

ママ・パパたちの
表紙討論

子どもの習い事
みんなどうしてる？

★何を習わせてる？

- 7カ月からベビースイミング、1才からリトミックも始めました。
- 6才からダンスをしています。
- 幼稚園年少からスイミングを習わせています。
- 4才から体操教室に通っています！
- 2〜3才リトミック、3才〜英語。親が決めた英語は行き渡りも多く、続けるのに苦勞しています。

★習わせてみたいのは？

- 5才くらいからそろばんを習わせたい。
- 英語を習わせたい！3才くらいからスイミングも習わせたい。
- 自分が子どもの頃、水泳をしていて風邪をひかなかったので、子どもにも習わせたい。あとはダンス！

★入園・入学で大変だったこと・困ったこと

- 小学校から水泳を習わせた。
- 子どもが習い事に興味を持ち始めたり、やりたいと言われたりしたら習わせる予定です！
- 5才くらいからそろばんを習わせたい。
- 3才からダンスを習わせた！
- 体操教室があれば習わせた！
- 3才からピアノとダンス系は習わせてみたい！
- 年少になってイヤイヤ期が落ち着いたらなにか習い事をさせたいです。
- 小学校に入学したら球技をさせたいと考える中。
- まだ小さいので習い事はしてないが、大きくなったらしたいと考えている。公文やスイミングを検討。
- 体を動かしたり音楽を聞いたりするのが好きなので、リトミック・ピアノ教室・体操教室・スイミング等。子どもが興味を持ちそうなものを3才までには習わせたいと思っています。
- まだ習い事はしてないです。親の希望は特になく、本人がしたいというなら体験へ行きたいなと思っています。

★今とこれからは？

- 3才からチャレンジを始めた。年中から硬筆、体操教室を習わせる予定。
- 本人がやりたいと言ったので年長さんから料理教室に通っています(現在小学2年生)。スポーツ系(サッカー)とかも習いたいみたい。
- 3才から水泳、4才から英語教材。やりたいのはそろばん、英会話です。公文もそろそろ始めるかも？
- 小1から書き方を習っている。今後、ピアノを習わせたい。



撮影:アト(ラクマト・ヒダヤト)[株式会社ONE.SHOT]/協力:株式会社コレクションワーク
モデル:彩心ちゃん(3才2ヵ月)

募集のテーマ
夏のお出かけ、
どんなところに行ってみたい？

あなたの意見をぜひ投稿してください！表紙討論に載るかも！?本ページの読者プレゼント応募と合わせてWebサイトから受付中です！

リトル*ママ おおいたスール

Instagram 公式アカウント

フォローをよろしく
お願いします!

最新情報など配信しています!
チェックしてね♪

背中スイッチの根性論

娘が赤ちゃんの頃の話。寝かしつけの時、布団に置くと起きてしまういわゆる「背中スイッチ」があった娘。当時、友人から聞いていた「そのうち諦めて寝るよ」の言葉を思い出し、早速実践してみました。

しかし娘には全く効かず、その「諦めの悪さ」に当時はうんざりしていましたが、今となっては逆に根性があるなど感じる場面もあり、彼女の長所のひとつになっている気がします。皆さんもお子さんの「背中スイッチ」で困った時には「根性のある子に育つぞ」と前向きに考えると、気持ちがラクになるはず? (笑)

(編集スタッフ くみ)

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。

応募締切 2024年4月18日(木)

応募はこちらから

- (1) うみたま体験パーク つくみイルカ島ご招待券 3名様
- (2) しゃぶしゃぶ温野菜大分高城店 お一人様3,278円(120分)食べ放題ペアご招待券 ※平日のみ使用可 2組 4名様
- (3) サンリオキャラクターパーク ハーモニーランド ペアパスポートチケット 5組 10名様
- (4) 寿司めいじん(全店舗共通) お食事券500円分 5名様
- (5) 絵本「おべんとぼこさん こんにちは!」 著 かとうゆうこ 3名様

行楽シーズンにピッタリ! 動物たちとピクニック気分が楽しめる絵本です。

教えて!

先輩ママさん!

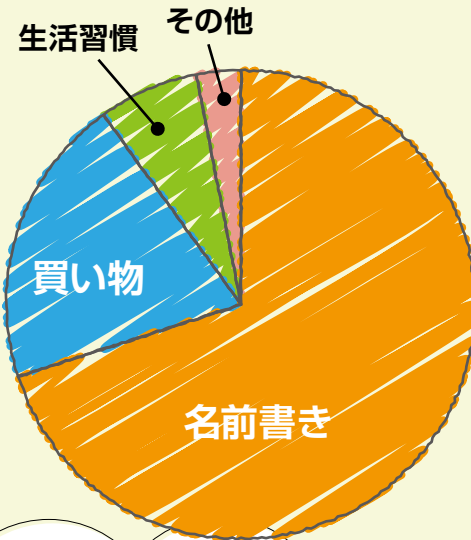


テーマは…

入園・入学で 大変だったこと・ 困ったこと

入園・入学シーズンでバタバタとする毎日。先輩ママさんにあれこれ聞いてみました!

