しい、食べておいしい

心ゆくまでゆっくり過ごすこ

ができます。

また、女性は平日のランチが

1,100円(税込)なので、ママ

友とのお食事会や子どものペ

ティーにもぴったりです。



リトル・ママ
北九州版
Instagram



LM.SOEUR
Follow Me!

北九州・下関
おでかけgram



お出かけの 思い出をシェアしちゃおう♪

皆さんの好きな北九州や下関のお出かけスポットを、写真や動画で紹介してみませんか?

#北九州スール または @lm_soeur をつけて

シェアしてね! リトル・ママ北九州スールがご紹介します♪



ハンドメイド作家
個展を不定期で開催しています



可愛くて個性的なボタン類
ブローチやピアスや手芸雑貨にアレンジするなど楽しみ方は無限大です!

ヨーロッパのアンティークや、ヴィンテージ、ハンドメイド作品がお店いっぱいに広がっています。お子様づれも大歓迎だそう! 気さくなオーナーが待っています♪
▶Instagram:@grande.roue

grande roue
アンティーク雑貨店 グランブルー
北九州市八幡西区藤田1-9-11
Phone.070-2637-3542

おでかけ部 編集部

黒崎駅から少し歩いたところにある個性的な雑貨屋さん♪ いつ訪れても商品の数と種類に圧倒されます。雑貨の販売の他にも、奥のテーブル席でオーナー自ら厳選したハーブティーもいただけます。ハーブの香りに癒されに、ぜひお友達やお子様と一緒に来てください!



まるで隠れ家!?
黒崎駅から商店街を抜け春日神社方面へ神社の裏参道にひっそりと佇んでいます

・手焼きはちみつせんべい(648円税込)
・朝目覚めのプレミアム珈琲ジャム
・昼下がりの福岡あまおういちごジャム
・夜やすらぎの濃厚ミルクジャム(ジャム各種1,080円税込)



手作りアクセサリー オリジナルグッズもあります



深いコクが楽しめるアイスコーヒー
アルコール類も提供クラフトビールは夜の人気メニューです

コーヒーが喉を通ると鼻から抜ける豆の風味が絶妙なブレンドコーヒー

金平糖専門店 恋寿華堂カフェ
北九州市小倉北区中島1-16-2
OPEN 11:00~23:00
(現在コロナ禍のため不定休の営業)

金平糖は小さな砂糖からじっくりと時間をかけて作られることから「夫婦が時間をかけて家庭を築いていく」という意味もあるそう。ここでしか味わえない金平糖は要チェックです!
▶Instagram:@naocafekokura

おでかけ部 編集部

小倉北区中島にある全国でも珍しい金平糖がコンセプトの「恋寿華堂カフェ」。常時10種類以上の金平糖やオリジナルスイーツが購入できるほか、ブレンドにこだわった本格的なコーヒー、金平糖を使った見た目も可愛いデザートもいただけます。螺旋階段を上がった先に広がるレトロポップな雰囲気の空間と一緒に甘い時間を楽しんでください。

ガラス張りの入り口はまるで金平糖を詰めるガラス瓶のよう
螺旋階段はワクワク感がアップします♪

住宅購入術セミナー

毎週土・日開催

予約制 各2組様限定

会場/おうちの買い方相談室 小倉店

目からウロコの住宅購入テクニックをお伝えします！マイホームを買う前に一度聞いてみませんか？

購入術のヒントあれこれ

- 頭金を入れてはいけない理由とは？
- 繰り上げ返済してはいけない理由とは？
- 借入期間は最長でなければならない理由とは？

住宅購入カウンセラーとのご相談
家づくりに対しての疑問や不安・要望などを、住宅購入カウンセラーがお伺いします。

ライフプランニング（資金計画）
住宅購入費用だけでなく、教育や老後のことを考えた資産設計を住宅FPエキスパート資格者が診断・説明します。

ご参加いただいた方へ
おうちづくりの教科書をプレゼント♪

〒802-0001 北九州市小倉北区浅野3-8-1 AIMビル2F
093-482-2909 営業時間/9:00~18:00 定休日火・水曜日

まずはお気軽にご予約ください！

おうちの買い方相談室 小倉店

EVENT & LEISURE

門司港グランマーケット

●4月23日(金)～25日(日) 10:00～16:00
●門司港レトロ地区一帯
(中央広場、門司港ホテル周辺、西海岸、大連航路上屋)

