ママたちの
表紙討論

**ママになって
やるようになったこと
やらなくなったこと**

やるようになったこと

◆ドラマは録画して2倍速で再生。同じ時間で倍楽しめるので得した気分です(笑)。
◆旦那のことをパパと呼ぶようになった。
◆Eテレの番組表チェック。
◆近所付き合い。子どもが生まれるまではマンションに誰が住んでいるのか知らなかったけど、保育園が同じなどで交流するように。
◆食品を買う時の原材料のチェック。無添加のものや産地にこだわります。
◆眉毛があれば良いレベルの化粧と、髪の毛はひたすら一つ結び(笑)。
◆正しい日本語を心がけるようになった。「超」「マジ」は封印しています!
◆必要にかられて、裁縫。
◆独り言を言うようになった。一人の時も子どもに話しかけるように、つい言ってしまう。

やらなくなったこと

◆たまにドアや引き出しを足で閉めていたけど、子どもに真似されると困るのでやらなくなった。
◆丁寧な掃除やアイロンがけ。
◆2ヵ月に1回は美容院に行っていたのに、結婚したら年2〜3回になり、子どもができてからは年に1回、行くか行かないか…。
◆マツエクはやめました。ひじきみたいなまつ毛が落ちて、子どもが口にすると危ないので。
◆夜の外出。会社帰りに遊ぶのが普通だったのに、今では夜、外にいるとドキドキしてしまう。
◆夫と手をつなぐこと。
◆実母とのケンカ。感謝の気持ちを優先できるように。
◆読書。図書館で借りた本を読む時間がないまま、返却。
◆洋服屋さんでの試着。子どもがカーテンをめくるから。

パパの変化

◆学生の頃から毎週買っていた週刊コミック誌を買わなくなった。
◆娘が2人できて、ピンク色のモノを進んで買ってくるように。この前はピンクのシャワーヘッドを買ってきて、娘の喜ぶ顔が見たいんだなと思いました。

その他

◆うんちやおっぱいというワードを使うのに抵抗がなくなった。
◆膝をつくことが多く、膝小僧が黒ずむように。ケアしても追いつきません(涙)。

★**3月号のテーマは「『もうダメだ』と感じた瞬間」。**
★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?P4の読者プレゼント応募と併せてWebサイトから受付中。



editor's Note

「ママ」というお仕事

ママになって衝撃だったのは、母親業の大変さ！夜中の授乳後なかなか寝ない我が子を抱きながら、私には子育て無理かもと涙したり、イヤイヤ期の娘を前に「これは何の修行なのか…」と途方に暮れたりしたことも。まさか自分の子がスーパーで寝転んで大泣きする日がくるなんて、出産前は思いもしませんでした。

そんな私も、ママ歴6年。大変なこともあるけれど、今では〝楽しい〟ことの方が大半に♪子どもたちの笑顔と「ママだいすきだよ」の言葉は、最高のご褒美です。4才になった息子の将来の夢は「ママになること」だそう！頑張ってきてよかった、と思えた瞬間でした。うん、母親業もなかなかいいお仕事だよ♪