※2023年12月「リトル・ママおいたスール」プレゼントアンケートより



1位

一番多かったのはダントツで…

名前書き!

- 大量の荷物に名前付け! オムツにも名前が必要なので大変でした。
- 保育園では記名が下の名前だけで良かったのに、幼稚園ではフルネームで記名するよう言われ、入園準備が大変!
- 全ての持ち物に名前を記入すること以外思いつきません!(笑)
- 算数セットなど、細かいパーツの名前シール貼りが大変でした。



みなさん名前書き苦労しますよね?中には、入園・入学祝いをご自宅でする日に、お祝いの食事前のイベントとして名前書きをジジババを巻き込んでやったという方もいました!

2位

次に多かったのは…

買い物!



- 文房具は手遊びをして授業の妨げにならないよう、飾りなどがついていないシンプルなものにしましたが、選ぶのに少し苦労しました。
- 初めての入園グッズの購入が大変。周りに聞きながら購入しました。
- 園によっては規格が決まっていたりするので、探すのが大変。早めに準備するにも注意が必要。
- 出費がかさんで大変。
- ランドセル選び! 今となってはもう少し軽くても良かったかも…と思っています。
- ラン活! 事前に色を決めて店舗に行きましたが、親も子も目移りしてしまい、決めるのに2時間かかりました。



お金もかかるし、探すのも大変ですよね?特に小学校入学前は大変です!

3位

たしかに大変…

生活習慣



- お箸の持ち方の練習や時間を見ながら行動するなど、生活面での準備が大変でした。
- まず生活に慣れることが大変でした。
- 幼稚園の雰囲気慣れるか心配でした。



決まった時間に登園させるための起床時間、食事時間など生活習慣に慣れさせるのってホントに大変!日頃から生活リズムを整えておきましょう~!

その他

最後にこんな意見も

- 大変だったけど、幸せな時間だった。
- 良いものを探してついつい店のハシゴをしちゃうこと。

大変な時期はこの時だけだから、この際楽しんじゃえ!と前向きな考え方ができるといいですね。なかなかそううまくはいかないけど…(笑)。



これから準備をする皆さん、先輩ママさんの意見を参考にしてみてくださいね!



幸せを撮ろう!



ハピフォト
Photo Delivery

1時間まで ¥22,000~ (税込)

写真データの補正(色・明るさなど)の調整は無料にて行います。撮影後、納品までに3~5日程度必要となります。

プロカメラマンが出張撮影いたします。

- 撮影例
- 卒業袴
 - ニューボーンフォト
 - お宮参り・お食い初め
 - 七五三
 - 運動会
 - スポーツイベント...etc



詳しくは



フォトグラファー
アト (ラクマト・ヒダヤト)

学歴
2008年 シドニー大学 芸術学部大学院 (Master of Documentary Photography) (オーストラリア) 卒業

職歴
2010-2012年 フリーランスのフォトグラファーとして インドネシア国内外の雑誌に寄稿
2012-2013年 Deals Direct(シドニー) フォトグラファー
2013-2018年 MRA Printed Media (インドネシア) フォトグラファー



株式会社ワン・ショット

大分県大分市高城新町1-29 aion タマリバスタジオ

TEL.097-511-7173

[カメラマン直通] 担当/安藤 090-5485-8424

お電話かホームページにて予約を承っております。お気軽にお問い合わせください。

編集部がピックアップ 子育ての現場



院内の大自然の中に佇む『竜東保育園』は昭和36年の開園以来、地域に根差し、保護者と密に連携しながら子ども達の育ちを支えています。「心がけているのは子どもたちの個性を大切に、一人ひとりに寄り添う保育。日々の生活はもちろん、四季折々の自然の教材、季節の行事などを通じて豊かな心を育んでいきたいと思っています」そう話す吉田園長の言葉通り、子ども達は大自然の

「信頼が宝」 地域と共に歩む園

宇佐市立
竜東保育園



創立50周年を迎えた『ルナ幼稚園』は「ゆたかなうけいれ」をテーマに、人間形成の基礎となる根っこ作りに入れています。「樹木は根っこがしっかりしていれば、幹や枝葉が未熟でも大樹になります。それと同じで、子ども達の想いや考えに寄り添いながら根っこ（自主性や自己肯定感）を育てることで、将来の可能性が大きく広がります」。そう話す園長の阿部さんが大切にしているのが体験活動。ドラム缶風呂を持参するお泊まり保育、運動会、災害支援（募金）、食育（有機栽培

