

¥0 TAKE FREE

ママも パパも ばあばも じいじも

みんなと一緒にこどもの未来と笑顔をはぐくむ

HUG HUG

岡山県で桜さんぽ

4

April 2021 / vol.136
毎月20日発行

TAKE
FREE



いらないものを有効活用!
エコで手軽な
0円お掃除術

このお仕事知ってる?
「恐竜博士」
岡山理科大学 林昭次さん

Usagiya 入学準備オススメグッズ

大学の敷地内に恐竜の博物館!?
恐竜の不思議を楽しく学ぼう!!

岡山理科大学

恐竜学博物館

今月はランドセルが当たる!



読者プレゼント

応募受付期間

3/20(土)~4/19(月)

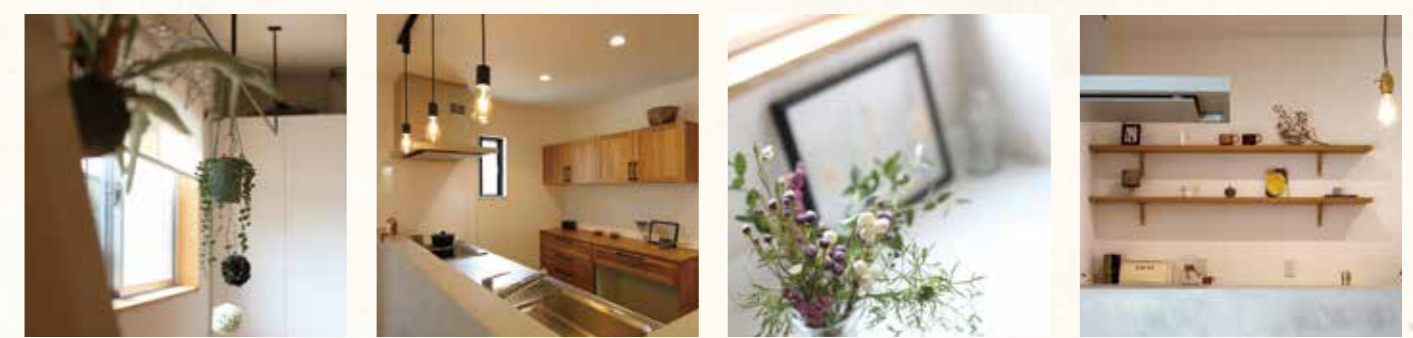
※詳細はp48をご確認ください。




Semi-Order
Li-plus
SIMPLE
STYLE
シンプルスタイル

生活に、木の温もりを。
上質を楽しむシンプルライフ

シンプルだけれど、温もりのあるわが家に。
そんな願いを実現する、上質素材の家づくり
お気に入りの家具や花も馴染みやすいスタイルで
毎日の暮らしを豊かに、美しく

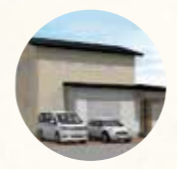


 **【完全予約制見学会情報】**
☎0120-927-576 または LINE にてご予約ください。詳細はHPをご覧ください。

Wood × Black Designer's house
2021年
3月27日・28日
10:00-16:00 岡山市北区辛川市場



上質な木の素材感で理想の暮らしを ~設計士とつくる家~
2021年
4月10日・11日
10:00-16:00 岡山市中区中井



友達登録
お願いします!

資料請求だけでもお待ちしております。
施工例や家づくりのストーリーなど
皆様の家づくりの参考になる資料をご用意しています。
ぜひお問い合わせください!



編集・発行 株式会社岡山広告
〒700-0975
岡山市北区今3-16-5
TEL.086-245-4350
印刷所 研精堂印刷株式会社

※本誌掲載の写真・イラスト・記事等の無断複製および転載を禁じます。

今月号に掲載されているイベントは、場合により延期または中止となる可能性があります。参加ご希望の方は、お手数ですが、事前に主催元などにご確認いただきますようお願いいたします。

CONTENTS

- 04 大学の敷地内に恐竜の博物館!?
恐竜の不思議を楽しく学ぼう!!
岡山理科大学 恐竜学博物館
- 07 子どもの“OOになりたい”に
“あの人”がお答えします!
**このお仕事知ってる?
「恐竜博士」**
岡山理科大学 林昭次さん
- 08 入学式までもう少し! 準備万端?
**Usagiya 入学準備
オススメグッズ**
- 12 いらないものを有効活用!
**エコで手軽な
0円お掃除術**
- 15 おり紙であそぼう
- 16 **岡山県で桜さんぽ**
- 20 遠慮なく子どもと楽しめるお店
- 22 **子どもが変われば
未来が変わる**
「よく噛むことは、愛なのだ! Part2」
- 24 歯のお悩みQ&A
- 24 クロスワードパズル
- 25 パパとつくれる♪ カンタンレシピ
「中華風温野菜」
- 25 おはなしめいる「はなさかじいさん」
- 26 離乳食でお困りのママ、パパへ……
はぐもぐ離乳食ガイド
- 27 イオンモール倉敷 MaMaサークル
「スタートの4月 新しいことを始めよう♪」
- 28 HUG HUGおすすめセレクション
- 30 HUG HUG ママスクール
- 34 **HUG HUG住宅展示場**
- 38 **HUG HUG なぞなぞ**
- 40 みんなの写真館
- 41 てんつなぎ
- 44 岡山県・香川県 休日当番医表
- 45 まちがいさがし
- 46 **HAPPY BIRTHDAY**
4月生まれのおともだち
- 47 今月の花タロット
- 48 **読者プレゼント**
応募期間:3/20(土祝)~4/19(月)



おかやま住宅工房

風土に学び文化をつくる

日本には四季があります。春から夏へ季節が移り、夏は暑く冬寒いというのは日本人なら誰もが知るところです。ですが「夏の暑さ」「冬の寒さ」とひと口に言ってみても、地域がちがえば気温もちがいが、雨量や風通し、光の差し込み具合までちがいます。つまり同じ日本にいながら、体が感じる季節は地域によってちがうのです。

おかやまには、おかやまのための家を。瀬戸内の気候風土を知り尽くしたわたしたちは、この地に根づく工務店として、おかやまの自然とともに生きるような家づくりを心がけています。

☎ 0120-466-670

〒700-0853 岡山市南区豊浜町13-66
TEL.086-262-8020 FAX.086-262-8023
<http://ojkobo.co.jp>



OKAYAMA TAMASU MODEL
趣味と生活が寄り添い合う家。
Industrial x modern.
吹き抜けの開放感や光の採り方、無垢床の温もり、ゆっくり流れる時間を体感できます。