リトル・ママビジネススクール校長 中島



"ママ"であることに価値がある！

ビジネススクール 受講生募集中！
Little mama Business School

リトル・ママビジネススクールは「子育て経験をキャリアにしよう！」をテーマにオンライン講座を開講しています。

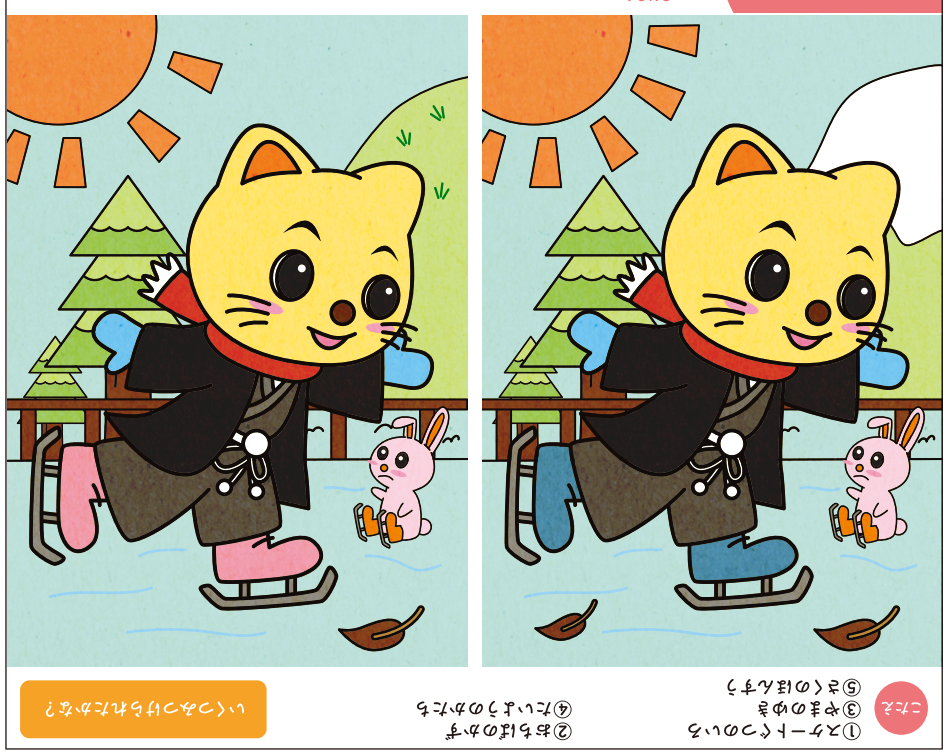
＼新しい働き方を見つけよう♪／
ママライター講座
動画クリエイター講座
※2022年春開講予定

講座日程や詳細・お問い合わせはHPから♪

お問い合わせ
リトル・ママビジネススクール事務局
littlemama_school@l-ma.co.jp

リトルまちがいさがし Vol.6

まちがいを5こみつけてね



こたえ
①スケートぐつのいろ
②おもちのかず
③やまのゆき
④たいようのかたち
⑤さくのほんすう

いくつみつけられたかな？

リトル・ママ 1day お金の学校 オンライン

これまでに1,000名以上のママが受講

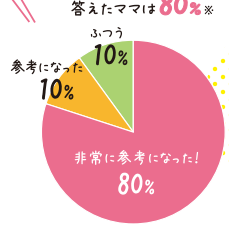
家で過ごす時間を楽しく、有意義にしませんか？
どこからでも受講でき、
明日から役立つお金のことが学べます！

好評につき毎月開催

視聴者参加型で質問しやすい！
様々なセミナーに引っ張りだこの講師がリトル・ママのためにオンライン講座をします！

投票やチャット機能を活用した参加型の講座だったので、講師の方をより身近に感じ、相談しやすかった！
Aさん

受講後、「非常に参考になった！」と答えたママは80%※



5種類から選べるプレゼント！



Shupatto コンパクトバッグ S
編集部おすすめの絵本

※画像は一例です
※プレゼント内容は変更になる場合があります

※2020年10月〜2021年8月 リトル・ママお金の学校参加者アンケートより

受講料無料

開催についての最新情報は、下記からチェック！

詳細・お申し込み
リトルママ お金の学校 検索

問い合わせ先
株式会社エンファム
(旧：株式会社リトル・ママ)
money_school@l-ma.co.jp



「感じる心」「考える力」を育てたい！

子どもの感性を育む習いごと



年齢とともに選択肢が広がり、選び方が悩ましい子どもの習いごと。
今回は、「やらせてみたいけど、敷居が高そう」「実際どんなことをやっているの？」というママ達の声が多かった
アートや音楽などの芸術系に注目！NPO法人CANVASさんに取材しました。