大切な幼児期に 成長の「根」を育てる

学校法人
ルナ幼稚園

の野菜を使った給食、旬の献立など、専門講師とのレッスン（英語、書道、サッカー、和太鼓など）などを通じて、根っこに養分（原体験）をため込み、豊かな心、自ら考え行動する力を育みます。また、異年齢の交流が盛んなのも大きな特徴。年長の子は年少の子をお世話し、年少の子は年長のお兄ちゃん、お姉ちゃんに憧れる。そういった関わりの中で思いやりの心や責任感が自然と根付くのだといいます。

子ども達にとって多くの原体験を重ねた幼稚園は心のふるさと。卒園後も交流は続き、成人式、就職など人生の節目に訪ねてくる卒園生が後を断ちません。



※生き方や考え方に影響を及ぼす幼児期の体験



中で頭と体を使って元気いっぱい遊び、手作りの給食をたくさん食べて、たくましく成長しています。

また、他園や地域との交流が盛んなのも大きな特徴のひとつ。公立保育園3園合同のラグビー教室、市内10園の保育園やこども園が出席する幼児音楽祭、地域のイベント（石橋コンサート）への参加、高校生のボランティアの受け入れ、道の駅の花植え体験など様々な世代との交流や経験を通して、人との関わり方、他人を思いやる心など人として大切なことを学んでいます。最後に「長い歴史の中で培った保護者や地域との『信頼』が当園の宝です」と話してくれた吉田園長。これからも地域と共に歩み、子ども達の成長を支えていきます。

宇佐市立
竜東保育園
0978-425046
宇佐市院内町副1312-1



HP

学校法人
ルナ幼稚園
097-55816441
大分市明野南1-21-1



HP

おかげさまで

顧客満足度

保険相談

ショップ

No.1

2023年 オリコン顧客満足度®調査 保険相談ショップ 第1位

大分支社
☎097-576-8380
大分市元町3組2階

大在中央店
☎097-585-5812
大分市大在中央1丁目4-12

日田オフィス
☎0973-23-7710
日田市田島1丁目7-55

別府マルシヨク鶴高通り店
☎0977-75-8101
別府市石垣西8丁目5-23
マルシヨク鶴高通り店

サンリブ明野店
☎097-578-8922
大分市明野北5丁目15-16
サンリブ明野1階

サンリブわさだ店
☎097-574-5841
大分市大字木上2059
サンリブわさだ

サンリブ白杵店
☎0972-64-6010
白杵市大字江無田266-5
サンリブ白杵

佐伯オフィス
☎0972-28-6022
佐伯市鶴岡町1丁目2-6

パークプレイス大分店
☎097-529-6620
大分市公園通り西2丁目1
パークプレイス大分ガーデンウォーク3階

保険相談
いただいた方に
もれなく
『日用品セット』
プレゼント

4/30
まで

サンリブ杵築店
☎0978-68-8200
杵築市大字杵築字北浜665-618
サンリブ杵築



プロに聞く!

子育て世帯の家づくり

大分・福岡の住宅建築を手がける「エイト」のスタッフさんにプロの目線で様々なアドバイスを頂きます。参考にして家族みんなが笑顔で過ごせるマイホームを目指しましょう! 質問も大歓迎です。

Vol.14

今回のテーマ

家づくりの不安を解消

part3

プラン決め～契約編

今回は気になる人も多い「家のプラン決め～契約」までの流れをご紹介します。夢の実現(マイホーム完成)までもう少しです!



前回までの
おさらい



Step 1 住宅会社選び
(モデルハウス見学)

Step 2 住宅会社と打ち合わせ
(複数回)

Step 3 住宅ローン事前審査

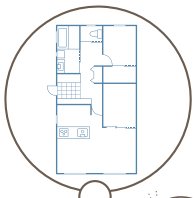
Step 4 土地探し

※詳しくはリトル・ママおおいたスール
3月号をご覧ください。

Step 5 家のプラン決め

土地が決まったら、住宅営業マン、住宅プランナーと一緒に家のプラン決めを行います。間取り、部屋数、動線、仕様(キッチン、床、壁、屋根ほか)など、理想を具体的なカタチに落とし込んでいく作業です。ですから、家づくりで一番楽しい行程といっても過言ではありません。

ただ決めることが多いので、打ち合わせを効率よく進めるために次のことを頭に入れておきましょう。



・事前に家族間で話し合っておく

プラン決めの際に、ご家族間で意見が割れることは珍しくありません。事前にご家族間(夫婦、親御さんなど)で話し合い、ある程度は方向性を決めておきましょう。

・建物に使える予算を考える

最初の打ち合わせ(Step 2)でおおよその予算を決めていると思いますが、選んだ土地の状況によって補強が必要になるなど、多少変動する場合がございます。プラン決めの時点で算出できる予算に、引越し、