歴史と古い町並みが調和する門司港という場所で、アンティーク・雑貨・ハンドメイド・クラフトなどをはじめ、これからエコロジーやスローライフ、フードなど、さまざまなライフスタイルの「今」を見つけるマーケット。

問い合わせ : 050-5359-0324 (門司港アンティークカンパニー)
granmamojiko@gmail.com

ベッコウトンボ祭り

●4月24日(土)～5月5日(水・祝) ※4月27日は休園日
●北九州市響灘ビオトープ
北九州市若松区響町1丁目

園内のベッコウトンボに関するクイズに答えて賞品をもらえる「ベッコウトンボクイズラリー」、ネイチャーセンター内のベッコウトンボやトンボに関連する資料・写真の展示など。
大人100円、中学生以下無料。
問い合わせ : 093-751-2023(北九州市響灘ビオトープ)

自然ガイドウォーク

●5月3日(月・祝)～5日(水・祝) 13:30～15:00
●山田緑地
北九州市小倉北区山田町

野草広場や樹木園など、「森のゲート」までのエリアを散策しながら、ガイドと一緒に季節の生き物たちを楽しみます。コースも短いので、小さなお子様連れのご家族もお気軽にご参加ください。
小学生以下は保護者同伴。参加無料。申込不要。小雨実施。
問い合わせ : 093-582-4870(山田緑地)

Hiraodai Townsheep Camp

—Glamping Opening Party—

●5月4日(火・祝) 12:00～17:00
●平尾台自然の郷(FOREST CAMP KOKURA)
北九州市小倉南区平尾台1-1-1

新しくオープンするグラーピング施設のお披露目会。北九州の飲食店によるフードテント、ヨガや野外テントサウナなどの体験ブースなど。入園無料。
問い合わせ : 093-452-2714(ハートランド平尾台)

おうちで楽しむアウトドア

屋外リビングのある家 **PILTZ** ブラック

GW限定キャンペーン実施
2021 4.29 [THU] - 5.5 [WED]
10:00-17:00
クレスト・ホームのモデルハウスを見に行こう!!

★初回ご来場の方限定(事前予約必要)
人気洋菓子店グランダジュール商品券2,000円分プレゼント!

★期間中ご来場ののち、ご成約の方に
家電50万円相当プレゼント!

西日本総合展示場 ● 199 ● ナフコ ● 未庄町 ● 延命寺 ● 臨海公園 ● 湖月堂 ● 赤坂海岸

小倉駅 ● 香椎通り ● アルカティア小倉 ● オリックスU-CAR ● VW-Audi ● 平和通り ● 砂津バスセンター ● 小文字通り ● ドコモホーネー ● 八幡・福岡方面 ● 足立ランプ ● 富野ランプ(門司方面のみ)

[会場] 小倉北区高浜2丁目7-41
クレスト・ホーム
モデルハウス 駐車場完備

CREST HOME
クレスト・ホーム

受付時間 10:00-18:30
フリー ダイヤル 0800-200-4123
どんな小さなご相談・お見積りもお気軽にお問い合わせください。

最新情報はホームページをご覧ください。
クレスト・ホーム 検索
<https://cresthome-jpn.co.jp>

●公式ホームページ
●facebook
●Instagram

CAMPING CAR RENTAL

春夏のおでかけは、ご家族やお友達だけの安心・安全空間で！

ハイエース
10人乗り(グランドキャビン)

ハイエース キャンピングカー

期間限定!
ニッサンGT-R

期間	6時間	24時間	以降1日
平日	¥27,500	¥55,000	¥27,500
金・土・日・祝日	¥33,000	¥66,000	¥33,000
ハイシーズン	¥38,500	¥77,000	¥38,500
安心パック			¥3,300/日

リトル・ママ限定
1日あたり
1,000円割引
(2泊3日の場合3,000円割引)
有効期限2021年7月末日

Yahata Rent a Car
TEL.093-618-6810 ■ 営業時間 9:00～18:00
ご予約はこちら(予約フォーム“きっかけの詳細”欄に「リトル・ママ」と記載ください) ▶▶▶