Spiritとdesignを凝縮させたシンプルなカタチは、あなたという個性と融合した時、世界でひとつだけの心地よい器となる。

間仕切りが無く、光と風がいきわたる空間は、家族の成長やライフスタイルの変化に合わせて、自在に変化させられる。自然素材と無垢の木は、年月が経つほどに美しさを増す。

いま、自分スタイルを求めているあなたに —
FORZAが提案する新しい住まいのカタチを、どうぞ。

2F
施工事例はこちらから
1F
モデルハウス
見学予約
受付中!!
場所ははこちらから

1F床面積/ 57.96㎡(17.5坪)
2F床面積/ 48.32㎡(14.6坪)
延床面積/ 106.28㎡(32.1坪)

FORZA 〒700-0977 岡山県岡山市北区問屋町11-106 BOOTHビル1F TEL:086-250-3005



Exhibit

メイン展示室 / 化石処理室・研究室 / 展示ホール / 標本室

将来は恐竜の研究者? 新しい刺激に触れて夢を現実に変える好奇心の「種」を育てよう

メイン展示室に入ると、大小さまざまな化石のレプリカ(本物の化石は研究に使われているそうです)、復元イラスト、説明パネルなどが並んでいます。ここで主に展示されている「プロトケラトプス」と「タルボサウルス」は、どちらもモンゴルのゴビ砂漠でたくさん見られる化石です。同じ種でも、生まれたての子どもから大人まで、いろいろな状態の化石があって、当時、どんな風に暮らしていたのかとイメージが膨らみます。



化石処理室・研究室



恐竜研究のリアルが分かる!

ここでは、実際に化石のクリーニングや標本の作製などの作業が行なわれています。運が良ければ、発見されたばかりの新種の化石が見られるかも? 最新の研究成果も展示しています。

展示ホール



発掘調査をバーチャルで体験!

岡山理大で行われている、ゴビ砂漠での化石の発掘調査を、発掘地の3Dデータを操作したり、マップを調べたりして体感することができます。こんな場所に化石が!?とびっくりするかも。

標本室



恐竜以外の標本もいっぱい!

恐竜の化石と並んで、ヘビ、タヌキ、ニワトリなどの骨格標本も。恐竜と比較することで色々な発見があります。骨だけ見ていると、現代の動物も恐竜みたいに見えるのが不思議です。



大人も子どもも夢中になれる! 恐竜研究の最先端に行く博物館

昨年4月にリニューアルしたばかりの恐竜学博物館。大学構内ということもあり、何となく敷居が高そうですが、一般の方大歓迎です。10mを超す大迫力の全身骨格は見るだけで楽しく、分かりやすいパネル展示もたくさんあるので、恐竜に詳しくない方でもその場で子どもたちの質問に答えられます。その他、恐竜の塗り絵コーナーもあって、小さな子どもでも楽しむことができます。



大学の敷地内に恐竜の博物館!? 恐竜の不思議を楽しく学ぼう!!

岡山理科大学 恐竜学博物館

ACCESS



ナビを利用される方は「陸上自衛隊三軒家駐屯地」と入れて自衛隊の入り口まで来た上で、そこを左折して西へ300m進んでください。



怪獣みたいでかっこいい……!



恐竜を入口に、色々な勉強を一生懸命に頑張ってください。お友達と仲良くすることも大切です。



略歴

大阪府出身。3歳の時に博物館でステゴサウルスの化石を見て恐竜が大好きになる。北海道大学大学院やドイツのボン大学で学び、2017年から現職。研究テーマは現生動物にも及ぶ。プライベートでは1歳の子のお父さん。「カー!!」と恐竜の真似をする子どもに「ティラノサウルスはカーと言わないよ」と英才(?)教育中。

「恐竜で一番大きなものは30mくらいですが、今の陸上生物で最大のはアフリカゾウで約5mです。どつしてこんなに大きさに違いがあるか、考えるとワクワクしませんか。』どつして」と思うのが研究の種です。そして研究の第一歩は標本集めです。岡山理大では、モンゴルの砂漠で恐竜の化石を発掘調査したり、全国の動物園や水族館から動物の遺体を引き取って骨格標本にしています。それらをよく観察し、仮説を立てて検証します。そこで発見した生き物の不思議、進化の秘密について、研究発表、講義や展示を通じて、学生や社会に発信することが仕事です。

「恐竜学の世界には、世紀の大発見がコロコロ転がっているの、研究をしているときは常にワクワクしています。他の研究者や動物園の方など、志を同じくする人たちが一緒に仕事ができるのも楽しいです。また、恐竜学が持つ可能性、例えば、恐竜を学びたいという気持ちで学生や子どもが色々な勉強を頑張ったり、大きな経済効果を生んだり、新しいテクノロジーが生まれるかもしれないと考えると、本当に意義のある仕事だと思えます。大変なことは、成果を出し続けるプレッシャーでしょうか。研究者は競争が激しいので、新発見をたくさんすることが求められます。熱い砂漠を何日も歩いて恐竜の化石を探したり、思うような結果が出ないこともあり大変ですが、それを上回る喜びや感動が常にあります。」

「恐竜の名前をたくさん覚えるよりもしてほしいことがあります。研究とは、新しいことを発見することです。つまり、仮説を立てる必要があります。そのためには、生きてる動物を観察して恐竜と同じ所や違う所を探したり、幅広い分野も勉強して、広い見識を持つことが大切です。恐竜博物館に来て、標本のスケッチをしても発見があるかもしれません。また、発掘調査は色々な人の共同作業です。おうちの人の言う事をよく聞き、お友達と仲良くし、好き嫌いせずご飯を食べる練習をしておきましょう。」

子どもの"OOになりたい!"に"あの人"がお答えします! 恐竜のお仕事知ってる?

恐竜博士(岡山理科大学 講師) 林昭次さん

Profile



なまえ お名前 はやししょうじ 職業 だいがく せんせい 大学の先生

こどもの頃の夢 恐竜か動物に関わる仕事 好きな言葉 好奇心

こどもの頃に好きだった教科 理科(生物) 憧れの人 チャールズ・ダーウィン

岡山・香川にゆかりのある方からお仕事について教えてもらう大好評連載です。今月は多くの男の子が1度は憧れるお仕事、恐竜博士。岡山理科大学 生物地球学部 生物地球学科の講師として、恐竜や生物学を専門分野とし、研究、教育をしている林先生に、恐竜を研究するとはどういうお仕事か、研究者になるためにどんなことをしたら良いか伺いました。

例えば私は、ステゴサウルスの背中の板の成長過程と内部構造を調べることで、体温調節のためと、大人のオシャレ(ディスプレイ)のための機能があったという発見をしました。よかったです、大変なことは何ですか? 「恐竜学の世界には、世紀の大発見がコロコロ転がっているの、研究をしているときは常にワクワクしています。他の研究者や動物園の方など、志を同じくする人たちが一緒に仕事ができるのも楽しいです。また、恐竜学が持つ可能性、例えば、恐竜を学びたいという気持ちで学生や子どもが色々な勉強を頑張ったり、大きな経済効果を生んだり、新しいテクノロジーが生まれるかもしれないと考えると、本当に意義のある仕事だと思えます。大変なことは、成果を出し続けるプレッシャーでしょうか。研究者は競争が激しいので、新発見をたくさんすることが求められます。熱い砂漠を何日も歩いて恐竜の化石を探したり、思うような結果が出ないこともあり大変ですが、それを上回る喜びや感動が常にあります。」