仮住まい(建て替えの場合)、家具・家電などの関連費用も加え、「建物にどのくらい予算を使えるのか」を考えておきましょう。プラン決めの前に「建物に使える予算の上限」を伝えておくと、プランの精度が上がります。後々の修正を減らすことができます。

・優先順位を決めておく

細かく決める必要はありませんが、「Aは絶対叶えたいこと」「Bはできれば叶えたいこと」「Cは予算次第で叶えたいこと」に大別しておくことで打ち合わせがスムーズです。

Step 6 見積り確認

これまでの打ち合わせで細かいすり合わせが終わっているため、想定通りの見積りになっていることがほとんどです。

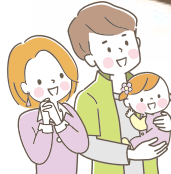
Step 7 本契約

お見積りに納得できたら本契約を結びます。



Step 8 ショールーム見学

いよいよ事前打ち合わせの最終段階。ショールームに行き、アドバイザーと一緒に住宅設備(キッチン、お風呂、洗面台、扉などの仕様)を決めます。



※画像はイメージです。

※Step 5～8の作業と並行して図面を詰めていきます。間取りが分かる簡単なものから、契約図面、工事図面へと変わっていくので、その都度確認します。

伊東さん流

家づくりのポイント

● 周囲の意見を聞きすぎない

家づくり経験者の意見、気になりますよね。しかし、最適なプランはご家族ごとに違うということを忘れてはいけません。重要なのは他人の意見ではなく、「自分たちのベストを自分たちで見つけること」です。

● 住宅会社に任せてもOK

プラン決めの際、「自分たちの家だから自分たちで決めたい」「丸投げは抵抗がある」という人も多いのですが、住宅会社には経験豊富な住宅のプロが揃っています。希望を伝え、丸ごと提案してもらおうのも「アリ」です。実際、「自分では思いつかない提案で驚きました」「予算内でこんなことができるんですね」と嬉しい声を頂くことも多いです。

● タイパを意識しよう

プラン決めは長引きやすいので注意が必要です。長引けば当然、家の完成が遅れてしまいます。特に「子どもの進学に合わせて引っ越したい」などの予定がある人は、最初に決めたスケジュール通りに進められるよう、タイパ(タイムパフォーマンス)を意識して行動しましょう。

例えば:

● 一度で打ち合わせが終わるよう、夫婦一緒に向かう。

● 打ち合わせに集中できるように、お子さんが幼稚園などに行っている時間を活用する。またはお子さんを預ける(もちろん住宅会社のキッズルームも利用できます)など。

次回は「着工から完成、引き渡しの流れ」についてご紹介します。

Profile



エイト 営業 伊東 貴志さん

お客様に寄り添い、様々な角度から快適な暮らしを提案する熱血営業マン。中3、中1、小1の3児のパパでもあり、自身の家づくりの失敗談などリアルなトークに「説得力がある」と評判。

取材・文/甲斐理恵 取材協力/エイト

三角屋根がかわいい!
一階主寝室タイプの平屋ライクのお家

Model house Open



詳しくはこちらをご覧ください。



こだわり派のママに人気のアイデアがいっぱい!

“「美」と「快適」を追求したVILLAXシリーズ”



白を基調とした爽やかな明さが特徴のスタイリッシュなデザイン。

詳しくはこちら



古き良きニューヨークをオマージュしたクールなデザイン。

詳しくはこちら



〒870-0954 大分県大分市下郡中央1丁目2番20号 TEL.0800-200-2588

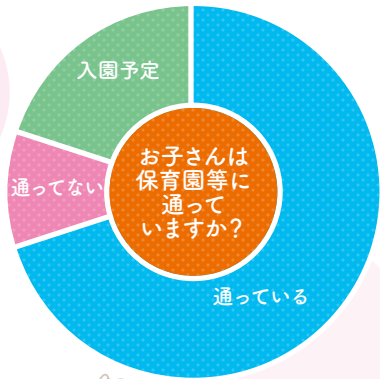
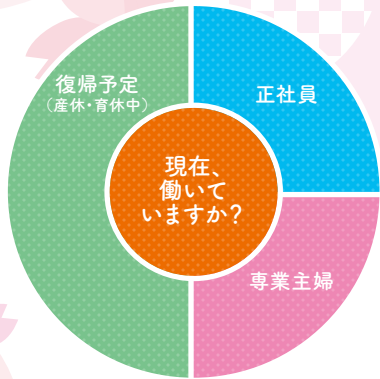
<https://eito-h.com> エイト大分 検索

●一級建築士事務所/大分県知事登録第22T-13273号 ●建設業登録/大分県知事許可(特-3)第10505号 ●宅建業登録/国土交通大臣(4)第7586号 ●九州不動産公正取引協議会会員 ●大分県宅地建物取引業協会会員

YouTubeはじめました! EITO'S HOUSING LABO エイトの家づくり研究所 マイホームのエキスパート 動画はコチラから

リトル・ママモニターさんに聞きました!