取材・文／門司智子

―CANVASさんでは幼児向けにどんなワークショップをされているんですか？

アーティストや専門家を招いて、造形、サイエンス、身体表現、デジタルなど全国でさまざまな分野のプログラムを企画しています。特に幼児期は日常が新しいものとの出会いなので、ひとつの分野に絞らず、幅広いテーマで行っています。

―そもそも“感性”とは、どうやって育まれるものなのでしょうか？

ワークショップを運営していて思うのは、感じる心が何かを作る力になる、ということです。新しい何かに出会ったとき、人は大きく刺激を受けますよね。もちろんそれも感性が育まれるひとつの形。でもそれだけでなく、例えば繰り返しの作業の中からも、育まれるものだと感じています。

―感性が繰り返しの作業の中から育まれる、というのは意外な気がします。

例えば、造形のワークショップで毛糸をぐるぐる巻いて作品にする、というプログラムがあります。ひたすら巻いていく繰り返しの作業の中から、「あ、そうだった！」「いいことを思いついた」ということが幼児クラスのワークショップで結構起こるんです。



CANVASのワークショップをシリーズ化した
全12回のスクール「キッズクリエイティブ研究所」の詳細はHPを
https://canvas.ws/

つまり、単調に思える作業を行っているうちにリラックスして、余白が生まれる。それが作る力の土台になっているんじゃないかなと。



毛糸をぐるぐる巻いて作る“鳥の住む木”。
この時間が、余白を作ります

―なるほど。余白があるからこそ作る力が生まれる、ということですね。

はい。だからワークショップ中にぼーっとしている子どもがいても、すぐに声を掛けないようにしています。一見何も考えていないようで実は頭の中はフル回転していることも。この後どうするのかな？と見守ることを大切にしています。



身体表現のクラス。苦手だと思い込まないようにすることを大切にしています

―感性を育むのは、なぜ幼児期なのでしょうか？

子どもは繰り返しの作業をしながら、何かを作ることが得意です。この「作る、考える、作る」の繰り返しが、自分の考えを引き出し、結果的に感性を育てていると思うんです。こういった頭の使い方は、大人になってから始めてもなかなかできないもので、やはり幼児期から小学生の間に習慣化しておくことが望ましいと思います。

みんなはどんな習いごとをしているの？

造　形

bonnieママ（男の子／5才から／週1回）

小学生になったら、勉強やスポーツで忙しくなりそうなので、その前に情操教育を、と幼稚園の課外教室へ。30色以上の絵の具や馬の毛の筆など本物の画材に触れられるのは、やはり教室ならでは。通い始めて間もないのに、葉っぱを描くときには緑に黄色を混ぜたり、以前はアニメのキャラクターばかりだったのに、最近では想像の中の世界や風景も描くようになったり。粘土や工作もあり、充実しています！

Web記事ではアート教室の1日を取材！
華道、料理など他の習いごとの紹介も♪



津軽三味線

れなママ（男の子／3才から／月2回）

場になじむのが苦手な息子の特性に合わせて、月2回のペースで親子で一緒に始めました。最初は手も体も小さく、なかなか上手くいかないことも…。それでも、習いごとの後にランチしたり、好きな電車に乗ったりしながら無理強いせず、気づいたら10年、一度も嫌がらずに続けています。上達はゆっくりですが、10才の時には学校行事で独奏したことも！楽器を弾ける楽しさが人生の彩りの一つになればと思っています。



ミュージカル

ひなママ（男の子／6才から／週3回）

幼い頃から宝塚歌劇団を観ることが好きで、地域に新設されたミュージカルのスタジオに申し込んだのが始まり。レッスンは、ストレッチ・筋トレ・バレエ・演技・歌唱と幅広く、最初は集中力もなくふざけていたけれど、今では仲間と切磋琢磨しながら楽しく取り組んでいます。役のオーディションに立候補したり、ワークショップに大人に混じって参加したりと、自分から挑戦するようになりました。