Satellite

ロビー / 図書館 / 渡り廊下



A1号館 1F ロビー

巨大恐竜を間近で見られるチャンス! ぜひ一緒に記念撮影を

ロビーに入るとすぐに、全長10mにもなるタルボサウルスの巨大な骨格標本が出迎えてくれます。間近で見るとさすがに大迫力! 岡山理大の学生さんたちと協力して組み上げられたもので、いつでも研究に使えるよう、全身のすべてのパーツが取り外せるようになっています。ロビーには他にも、現代のワニに近い仲間、最大6mの巨大な肉食爬虫類(恐竜ではない)の「プレストクス」の標本も展示されています。

A1号館 4F 図書館 渡り廊下

発掘調査の実際が分かる 貴重な資料を多数展示

図書館の一角に置かれた巨大な足の骨格標本は、サウロロフスという植物食恐竜のもの。その他、恐竜の絵本や図鑑を集めたコーナーも。図書館の隣の渡り廊下には、ゴビ砂漠の発掘地点の原寸大写真や、調査員の1日のタイムスケジュール表、発掘に使われた道具なども展示されています。



C2号館 3F 図書館

化石から学ぶ 進化の不思議



古代ギリシャの兜のような突起を持つ「コリトサウルス」など、ここにも恐竜の化石がたくさん。他にも、恐竜の進化についての展示もあります。



岡山理科大学 恐竜学博物館 Museum of Dinosaur Research

〒700-0005 岡山県岡山市北区理大町1-1 (開館時間)月曜~土曜 10:00~16:45 ※随時HPをご確認ください http://dinosaur.ous.ac.jp/museum.html

入場無料 駐車場有

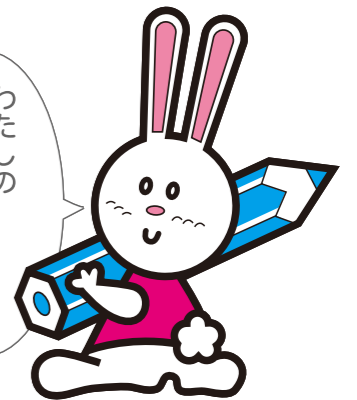




入学式までもう少し! 準備万端?

Usagiya 入学準備 オススメグッズ

わたしの
おすすめを紹介!



うさぎや マスコットキャラクター あいちゃん

もうすぐ新学期! ドキドキワクワクの新1年生になるお子さまへ、HUG HUGと中四国最大級の文具専門店「うさぎや」がオススメの入学準備品をご紹介します。入学準備品は品数も多く、たくさん種類があってどれがいいのか迷っているママにもオススメです!

※3/3時点の情報です。完売の場合はご容赦ください。

購入前に
チェック!

小学校入学準備用品チェックリスト

- | | | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ランドセル | <input type="checkbox"/> 消しゴム | <input type="checkbox"/> ねんど | <input type="checkbox"/> 給食用マスク |
| <input type="checkbox"/> ふでばこ | <input type="checkbox"/> のり | <input type="checkbox"/> お道具箱 | <input type="checkbox"/> ハンカチ |
| <input type="checkbox"/> えんぴつ | <input type="checkbox"/> ネームペン | <input type="checkbox"/> 絵の具セット | <input type="checkbox"/> ポケットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> クレヨン | <input type="checkbox"/> ものさし | <input type="checkbox"/> 書道セット | <input type="checkbox"/> かさ |
| <input type="checkbox"/> いろえんぴつ | <input type="checkbox"/> コンパス | <input type="checkbox"/> ぞうきん | <input type="checkbox"/> 防犯ブザー |
| <input type="checkbox"/> 下敷き | <input type="checkbox"/> 分度器・三角定規 | <input type="checkbox"/> お名前シール | <input type="checkbox"/> 鉛筆削り |
| <input type="checkbox"/> 学習帳 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

★準備のできたものはチェック欄に して、忘れ物がないか確認しましょう! ★リストに無いものは空欄をご利用くださいませ。※学校によっては指定がある場合もございます。入学説明会などの資料もあわせて確認してくださいね。

女の子には
すみっこが人気!



文具セット

すみっこぐらし GIFT SET
ポケットモンスター GIFT SET

筆箱、鉛筆1ダース、消しゴム、のり、鉛筆キャップ、下敷き、自由帳の計7点でコーディネートが楽しめるセットです。
すみっこぐらし 3,465円/サンエックス
ポケットモンスター 4,070円/ショウワノート



男の子には
ポケモン!

やっぱり気になる
キャラクター文具



鉛筆
鬼滅の刃 かきかたえんぴつ

鬼滅の刃の文具も続々と新発売。大好きなキャラクターと一緒に、勉強も楽しくできそうです。売り切れのため、店頭にはない場合があります。各2種/924円/ショウワノート

うさぎやオリジナル
名前+柄入れ鉛筆



鉛筆

プチラバンえんぴつ

うさぎやオリジナルの「プチラバン」。キュートなイラスト全9種からお好きな柄を選び、そこに名入れを施します。新入学・新入園のギフトにもピッタリ! 軸2種(ホワイト・ウッド)×名入れ書体3種類×柄9種類/880円/アトリエラバン

選ぶ楽しさが
文房具の
醍醐味だね!



最新防犯ブザーは
音と光で緊急サイン



防犯ブザー

安全ライト防犯ブザー ピカナル

最新の防犯ブザーはライト&充電式がキーワード。握って鳴らす防犯ブザー、対向車に存在を知らせる安全ライト、簡単充電、防塵防水と便利で安心な機能が満載です。2種/2,750円/レイメイ藤井

カギっ子にオススメ!
すみっこのキーケース



リール付きキーケース

すみっこぐらし キーケース

鍵を外の人に見せたくない、でもランドセルのDカンに付けて便利にしたい。そんな方にオススメなのがリール付きキーケース。大事に扱ってね、という願いを込めて、お気に入りのデザインを選んでみては。(右)1,518円、(左)1,628円/サンエックス

筆箱

タフキング(右)
ロイヤルブリリティ(左)

「最強の筆入」「強かわの筆入」をキャッチコピーに、デザイン性と耐衝撃強度を高めた筆箱。薄いののにソドアで必要十分な容量が確保されています。各3色/2,200円/クツワ



筆箱

ヨコピタクルット

フタをクルッと折りたたんでピタッとくっつけられる新商品! 机のスペースが有効活用で、机からはみ出さないので、落ちるリスクが減らせます。集中して勉強できるかも?! 各4色/1,980円/サンスター文具



裏側には定規類が
入れられる!

ランドセルに入れやすい
薄型の筆箱が流行中!