ママたちのおしごと事情おしえて



ここ数年で「共働きが増えている」というニュースをよく目にするようになったけど、おいたのママたちはどうなの？
リトル・ママおいたスールの読者モニターママたちに、現在のお仕事状況や働き方を聞きました!



あっこ

正社員で医療関係の仕事をしています。働ききっかけになったのは先輩が働いていて安心感があったからです。



ペーカリーまい

看護師で現在は育休中です。現在第2子妊娠中で仕事復帰後は育児時短勤務を取得する予定です。



じゅりママ

現在は専業主婦です。短時間で平日のみの勤務で、家庭が優先できる仕事が見つければいいなと思っています。



みやママ

現在専業主婦ですが仕事をする予定にしています。子どもの送迎や行事参加等に支障が出ないこと、土日祝日は家族を優先できる仕事を探しています。



コウキママ

2児のママで現在は育休中です。両立できるか不安ですが、今の仕事は好きなので出来る限り続ける予定です。



レオママ

2年間育休をいただいたので復帰予定です。仕事をするにあたって福利厚生充実や家庭と両立がしやすいと嬉しいです。



あやみん

30代1児のママで現在は育休中です。職場には子育て中のママも多く理解があり、仕事も楽しく働きやすいです。



さなつママ

育休を取得していましたが最近仕事に復帰しました。金銭面を安定させたいため復帰を決断しました。

大分県立図書館 イベント情報

大分市王子西町14-1 TEL.097-546-9981

おはなし会	読み聞かせひろば	そよかぜおはなし会	アニメ映画上映会	ちっちゃなおはなし会
日時 4月13日(土)、27日(土) 10:30~11:30	日時 4月14日(日)、21日(日) 10:00~11:00 ※不定期で平日も開催	日時 4月28日(日) ①11:00~ ②14:00~	日時 4月28日(日)、29日(月・祝) 14:00~ (終了時刻は、上映時間により変わります)	日時 4月23日(火)から 5月12日(日)までの平日 10:30~10:40
場所 子どもおはなしのへや	場所 子ども室マットコーナー	場所 子ども室おはなしのへや	場所 視聴覚ホール	場所 子ども室マットコーナー
対象 幼児から小学生	対象 幼児から小学生	対象 ①幼児②小学生	対象 幼児から小学生	対象 幼児
●参加費無料、事前申込不要	●参加費無料、事前申込不要	●参加費無料、事前申込不要	●参加費無料、事前申込不要	●参加費無料、事前申込必要

開催時間については、変更の可能性があります。詳しくは当館ホームページ等をご確認ください。



HP

HappyとLoveを
Melissaから
わんにゃんフェスタ

2024.4.27 SAT in るるパーク (大分農業文化公園)
9:30-16:00 杵築市山香町大字日指1-1

イベント詳細・お問合せ 株式会社 メリッサ 〒870-0308 大分県大分市坂ノ市南町 ☎097-511-1949

ラ・グレース化粧品

ベビースキンケア 10名限定募集

モニターの募集!

お子様の肌にとってもやさしい天然水でできた水のジェル

●0才から未就学のお子様対象です。
●モニターとしてお願いする方のみご連絡いたします。
●本品を使ってお子様のお肌の経過写真をご提供くださる方
●ベビースキンケアに興味がありご意見ご感想をいただける方

応募締切 / 2024年4月30日(火) 締切

モニター商品の詳細説明 エントリーはコチラから

赤ちゃんや子どもに起こりやすい皮膚トラブル!

- 脂漏性湿疹 ●あせも
- 新生児ニキビ ●虫刺され
- 接触皮膚炎 ●乾燥肌

天然炭酸化粧品ラ・グレース
公式ホームページ/公式Instagram
https://www.gab-lagrace.com
右のQRコードよりチェック!!

大在角子原2棟 大在西小学校、正門前!