＼田中さん親子が体験した／

ポピっこはここがスゴイ！



シールや工作など手先から脳を育てる

さんすうやこくごの読み書きだけでなく、シールを貼ったり工作したり、手作業を通じて幼児のうちから脳を育てます。

月額1,100円のまま英語教材も新たに追加！

英語を楽しく学べるアニメーション動画と紙教材は、自宅のスマホやタブレットで手軽に取り組めます。「プログラミング的思考を育てる教材」や「すごろく」などの特別教材も毎号付属！



まずは無料おためし！
＼2～3才・年少・年中向けも！／

●オールカラー・シールつき
●教材ご案内資料と子育てガイド

英語や特別教材も付いて
月額1,100円（税込）



※年長用あおどりお届け例
※2～3才・年少教材は980円（税込）

0120-627-700
（平日9:30～18:00）
※お申込みコード「JLM02」とお伝えください
全家研ポピー／新学社

小学校入学前に苦手をフォロー

遊びながら脳を育てる学習習慣♪

子ども達の教育環境が変わる今、大切なのは「知識よりも思考力」と言われています。来春、小学校入学を控えた読者親子に、楽しく学びながら脳を育てられる通信教材を体験してもらいました。　構成・文／リトル・ママ編集部　撮影／矢部ひとみ

数字が好きだったり、漢字はいくつか読めたりするけど、ひらがなの読み書きが苦手。今の年齢で平均的なことができているのかがわからず、小学校入学に向けて少し不安です。



はるとくん（5才）　田中さゆりさん

ポピっこ「あおどり」を2週間体験してみた感想は？

一番興味を示したのは、スマホでできる英語。動画の長さもちょうどよくて、キャラクターも可愛いのがお気に入りだったみたいです。ドリルやワークは、難しすぎず年齢に合っているけど、それでいてしっかり考えながらやらないとできない内容ですね。問題を読むことが苦手な息子でも、カラフルな絵やシールに助けられて、自分で取り組めていました。

始める前は「すぐに飽きてしまうかも」と思っていたのですが、座ってきちんと取り組んでくれたことにびっくり。何より、私が思っていたより、息子ができていることがわかって安心しました。付録のおもちゃなど余計なものがなく、必要な教材だけが届くのも、親としては助かりますね。



IHを利用中のママたちにアンケート！

「掃除がラク」だけじゃない！ 子育て中の

IHクッキングヒーターでよかったこと教えて♪

「掃除がラク」なイメージの強いIHですが、お手伝いのしやすさや時短調理機能など、子育て中だからこそオススメしたいポイントがたくさん！
IHを利用するママたちの声※とともに、2021年のキッズデザイン賞を受賞したパナソニックIHの魅力もご紹介♪

※2021年9月リトル・ママ会員を対象に実施した「IHクッキングヒーター利用に関するアンケート」より

構成・文／リトル・ママ編集部　デザイン／琴尾かおり

Panasonic
IHクッキングヒーター
Aシリーズ・Yシリーズ
「第15回キッズデザイン賞」受賞

KIDS DESIGN AWARD 2021

商品について詳しくはコチラ

IHでよかったPoint 1　火を使わないからお手伝いのハードルが下がる！



炎がなく鍋も安定するので、「子どもでも加熱調理がしやすい」という声が多数！



週末の朝は長男がホットケーキを焼く係。一定の温度をキープできるから、子どもでも焦がさずにきれいに焼けます。ひっくり返すときも、フライパンが安定しているからやけどの心配が少ないです。
（かちゃ／0才＆5才児のママ）



いつもお手伝いを率先してやってくれる5才の娘。この日のメニューはカレー！野菜を切って炒めて、ルーを溶かすまで張り切ってやってくれました。IHだと安全面でも子どもに任せやすいです。（さんた丸／2才＆5才＆7才児のママ）