大人が欲しくなる
アイテム集めました！！



ラベルプリンター
テプラ PRO SR-GL1ピンク

絵文字や枠、8種類のフォントで可愛いオリジナルのラベルを作れます。専用のマステヤリボンにも印刷できるので、お名前シール以外にも幅広く使えそう！
7,304円(定価) / キングジム



鉛筆削りは
オシャレに進化する！！



鉛筆削り
ハシレ! エンビツケズリ!

後ろに鉛筆を刺し込んで、車を前後に走らせると鉛筆が削れているという商品。ミニカーのような外観なので、リビングに出っ放しにしてもインテリアに馴染みます。
全3色 / 3,300円 / プラス



ラベルプリンター
テプラ PRO MARK

生活に溶け込むシンプルな形のテプラ。スマホで簡単にデータを作成できます。また、イラストもプリントできる高品質ヘッドだから、繊細なデザインのラベルも思いのまま。
全2色 / 13,200円 / キングジム



ノートカバー+ファイル
プリモッチ

ノートカバーとファイルが1つになった「Primotti(プリモッチ)」。教科ごと、子どもごと、活動ごとなど、バラバラになりがちな資料を分けて便利に管理できるので、整理収納もはかどりそう。
全4色 / 330円 / ショウワノート



地球儀
ほぼ日のアースボール

直径15cmの小さな地球儀にスマホやタブレットをかざすと、たくさんの情報が見えてきます。国のこと、恐竜のこと、今日の天気のことなど、現在は19種類のコンテンツが見られます。
3,960円 / ほぼ日

リビング学習に
便利なアイテムも



卓上クリーナー
ワンクリ(上)
エアイン スイット(下)

小さくて集めにくい消しゴムのかすは、卓上クリーナーをサッと使って吸い込んでお掃除。充電式(上)と乾電池式(下)や、デザインなど、あなたにピッタリのタイプを探して。
(上)1,760円 / ケツワ
(下)1,650円 / プラス



卓上ライト
リビガク LED デスクライト

リビングに足りない光をプラスして、視力の低下を予防。白一色のシンプルなデザインなので、リビングに置いてもインテリアの邪魔にはなりません。
4,180円 / ソニック



〒710-0834 岡山県倉敷市笹沖508
TEL:086-421-8989 FAX:086-422-3399
営業時間:10:00 ~ 20:00
休日:元日、棚卸日を除いて年中無休



【福山南店】
福山市川口町4丁目20-17 / TEL:084-999-8989

【岡山店】
岡山市北区今8丁目15-28 / TEL:086-243-8989

【倉敷西店】
倉敷市西阿知町362-1 / TEL:086-465-8000

【岡南店】
岡山市南区千鳥町1-17 / TEL:086-262-8989

【岡山東店】
岡山市中区浜2丁目4-17 / TEL:086-271-8989

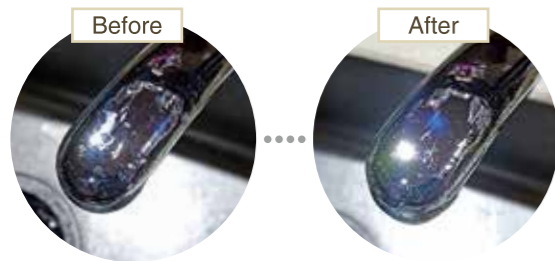
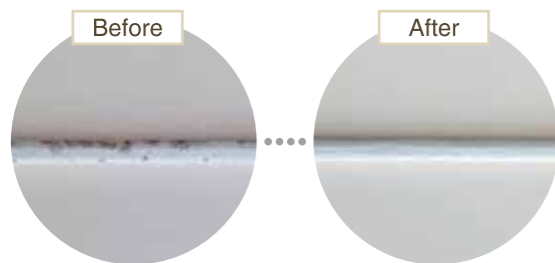
ガンコな目地のカビ取りに 砂消しゴム

〈おすすめ度……★★★★〉



紙を削ってしまうので、使いどころが難しい砂消しゴム。実は、紙だけではなくカビも削れてしまいます。子どもの色鉛筆セットのものが余ったら、カビ取りに活用してみてもいい？

Why? 名前の通り「珪砂」という硬い砂粒が練り込まれているため、目地の表面のカビを削り取ることができます。

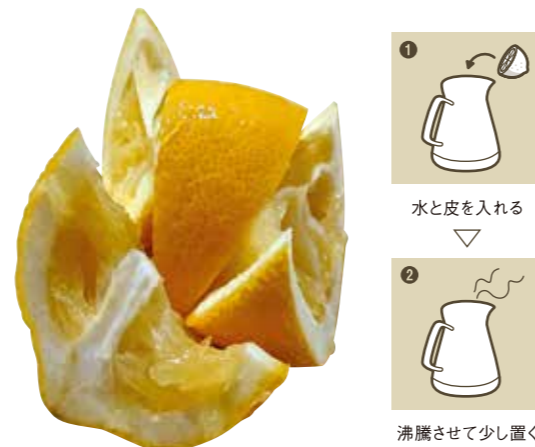


じゃが芋の皮はよく出る生ごみの代表ですが、実はキッチン掃除に大活躍します。むいた後の皮の内側で、シンクや蛇口などの汚れている所をこすると、芋のデンプンが溶け出てくるので、後はキレイに流すだけ。気が向いたときに時々やっておけば、水垢のヌルヌルがたまるのを予防できます。その他、洗面所の鏡のくもり止めにも使えます。

Why? 皮に含まれる「サポニン」という成分に、洗剤のように汚れを浮かせて落とすはたらきがあります。また、芋に含まれるデンプンにも、汚れを吸着するはたらきがあります。

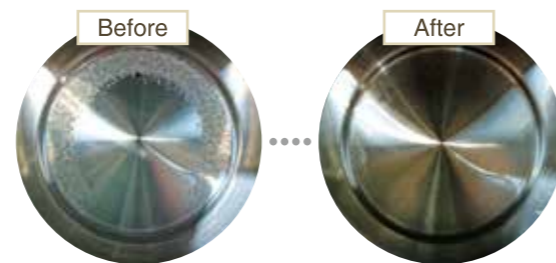
お菓子作りで余った時に レモンの皮

〈おすすめ度……★★★★〉



果汁を搾った後の皮は、お菓子や果実酒作りにも使えますが、余ったらポットの内側の掃除にも。水と皮をポットに入れ、湯を沸かして少し置くと水垢がキレイに落ちます。

Why? 水垢の主成分の石灰は酸に溶けやすいため、レモンに含まれる「クエン酸」によって溶かすことができます。



キッチンの水垢・油汚れに
じゃが芋の皮
〈おすすめ度……★★★★〉



余ったものや捨てる食材を使うことで家計の節約に!

身体に害のない天然素材を使うので、口にもものを入れやすい小さな子どもやペットのいるご家庭でも安心!