生活と子育てに利便性あるエリア

物件情報

大分市角子原一丁目148-2 「大在駅」徒歩約15分

3LDK+WIC 販売価格 2,780万円 (税込)

±150.98㎡(45.67坪) 建101.85㎡(30.80坪)
築2023年11月 種R042479 種宅地 現完成済
構木造2階建 用第1種住居地域 大在西小

物件情報

大分市角子原一丁目148-3 「大在駅」徒歩約15分

3LDK+WIC 販売価格 2,780万円 (税込)

±150.94㎡(45.65坪) 建99.36㎡(30.05坪)
築2023年11月 種R042478 種宅地 現完成済
構木造2階建 用第1種住居地域 大在西小

周辺環境情報

- 大在西小学校:徒歩約1分
- なかもみの森こども園:徒歩約4分
- マックスバリュ:徒歩約8分
- ローソン 大在角子原店:徒歩約4分
- 姫野内科病院:徒歩約8分
- オーラルケア・プラザ ハート歯科クリニック:徒歩6分
- 大分銀行:徒歩約17分
- 大分角子原郵便局:徒歩約6分

物件概要の見方【土】土地面積【建】建物面積【構】構造・建物全体階数【築】建築年月【学】学区【確】建築確認番号【地】地目【用】用途地域【現】現況◆掲載物件の所在地は大分県となります。◆住宅の居室等の広さと土地の地形図・間口・奥行き等の寸法は概略です。◆表示価格は消費税を含んでいます。万一価格の変更または売却済みの場合はご了承ください。◆パース画像はイメージです。※別途諸経費要。◆広告有効期限/2024年3月31日 \物件の詳細はHPもしくは下記お問合せ先に/

豊富な街づくり・住まいの総合プランナー 大分県丸万産業株式会社 ☎097-513-5388
〒870-0018 大分県大分市豊海3丁目5番5号
(一社)大分県宅地建物取引業協会会員(一社)九州不動産公正取引協議会会員【建設業】大分県知事許可(般-1)第13730号
【宅建業】大分県知事(7)第2355号【1級建築士事務所】大分県知事登録第19Y-13603号

Instagram LINE HOMEPAGE



Profile |
miku

教室名:YOCO YOGA
@at_homeyoga

ヨガインストラクター/理学療法士/全米ヨガアライアンスRYT200
パートで働きながら、週に1回ヨガ教室を主宰。2児のママ

ヨガインストラクター

★お手軽★ mikuさんの YOGA 講座

毎日頑張っているママ・パパ達に「自分自身のために楽しむ時間を作ってほしい」との思いから、昨年よりワークショップをスタート。ヨガを通して新しい事に挑戦したり、趣味を見つけたり、保護者同士交流したり...そんな機会を提供しています。今回は2部制のワークショップ(1部子ども連れOK、2部大人のみ)の1部取材してきました。

ワークショップで行ったポーズの一部を紹介

ダウンドッグ

四つん這いから、手でマットを押しながらお尻を斜め上に持ち上げる。手から尾骨までがまっすぐなるようにする。3呼吸する。



針の糸通しのポーズ

四つん這いから、右手を左脇の下を通し、肩と頭をマットの真ん中に下ろす。左の手は頭の上に伸ばして下ろす。3呼吸し、反対側も同様に行う。



橋のポーズ

足を腰幅に開いて膝を立てる。お尻の下で手を組み、二の腕をできるだけ背中の中に収める。拳で床を押しながら胸を開くようにお尻を持ち上げる。3呼吸する。



インタビュー

始める前は、どうしても子ども達の様子が気になりソワソワしてしまったり、キヤーカーい遊ぶ声が聞こえてきて話に集中できなかったり、正直「落ち着いてヨガなんて出来るんだろうか...」と思っていましたが、やっていくにつれ、自然とヨガのポーズや自分自身にフォーカスが向いていき、普段なかなか感じることが出来ない、自分だけの時間を自分時間でやり切れたという満足感を最後には感じることが出来ました！最後に仰向けでただゴロンと横になる時間がとても心地よかったです。



ゆめうたママ

mikuさんのワークショップにお邪魔してきました!

1/31(水)、にルナ幼稚園(大分市明野)にて父母会主催のワークショップ『miku先生のリラックス・ヨガ』が開催。



親子一緒にリフレッシュ!

1部に参加したのはママ11人と子ども8人。miku先生の誘導に合わせて自分の身体、心と向き合いながらポーズをとる姿は真剣そのもの。ヨガ特有のゆったりとした雰囲気、心が落ち着くのか子ども達も騒ぐことなく、ママと一緒にポーズをとったり、子守りスタンプと遊んだり、落ち着いた様子で過ごしていました。ヨガのポーズは、普段動かさない筋肉をほぐすことができるので、身体を動かす機会が減っている現代のお子さんにも最適です。親子のコミュニケーションにもなるのでぜひ挑戦してみてください。優しい言葉を紡ぐmiku先生の教室には普段から親子で参加する人も多いのだとか。



参加ママの声



子どもと一緒にリラックスしながらヨガを楽しんでいました。

終了後、参加者からは「父母会の皆さんが子どもの面倒を見てくれたのでヨガに集中でき、とても楽しかったです(ーYさん)」、「小さな子どもがいると地域の教室には通いづらいので、本当にありがたいです(ゆいさん)」、「先生の言葉で、自分の時間を改めて大切にしたいと思いました(まめさん)」、「普段運動不足で体がガチガチなのでとても気持ちよかったです。(ヨガ初心者さん)」、「毎日育児でてんやわんやしているのですが、本当に数年ぶりに自分の身体と向き合うことができました(みほさん)など嬉しい声が寄せられました。

かしこく節約 お金を貯める 子育て中のママ・パパのための マネーセミナー開催

無料

2024年 完全予約制

6月4日(火)・13日(木)



レンブラントホテル大分フォーリーフガーデンの
ホテルビュッフェ付き!