パナソニック Point①

パナソニックのIHはセンサーがかしこく温度管理するので、「ホットケーキ」を連続で焼いても、きれいに焼くことができます。



IHでよかったPoint 2　子どもも調理中のママも安心♪ヒヤリが減って安全面で助かった！

子どもの急な「ママ見て！」も自動停止機能で安心。
安全面でも子育てをサポートしてくれていると感じるママが多いようです。

煮込んでいる最中に子どもに呼ばれ、そのまま忘れてしまったことがありました。IHの機能で自動で止まっていて助かった！
（みー／1才＆4才児のママ）

スイッチが天板の上にあるので、子どもの手が届きにくい。小さいうちは見えないから興味も示さず、いたずらされることがなかった。
（木のぴこ／6才児のママ）



天板がフラットだから鍋がグラグラしないのも安心。火が服に燃え移る心配がないので親子で料理もしやすいです。
（つな／2才児のママ）

パナソニック Point②

加熱時に丸く赤くなる「光るリング」はパナソニックIHだけ。火力の強さや、鍋を置く位置も分かりやすい！



「手軽」で「おいしい」パナソニックのグリル

メニューを選ぶだけで火力や時間を設定してくれる調理機能で、時短・簡単調理に大活躍！

IH&遠赤 Wフラット ラクッキングリル



凍ったまま IHグリル

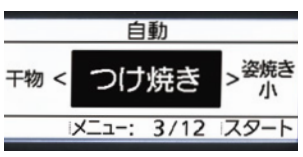
オーブン感覚で使えるラクッキングリルは、凍ったままの肉や魚も解凍せずにそのまま焼けるから時短に！休日に下ごしらえして冷凍しておけば、平日の調理にゆとりが生まれます。

自動調理









よく使う12メニューは自動調理にお任せ。火加減が難しいといわれる料理も失敗知らずです。

グリル掃除もラクラク！



ラクッキングリルの庫内は天板面まで360℃ぐるりと拭ける上下フラット構造。油汚れを焼き切るお手入れ機能もあるからずっと清潔！



リトル・ママ特選！
頑張るママに

豪華お年玉プレゼント

先月号に続く豪華プレゼントの第２弾！いつも頑張っているママ達へ、リトル・ママからとっておきのプレゼントをご用意しました。皆さまからのご応募お待ちしています♪

応募はWebから

Webのアンケートにお答えの上、ご応募ください。

応募締切 1月13日（木）

※読者プレゼントのご応募にはリトル・ママサイトへの会員登録（無料）が必要となります。

リトルママ　応募プレゼント　検索



01 ピジョン株式会社　2名様

caboo dxgo（カブー ディーエックスゴー）

※カラー：ブルー

6ヵ月～3才まで長く使えるピジョンの抱っこひも。8ヵ月からはおんぶもOK！コンパクト・軽量500g・UVカット効果の生地でお出かけに便利。セカンド抱っこひもにオススメ！

ピジョンお客様相談室　support.pigeon.co.jp



02 ハズブロジャパン合同会社　2点セットで10名様

こむぎねんど プレイ・ドー（ねんどではいしゃさん／ゆかいなとこやさん）

プレイ・ドーは60年以上の歴史を持つ安全で信頼できるこむぎねんどブランド。ねんどや道具がいっぱい入ったプレイセットではいしゃさんやとこやさんになりきって遊ぼう！

shop.hasbro.com/ja-jp



03 株式会社JAMMY　3名様

乗用ロディ nino nino

（カラー：ホワイト／ブルー／ピンク）

子どもの遊び道具として大人気の乗用ロディ。インテリアとしてもスッキリとスタイリッシュにロディを使いたいママやパパにもピッタリな、洗練されたカラーが登場！

※色はお選びいただけません

rodystore.jp



04 株式会社ティーレックス　2名様

miniware 仕切り付きミールセット（アクア／コットンキャンディ）スプーン＆フォークセット

子どもと環境にやさしいキャッサバ由来の素材で作られた食器、miniware（ミニウェア）の仕切り付きプレートとスプーン＆フォークをセットでプレゼント。

※色はお選びいただけません

www.coming-shop.co.jp



05 株式会社キットウェル　1名様

マグビルド パネルシリーズ スロープセット 72ピース

SNSで人気の知育玩具がアップデートして玉の道がさらに遊びやすくなりました！男女問わず幅広い年齢で遊べる知育玩具です。パッケージもオシャレになってプレゼントにも最適！