身近なものが掃除道具に大変身! 「なんでキレイになるの?」と子どもと一緒に考えるのも楽しい!

捨てる前の“ついでの掃除で手軽に家中ピカピカに!

日本伝統の天然ワックス お米のとぎ汁

〈おすすめ度……★★★★〉



お米のとぎ汁は、昔から木材のつや出し用に使われてきました。フローリングマットには効果が期待できませんが、無垢材の床、食器、天然木のおもちゃなどにおすすめです。

Why? お米のとぎ汁には油分が含まれていて、木材に塗ることで、ワックスのように表面に保護膜を形作ります。



いらないものを有効活用!

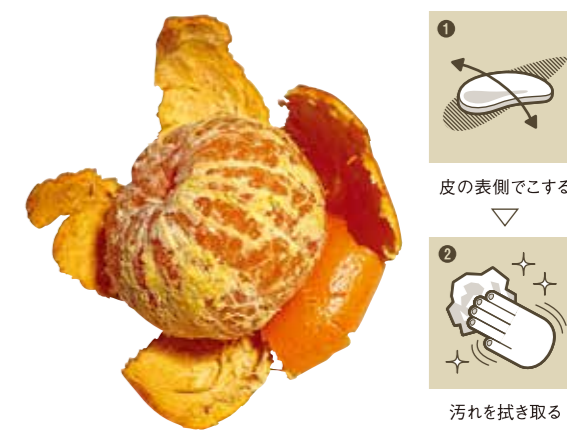
エコで手軽な 0円お掃除術

それ、もしかしたら掃除に使えるかも?

「窓ふきは新聞紙で」「床ふきはお米のとぎ汁で」……そんな「おばあちゃんの知恵袋」、一度は聞いたことありませんか? 野菜や果物の皮など、そのままと捨ててしまうものが掃除道具に大変身する、便利なお掃除術をご紹介します。すぐにできるものばかりなので、お気軽に試してみてください♪

食べるついでに落書き掃除 みかんの皮

〈おすすめ度……★★★★〉



みかんの皮で落書きをこすると、皮から出てきた汁でインクが溶けてくるので、後はティッシュなどで拭き取るだけ。こたつでみかんを食べている時、落書きを見つけたらぜひ。

Why? 皮に含まれる「リモネン」という成分に、洗剤と同じようにインクの油を溶かして浮かせるはたらきがあります。

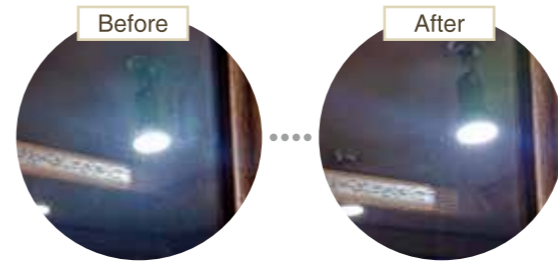


おり紙であそぼう

さき あたま
ゆび先をつかうと、頭のはたらきがよくなるよ。

ティラノサウルス

- 1 半分を折って折り目をつけます。
- 2 写真の位置で左右とも折ります。
- 3 写真の位置で折り目を付けます。
- 4 写真のように開いてお折ります。
- 5 反対側も同じようにお折ります。
- 6 写真の位置で折り、さらに上に折ります。
- 7 下の部分も写真の位置で折ります。
- 8 下の部分を写真の位置で折ります。
- 9 半分を折ります。
- 10 よこ横にして写真の位置で折ります。
- 11 写真のように開いてお折ります。
- 12 ティラノサウルスの完成です。



- 1 新聞紙を丸める
- 2 水で濡らして拭く
- 3 乾いたもので乾拭き

雑巾より便利?
新聞紙
〈おすすめ度……★★★★〉

読み終わった新聞紙は、揚げ物の油を切るのに使うことが多いですが、窓ガラスを拭くにも便利です。くしゃくしゃに丸めた新聞紙で、水拭き→乾拭きの2回拭きだけ。車のワイパーのように左右に拭くより、上から下に方向を一方に揃えて拭いた方が、ガラスの表面に拭いた跡が残らずキレイに仕上がります。

Why? 新聞紙は紙質が粗くざらざらしているため、汚れをよく吸着します。また、印刷されたインクには油分が含まれているため、ワックスのような曇り止め効果もあります。



天気欄しか読まないなあ

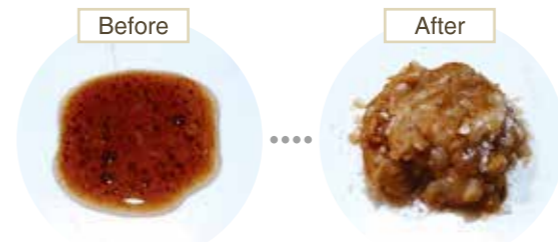
油汚れは固めて落とす 小麦粉

〈おすすめ度……★★★★〉

- 1 油に小麦粉をかける
- 2 こすって落とす

ベタベタした油汚れは、小麦粉をかけてしばらく待つと固まり、指でこすって取ることができます。揚げ物に使った小麦粉が少し余った時などにどうぞ。片栗粉でも可能です。

Why? 小麦粉は、粒が小さく乾燥している+含まれるデンプンに吸着性があるため、油分を効率よく吸収できます。



黄ばんだ障子紙に 大根おろしの汁

〈おすすめ度……★★★★〉

- 1 大根をおろす
- 2 汁で障子紙を拭く

今は障子がない家も多いですが、もし黄ばみが気になったら、大根おろしの汁をスポンジやペーパーに付けて拭いてみましょう。漂白されたように真っ白になります。

Why? 大根に含まれる「ジアスターゼ」という消化酵素が、紙に付いたデンプン質の汚れを分解してくれます。



入園・入学おめでとう! 入園・入学記念写真 大募集

2021年
5月5日(水祝)
締め切り

HUG HUG編集部からのお知らせです!!