※料理写真はイメージです。

3月27日のセミナーをご希望の方はお電話でお申し込みください。

時間 10:00~セミナー開始(受付9:30~)
12:00~ランチ(ランチ終了後は各自解散)

会場 セミナー/レンブラントホテル大分3F 久住の間
ランチ/レンブラントホテル大分1F フォーリーフガーデン



講師 幸賢俊氏

講師紹介
ファイナンシャルプランナー事務所
「ハッピーライフコンサルティング」代表

営業職を経て、税理士事務所で税務、会計、経営コンサル、
保険など資金に関する知識を学んだあとに開業。
年間約327組の相談実績を誇る。

初めての方・お一人でも参加OK

ご夫婦・お友達とペア参加OK

無理な勧誘や追加料金は一切なし

無料託児あり! (託児ご希望の方は申込時にお子様の人数と年齢をご記入ください。)

気になる「こんなこと」が学べます!

- ☑ 上手なお金の増やし方・貯め方
- ☑ 初心者でもわかるiDeCo、NISAの活用術
- ☑ 初心者のための資産運用術
- ☑ 教育資金のアレコレ
- ☑ 住宅ローンの上手な組み方

☆ お金の基礎知識を学びませんか? ☆

今すぐお申し込みを

完全予約制

お申し込み・お問い合わせ
WEBからのお申し込みはこちらから

✉ hlcy1110@gmail.com
☎ 080-7950-5301



※お申し込みの際、参加希望日・氏名・電話番号をお知らせください。



助産師さんに伺いました

最近よく耳にする『産後ケア事業』について

取材・文/大森 清美

Q 産後ケア事業とは

『産後ケア事業』は2020年に国の子育て支援の取り組みとして、「こども家庭庁」が打ち出して始まりました。産後の母子とその家族に対して行なう包括的なケアのことで、助産師が中心となっており産後のママの心と体のケアや、育児指導・相談を行います。

Q 産後ケア事業の目的は？

核家族が増え、産後のママの悩みを聞いてあげてくれない中、産後うつになる人がとも増えています。その産後うつを予防し、子育ての悩みや不安を解消するためのひとつとして『産後ケア事業』が始まりました。産後ケア事業を利用することで「1人じゃない」「子育てって楽しい」を実感してもらおうための取り組みです。

Q 公費でだけでも利用できるの？

公費使用の条件は市町村によって異なりますが、まず保健センターで申込申請をして、承認が下りたら産後ケア事業を受けることができます。どの施設での産後ケア事業を希望するかは、市町村関係なく希望の場所を受けられます。公費での利用回数は7回までです。

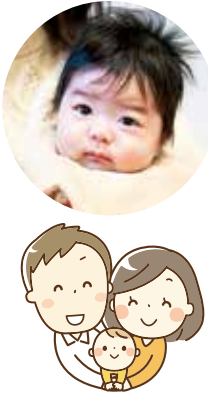
Q どんな人が利用するの？

産後のママのための『産後ケア事業』です。希望する方は誰でも気軽に利用することができます。



Q 具体的にどんなことをしているの？

産後のママたちの子育ての不安や体の不調を聞いて、それらを解消するためのお手伝いをします。「おっぱいをあまり飲んでもいい」「だれも手伝ってくれない」「話相手がない」「産後の肥立ちがよくない」「話し相手がない」などどんな相談でも大丈夫です。ママと赤ちゃんの様子を見させてもらい、ママには自分だけの時間をゆっくり、のんびり過ごしてもらいます。ママ友ができて話題が増えたり、寝不足解消にお昼寝をしてすっきりしたり...とにたくリラククスしてもらおう、そのためのお手伝いをする場所なのです。



助産師 矢野さんから一言

私は頑張っているママを1人にはしません！子育てを「不安だな」「ぎついな」「孤独だな」と思う前に、この『産後ケア事業』をもっと気軽に利用してほしいのです。ママたちに幸せを実感しながら、笑顔あふれる毎日を送ってほしいために、私たち助産師がママの思いをよく聞いて、寄り添いながら不安や不調を解消していきます。頼れる人がいる、相談できる場所がある、そう思えることで子育てはもっと楽しくなるはず。ママたちの繋がりを目的としたイベントも行っているのをお気軽に参加ください。

答えてくれたのは..