kitwell-jp.com/blocks/magbuild/lp/



06 有限会社曽田印刷　2名様

お絵かき水筒®

テレビやラジオでも取り上げられた話題の「お絵かき水筒®」！子どもの描いた絵や思い出の写真等がそのまま水筒に。贈った人ももらった人も、みんなが笑顔になる魔法の水筒です♪

oekaki-suitou.com



07 株式会社フェリシモ　1名様

ninaru×フェリシモMama 軽くて大容量 2-WAY マザーズリュック（ブラック）

育児アプリのママユーザーにアンケートをとり、使いやすさを追求したマザーズリュック。ポケットの数が多く荷物もたくさん入るのに、約530gと軽量。背面のポケットには、お財布や鍵を入れると便利です。

www.felissimo.co.jp/maternity/



08 Areti株式会社　3名様

どこでもカラリ j2105WH

カビが発生しやすいジメジメした場所もカラリと除湿し、置き場所にも困らないコンパクトな除湿器。7色のLEDライト搭載で、常夜灯としても活躍します。サイズは154×154×250mm。

areti.jp/products/j2105wh



09 株式会社シーボディ　2名様

イルコルポ ミネラルバスストーン

「角閃石」100%の繰り返し使える天然石入浴料。ネットに入れたまま、お湯をはった浴槽に沈めるだけで、遠赤外線が放出されて岩盤浴が楽しめます。無色無臭で赤ちゃんと一緒の入浴にも使えます。

www.sibody.co.jp



10 株式会社SOBinnovation　3名様

だし処こがね だしパック詰め合わせ 化学調味料・食塩完全無添加

化学調味料不使用のだしパック。食塩等を一切使わず、素材そのままの味を活かしているため離乳食にも最適。テトラ型のだしパックは、お茶感覚でそのままでも楽しめます。

sob-inc.co.jp/cogane/



11 株式会社ダリヤ　5色セットで3名様

クレオディーテ クリアリーカラー

- スモーキーピンク
- セピアグレージュ
- コバルトブルージュ
- シアーベージュ
- エメラルドアッシュ

白髪が気になり始めた女性のためのヘアカラー。髪や頭皮を大切にしながら、白髪があっても好きな髪色を楽しめます。ブルージュやグレージュなど全10色のカラーバリエーション！自分らしい髪色を見つけて♪

www.dariyacosme.com



12 株式会社ビーバイ・イー　3点セットで3名様

ルクラ オーガニック

- ベビーソープ
- ベビークリーム
- ベビーオイルインローション

特定原材料等（アレルギー物質）28品目由来成分不使用にこだわるベビースキンケアブランド。皮脂バランスと乾燥によるトラブルを起こしやすい赤ちゃんのお肌に安心の3点セット。

www.bxe.co.jp/brand/lecuraorganic



13 株式会社ウエニ貿易　セットで3名様

ママ アクア シャボン

- ヘアー&ボディミスト FAW 19S
- モイストマルチクリーム リッチ FAW 19A
- フローラルシャンプー FAW 19A

忙しいママたちの声から生まれた“子どもと一緒に使える”コスメを展開するブランド「ママ アクア シャボン」。時短が叶う3点セット。

aquasavon.jp/product/mama-aqua-savon/

■発行日／2021年12月10日　■企画・制作・発行／株式会社エンファム　■住所／〒105-0014 東京都港区芝2-30-6 ファインラック芝2F　■発行人／森光太郎　■営業責任者／森 梓　■編集／高石彩　新保敦子　■ライター／佐野恵子　清水真由美　門司智子　■印刷／株式会社ゼネラルアサヒ
※本誌に掲載されている情報は2021年11月18日現在のものです。