4月にご入園・ご入学をされるお子様へ。
入学式を迎え新しい生活が始まる新入生のみならずHUG HUG誌面でお祝いします!
桜の下や校門前で……ピカピカの制服を着て……仲良しのお友達やママ、パパと一緒に撮った入園・入学の記念写真をお送りください。HUG HUG 6月号(5/20発刊)でご紹介させていただきます♪

【必要事項】 件名を「入園・入学スナップ」
メール本文に、①お子様のお名前(ふりがな)、②年齢、③性別、④コメント30文字程度を記入し、お子さまの写真を添付して、下記のアドレスまでお送りください。

【応募宛先】 photo@hughug-town.com

【応募締切】 2021年5月5日(水祝) 24:00

※個人情報保護の取組みの一環として、写真に学校名などが写っている場合は編集部にて修正させていただきます。あらかじめ、ご了承ください。



岡山市北区 **たけべの森公園**

大型遊具や芝生広場、キャンプ場、レジャープール、バーベキューガーデンなど、家族みんなで1年中楽しめる公園です。春の園内には100種類・15,000本の桜が咲くので、3月下旬から4月下旬の長い期間桜を楽しめます。1.5kmも続く、紅八重しだれ桜のトンネルは幻想的！花見の期間は桜茶屋が営業されているので、軽食や飲み物、お土産などを買うことができます。



DATA
 岡山市北区建部町田子1571-40
 開園時間*9:00~17:00(7/15~8/31は~18:00)
 休園日*月曜(祝日の場合は翌日)、7/20~8/31は無休(桜の開花中も無休)
 料金*小学生未満無料、小・中学生200円、高校生以上300円
 アクセス*山陽自動車道岡山ICから車で約45分。JR福渡駅からタクシー約10分。
 駐車場*普通車約700台
 問い合わせ*TEL:0867-22-3111(たけべの森公園)



おすすめPoint!
 1.5kmも続く、紅八重しだれ桜のトンネルは幻想的な空間を作りだす人気スポットです。

開花情報(例年の見頃)
 3月下旬~4月下旬



おすすめPoint!
 対岸の水面に映る桜を見ながら、のんびりと遊歩道を散歩してみてください。

倉敷市 さかつこうえん **酒津公園**

「水と桜」をテーマに整備された総合公園。広場や遊具もあり、家族連れが多く訪れます。春には桜が満開になり、大勢の人で賑わいます。園内にはソメイヨシノや八重桜など、約500本の桜が咲き誇り、高梁川の配水池で遊ぶカモやアヒル、水面に映る桜をめでながら、のんびりお散歩を楽しめます。



DATA
 岡山県倉敷市酒津1556
 アクセス*山陽自動車道倉敷ICから車で約20分。
 駐車場*約500台(臨時駐車場を含む)
 問い合わせ*TEL:086-426-3495(倉敷市公園緑地課)

開花情報(例年の見頃)
 3月下旬~4月上旬

倉敷市 たねまつやまこうえんにしえんち **種松山公園西園地**

倉敷市街の南に位置する種松山の山頂に作られ、水島工場地帯を見下ろせる絶景ポイント。春にはソメイヨシノ、八重桜、彼岸桜など約1,200本もの桜が咲き誇る桜の名所です。園内には、「ちびっこ広場」や、山の斜面を利用した長いすべり台や丸太渡りなど本格的なアスレチックがある「冒険の森」など、さまざまな遊具があり、親子で1日中遊べます!



DATA
 岡山県倉敷市福田町福田426-1
 アクセス*瀬戸中央自動車道水島ICから車で約15分。JR木見駅からタクシー約20分。
 駐車場*普通車290台、バス5台
 問い合わせ*TEL:086-426-0200(種松山公園地管理事務所)



おすすめPoint!
 園内には多種多様な遊具が設置されています。長いすべり台、空中ブランコ、猿渡り、丸太渡り、種松山滑り、タイヤくぐり、ターザン、複合遊具(数種類の小型すべり台など)、砂場ほか

開花情報(例年の見頃)
 3月下旬~4月上旬



岡山県で **桜さんぽ**

岡山県内の桜がキレイなお散歩スポットをご紹介します。この時期なので、ゆっくりとお花見を楽しむことはできませんが、家族みんなで桜を眺めながらのお散歩はいかがですか?

※掲載している情報は、3月12日現在のものです。見頃は天候によって左右されるので、事前に確認の上、お出かけください。



岡山市中区 あさひがわさくらみち **旭川さくらみち**

岡山を代表するお散歩スポットといえば、旭川さくらみち。岡山後楽園の東岸、約1.3kmにわたり桜が咲き乱れる市街地の定番お散歩スポットです。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、2021年の「岡山さくらカーニバル」は中止になりました。



DATA
 岡山県岡山市中区旭川東岸付近
 アクセス*山陽自動車道岡山ICから車で約30分。JR岡山駅から市内バス「後楽園前」下車徒歩すぐ、路面電車東山行き「城下」下車徒歩10分。
 駐車場*なし
 問い合わせ*TEL:086-803-1332(岡山市観光振興課)



おすすめPoint!
 岡山後楽園や岡山城を望む桜並木が圧巻の岡山を代表するスポット。

開花情報(例年の見頃)
 3月下旬~4月上旬



おすすめPoint!
 園内に植えられているのは、ソメイヨシノとしだれ桜。芝生にレジャースーツを敷いて桜を楽しめます。

開花情報(例年の見頃)
 3月下旬~4月上旬

岡山市中区 おかやまふれあいセンター **岡山ふれあいセンター**

すべり台、クライミングなど子どもたちが大好きな遊具や砂場、小さい子どもでも遊ばせやすい遊具があります。館内にはトイレやおむつ替えベッドが複数個所にあるのでベビー連れのママも安心!公園や児童館で遊び、お昼はお花見しながらお弁当を食べ、1日中楽しく過ごせます☆



DATA
 岡山県岡山市中区桑野715-2
 開園時間*館内は9:00~21:00
 休園日*毎月第3土曜日(ふれあい広場は終日開放)、年末年始
 駐車場*約650台
 問い合わせ*TEL:086-274-5151

まだまだあるよ! 絶景桜スポット



玉野市 おうじがたけ 王子が岳

玉野市の西端に位置する瀬戸内海の多島島が望めるビュースポット。春にはサクラやツツジなどが咲き誇るハイキングコースとして人気です。



開花情報(例年の見頃)
3月下旬~4月上旬

DATA 岡山県玉野市渡川4丁目付近
アクセス*瀬戸中央自動車道児島ICから車で約30分。
駐車場*普通車150台、バス10台
問い合わせ*TEL:0863-33-5005(玉野市商工観光課)



岡山市北区 かながわさくらなみき かながわ桜並木

岡山市御津町金川地区内の宇甘川堤防にある約300mの桜並木。桜の開花に合わせて、提灯が設置され、夜間はライトアップされます。



開花情報(例年の見頃)
3月下旬~4月上旬

DATA 岡山県岡山市北区御津金川付近
アクセス*山陽自動車道岡山ICから車で約20分。JR金川駅から徒歩約7分。
駐車場*普通車約100台
問い合わせ*TEL:086-724-1114(岡山市御津支所産業建設課)



井原市 いばらづつみ 井原堤



井原市内を流れる小田川沿いに約800本、約2kmに渡る桜並木は見応え抜群! 春は桜の名所として市民の憩いの場となっています。

開花情報(例年の見頃)
3月下旬~4月上旬

DATA 岡山県井原市井原町3616番地付近
アクセス*山陽自動車道笠岡ICから車で約20分。井原鉄道井原駅から徒歩約15分。
駐車場*桜の時期は臨時駐車場200台
問い合わせ*TEL:0866-62-8850(井原市観光協会)