Profile
@resthouse_yano
矢野 妙子さん

レストハウスやの助産院
別府市幸町4番12号 tel:0977-26-5231
電話での受付時間
午前 10:00 - 12:00
午後 13:00 - 17:00



産後ケア事業を体験したママに感想を聞きました。



川原可奈さん
やまと大和ちゃん
<3カ月>

夫が仕事で長期間いないことが多く、1人での子育てに不安を感じたので『産後ケア事業』を利用してみようと思いましたが、ただ住んでいる国東には施設がなく、別府まで通っています。扉を開けた瞬間からホッとできて、幸せな気持ちになりました。アウトホームな雰囲気も好きです。初めての育児で不安なことも多いのですが、親身になって聞いてくれて、子どもを見てくださる間は安心して自分の時間をのんびりとリラクスしながら過ごせます。速くてもここに帰るのがとても楽しみです。



北原朱美さん
いと依采ちゃん
<3カ月>

この子の上にお兄ちゃんがいるのですが、もう17歳。前回の出産からかなり時間も経ち、産後の不安などがあつたので『産後ケア事業』に申し込みました。申請後の面談もとても親切で、別府市は産後ケアがとても受けやすい環境にあると思いました。ここに来ると助産師の矢野さんやスタッフの方が大変親切にしてください「1人じゃない」という安心感に包まれて、ほっと一息といった感じ♪美味しいランチをいただきながら、他のママと大変さを共有しながらの情報交換も貴重な時間です。

リトルママ おおいたスール

おおいたキッズポートフォリオ

表紙モデルに応募していただいたキッズの写真的の一部をご紹介します。次の表紙モデルはどの子になるかお楽しみにしてください♪



表紙モデルのエントリーは
こちらから



ご応募お待ちしております♪

くろちゃんカフェリトル*ママおおいたBASE

2024年4月のイベント情報





先着各回
6組

先着 6組

現役アナウンサーによる
4月の絵本読み聞かせ

現役アナウンサーの猪野ゆりかさんと
富松明菜さんが絵本の読み聞かせを行います。

事前受付 参加無料 開催時間/11:30~12:00 ★猪野ゆりかさん ★富松明菜さん

開催日				
4/2火 ★猪野ゆりかさん★	4/7日 ★富松明菜さん★	4/12金 ★猪野ゆりかさん★	4/14日 ★富松明菜さん★	4/16火 ★猪野ゆりかさん★
4/21日 ★富松明菜さん★	4/26金 ★猪野ゆりかさん★	4/28日 ★富松明菜さん★	4/30火 ★猪野ゆりかさん★	

4/10・24 4月の誕生日会

開催時間 ①11:00~12:00 (各2回) ②14:10~15:10

プロカメラマンによる記念撮影 & 手形のバースデーカードをプレゼント!



お誕生日会風景



事前受付 参加無料 | 対象:1~3才まで

※下記、二次元コードからご予約ください。

お子さまとの2ショットも

4/10・17・24 水
開催時間/11:00~16:00

子育て世帯の
住宅取得相談会

住まい選びのコンシェルジュ

予約優先 参加無料

※下記、二次元コードからご予約ください。

さわたり先生の
科学実験!

各日先着 7名

水を吸う化石を使って
コースターをつくらう

開催時間/
11:30~12:15

事前受付 参加無料

※下記、二次元コードからご予約ください。



4/15 月
水を吸う化石を使って
コースターをつくらう

4/22 月
みんなだいすき
スライムをつくらう




4/28 日
開催時間/13:30~

予約不要 参加無料

子どものためのミニコンサート
ピアニスト・
藤澤菜那と仲間たち

協力:SAMLL WORLD COMPANY
会場:シティ屋上ひろば 雨天中止




アミュプラザおおいた シティ屋上ひろば
くろちゃんカフェ **リトル*ママ
おおいたBASE**

くろちゃんカフェリトル・ママおおいたBASE
イベント予約フォーム

※イベントは予告なく開催日時など変更になる場合がございます。
※全てのイベントは予定数が埋まり次第、受付を終了させていただきます。



〒870-0831
大分県大分市要町1-14
営業時間/11:00~17:00

in 大分 2024 Apr
*Little mama Festa

リトル*ママフェスタ

マタニティ & ファミリー

4/20(土) 10:00~16:00

会場 ビーコンプラザ
コンベンションホール

**入場無料
要予約**

キッズレース
カタカタレース
ハイハイレース

おひるねアート

来場者全員プレゼント!

子育て応援企業ブース
ママ出店ブース
親子向け講座 & 交流会

詳細・来場予約はこちら

リトルママフェスタ 大分

主催:リトル・ママフェスタ実行委員会
株式会社エンファミ。共催:株式会社Fun
後援:大分県、ママのままプロジェクト