倉敷市 つるがたやまこうえん 鶴形山公園



美観地区の北、倉敷の総鎮守である阿智神社の境内周辺に整備された公園。春には約120本もの桜が園内をピンクに染めます。

開花情報(例年の見頃)
3月下旬~4月上旬

DATA 岡山県倉敷市本町794-1
アクセス*瀬戸中央自動車道早島ICから車で約20分。JR倉敷駅から徒歩約20分。
駐車場*普通車5台(付近に専用駐車場なし)
問い合わせ*TEL:086-426-3495(倉敷市公園緑地課)



真庭市 くせトンネルざくら 久世トンネル桜

旭川堤防の約1kmに約180本のソメイヨシノが植えられています。桜が道路上を覆いトンネルとなっていることから「トンネル桜」と名付けられました。



開花情報(例年の見頃)
4月上旬~4月中旬

DATA 岡山県真庭市惣付近
アクセス*米子自動車道久世ICより車で約10分。JR久世駅から徒歩約5分。
駐車場*普通車50台
問い合わせ*TEL:0867-42-1033(真庭市産業政策課)



都窪郡早島町 はやしまこうえん 早島公園

地元では桜の名所として有名な公園。町の中心部に位置し、町民の憩いの場として愛されています。4月には桜が咲き乱れ、お散歩には最適です。



開花情報(例年の見頃)
3月下旬~4月上旬

DATA 岡山県都窪郡早島町早島1329-1
アクセス*瀬戸中央自動車道早島ICから車で約5分。JR早島駅から徒歩約15分。
駐車場*普通車20台
問い合わせ*TEL:086-482-0614(早島町建設農林課)



真庭市 みかもしゅくばざくら 美甘宿場桜



旧出雲街道美甘宿の町裏の新庄川堤防に咲く桜並木で、約600mの間に50本の桜が植えられています。満開時は桜のトンネルを歩いているようです。

開花情報(例年の見頃)
4月中旬~4月下旬

DATA 岡山県真庭市美甘付近
アクセス*米子自動車道湯原ICから車で約20分。
駐車場*なし
問い合わせ*TEL:0867-56-2611(真庭市美甘振興局地域振興課)



笠岡市 こじょうざんこうえん 古城山公園



笠岡市街地と富岡干拓の間、高さ60.8mの小山にある公園です。春には約400本の桜が咲き、山肌が薄桃色に覆われます。

開花情報(例年の見頃)
3月下旬~4月上旬

DATA 岡山県笠岡市笠岡2369-1
アクセス*山陽自動車道笠岡ICから車で約15分。JR笠岡駅から徒歩約10分。
駐車場*普通車30台(通行できるのはワゴン車タイプの車まで)
問い合わせ*TEL:0865-69-2147(笠岡市商工観光課)



玉野市 みやまこうえん みやま公園

春はソメイヨシノを中心に約7,000本の桜が咲く、桜の名所。広大な敷地には、桜以外にも四季折々の自然が1年中楽しめます。園内の「深山イギリス庭園」(有料)では、大きな花の咲くめずらしいタイハクザクラが楽しめます。

レンタサイクルもあるので、桜の咲く道をサイクリングで楽しむ事もできます(子ども用自転車から大人用、電動自転車まで揃っています)。



DATA 岡山県玉野市井田2-4490
料金(深山イギリス庭園)*中学生以上200円、小学生と65歳以上100円
料金(レンタサイクル)*中学生以上300円、小学生以下200円、電動自転車500円
アクセス*瀬戸中央自動車道水島ICから車で約30分。
駐車場*普通車約1,000台
問い合わせ*TEL:0863-21-2860(玉野市公園緑化協会)



おすすめPoint!
園内の「深山イギリス庭園」(有料)では、大きな花の咲くめずらしいタイハクザクラが楽しめます。

開花情報(例年の見頃)
4月上旬~4月中旬



おすすめPoint!
自転車やボール、スケートボードなどの道具を無料で貸し出し。芝生広場でおもいっきり遊べます。

開花情報(例年の見頃)
4月上旬~4月下旬

*バーベキュー広場以外での火気使用は禁止されています。

笠岡市 かさおかたいようのひろば かさおか太陽の広場

笠岡湾干拓の東堤防沿いに整備された横に長い公園。小さい子向けの背の低い遊具から、すべり台、ブランコ、のぼり棒などを組み合わせた複合遊具があります。自転車やボール、スケートボードなどの無料貸し出しも行っているため、芝生広場で思いっきり遊ぶことができます。干拓の堤防沿いに咲く、3kmも続くベイファーム笠岡千本桜を楽しむことができます。



DATA 笠岡市カブト東町13番地外
アクセス*山陽自動車道笠岡インターから車で約5km。
駐車場*普通車約480台
問い合わせ*TEL:0865-69-2138(笠岡市都市計画課)



津山市 つやまじょう(かくざんこうえん) 津山城(鶴山公園)

城跡は『さくら名所100選』にも選ばれた西日本有数の桜の名所となっていて、桜の季節には毎年多くの人々が訪れ、津山のシンボリックな場所になっています。

桜の多くは津山城を取り囲むように植えられていて、満開を迎えるとお城が桜に包み込まれているような景観となります。その美しさは圧巻で、岡山県内では人気NO1のお花見スポットとなっています。



DATA 岡山県津山市山下135
料金*大人310円、小人(中学生以下)無料
アクセス*中国自動車道津山IC・院庄ICから車で約15分。
駐車場*約2,000台(さくらまつり期間中の臨時駐車場を含む)
問い合わせ*TEL:0868-22-3310(津山市観光協会) / 0868-22-4572(鶴山公園)



おすすめPoint!
本丸からは、まるで雲海のように咲き誇る桜を見下ろすことができます。

開花情報(例年の見頃)
4月上旬~4月中旬



県内では数少ない 矯正専門の歯科が倉敷市新田に新規開院!

矯正はいつから何を? という疑問に答えてもらいました



1~5歳

指しゃぶりや頬杖をつくなどの生活習慣も加味して将来の歯並びを予測し、悪化を予防。歯が生え変わる時期は、将来の歯並びに影響がないよう、注意深く見守ります。治療の要・不要に関わらず、まずは相談して情報収集を。

6~15歳くらい

大人の歯がある程度生えてきたら、必要に応じて矯正がスタート。永久歯の生え方、成長の変化で100点の噛み合わせに改善することは困難ですが、成長期を利用して可能な範囲で歯並びを改善します。期間は約2年間。

15歳くらい~

成長が落ち着いた段階、女子なら中学3年生、男子は高校2年生頃を目安に、仕上げの矯正治療に入ります。ここでも約2年かけて、今度は100点にしていきます。

※年齢はすべて目安です。
※遺伝性の受け口は、提携病院で手術などを併用する治療法もあります。

もちろん大人も

大人からでも矯正治療は可能です。人前に出るから器具が見えないようになど、お仕事の都合や生活習慣によって、最適な治療法を提案します。治療期間は2年~。

子育て世代に嬉しい設備



5歳以下の子ども専用ルームにスペースやおむつは、子どもの体に合わせたベッドを設置。キッズ専用待合スペースやおむつ替えシートもあり、子どもと通いやすい!

COLUMN

矯正歯科と他の歯科の違いは?

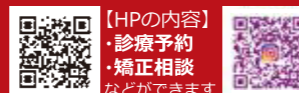
歯科と言っても幅広い分野があり、虫歯治療や入れ歯の治療など、先生によって得意・不得意は存在します。9年間で1000人を超える患者さんを診た私が圧倒的に得意なのは矯正です。虫歯治療は虫歯が得意な先生へ、矯正は当院で、と、患者さんの選択肢を増やせるのが矯正歯科です。

歯医者さんとの相性の重要度

矯正は特に、患者さんと歯科医との相性が大切です。治療に約2年、その後も数ヶ月に1回、定期的に歯並びの後戻りや成長による噛み合わせの変化など確認する必要があるからです。治療の効果を最大化するためにも、お互いの話を理解し合える歯科医をかかりつけにしましょう。



ROSSO矯正歯科 院長
日本成人矯正歯科学会 認定医
赤木 秀瑛 先生



【HPの内容】
・診療予約
・矯正相談
などができます

あのサロン、良いよ! 掲載店を募集中

うちの店は、お子様大歓迎! 飲食店 美容院 病院 その他

【自薦】【他薦】は問いません。「子連れに優しいサービスがあるよ!」「とっても子ども好きの優しい店員さんがいる」、「子どもと一緒に感動的な体験ができた!!」、などの飲食店や美容室、病院、その他のスポットを教えてください。ママ・パパ同士で情報共有して、休日をもっと楽しみましょう。

応募方法

右のQRコードを読み込んで、応募フォームに必要事項を入力するか、メールでご応募ください。

【宛先】 info@hughug-town.com
【件名】 子どもと楽しめるお店
【本文】 ①店名 ②お店の住所 ③ファミリーにオススメできるポイント ④あなたのニックネームを入力してください。ご応募、お待ちしております。

遠慮なく 子どもと楽しめるお店

子どもが騒いだらどうしよう.....そんな心配はご無用! 子ども連れでものびのびと過ごせるお店が大集合。ママの時間も家族の時間も、もっと楽しみましょう!



岡山県岡山市
えびめしや 万成店

キッズクラブ入会で
行くたび&イベント月にとってもお得!



「キッズクラブセット」(会員300円/一般700円)の他、「お子様贅沢洋食セット」(520円/920円)なども。



岡山名物えびめしを生んだ「えびめしや」は、嬉しいサービスがいっぱい。小学6年生まで子ども全員に、スタッフが目の前でパルーンアートを作ってプレゼントしてくれます。スタッフによってレパートリーが違うので、何度も通ってみて。また、キッズクラブ(入会金500円、500円の食事券付き)会員は、キッズメニューが特別価格になる他、誕生日や卒業・入学時に特別料理のプレゼントもあります。

Tel.086-251-6221
岡山県岡山市北区万成西町2-53
◎11:00~22:00(L.O. 21:45)
◎なし
◎20台(共同駐車場)



生活雑貨 SKILLET 高松店

香川県高松市
キッズスペースがある広い雑貨店
子育てアイテム充実でギフトにも◎

230坪の広い店内に、かわいく便利な雑貨が多彩に並び「SKILLET」。絵本やおもちゃが用意されたキッズスペースもあり(感染症拡大防止のため、一部撤去中)、子どもを気分転換させながら、ママはゆっくりとお気に入りを選ぶことができます。ベビー&キッズの洋服やおもちゃ、ママグッズもあるので、家族用はもちろん、友達へのギフト選びに迷った時にも素敵なアイテムが見つかりますよ。



Tel.087-869-0151
香川県高松市多肥下町473-2
◎10:00~20:00
◎無休
◎共用駐車場60台



こども歯並び説明会

4月4日(日)開催!

当院の矯正治療の特徴、費用、治療期間などについてお話しします。

時間：9:00～ 費用：無料
※開催日時に変更になる場合があります。
要予約。事前にお電話をお願いします。



マイオブレース型矯正装置「マイオブレース」



当院は岡山初!! の
myobrace
STRAIGHT TEETH THE NATURAL WAY
認定クリニック

- こども歯並び矯正の特徴
- 歯を抜かない
 - ワイヤーを使わない
 - みんなで取り組む

マイオブレースは口腔内に装着する装置で、日中1～2時間と夜間就寝時に装着します。マイオブレースを用いた口腔筋機能療法は、顎を正しく発達させ、歯並びを整えます。

隙間のない歯並びは危険信号! 現代の子どもの5人に4人は歯並びに問題があります。遺伝ではなく、生活習慣が大きく関わってきます。お子様に右のような症状はありませんか??

- お口がよくあいている
- お口を閉じると「へ」の字になる
- 歯並びが悪い
- 姿勢が悪い
- お食事中にクチャクチャ音がする
- 水やお茶がないと食べられない
- 風邪をひきやすい
- アレルギー体質

実はこれらは、歯並びだけに限らず、**顔面の成長発達や身体の健康に大きな影響を与えています。**



※2つ以上当てはまる方はぜひ説明会にご参加ください。

子どもが変われば未来が変わる



電車が走る歯医者さん

よく噛むことは、愛なのだ!
Part 2



★噛むことの効能

先月号で紹介した、よく噛むことの効能を訴えたスローガン。

今日は「いいだよ!」

あ	い	な	の	だ
あごへの影響 しっかりとあごを育てる	胃腸での消化・吸収を高める	なんでも食べて生活習慣病予防	脳への活発な刺激	唾液がたくさん出る ダイエット効果

★噛むのは何のため?

そもそも『噛む』目的は何でしょうか? もちろん、口に入る大きさにすることは、最低限必要なことですが、『小さくなった』噛めた『な』のでしょうか?

実は、噛むことの目的は、『飲み込みやすい食塊を作る』ことであると言われていいます。唾液とこねられた食塊は飲み込みやすく、胃腸での吸収もスムーズなのです。

★食塊作りに欠かせないものは?

餅と白だけで餅をつくるとどうなるでしょうか? 餅

食塊作りは餅つきと同じだよ

欠かせないものは?

が乾燥して杵や臼に張り付いてしまい、まとまりません。

そこで、水分をつけた手で餅をひっくり返す作業をすることで、まとまった軟らかい餅になります。

つまり、舌を使って食べ物を歯の上に乗せ、唾液と混ぜながら噛むことで、食塊は作られます。

★○○の呼吸

最後に、『上手な餅つき』は上手に噛むために必須なのが、阿吽の呼吸です。噛むタイミングと舌の動きが阿吽の呼吸で機能しないと、舌を噛んだりむせたりしてしまいます。



岡山ワイズベビー歯科教室 開催中

お友達を誘っての参加もOK!

もはや今、「健やかな成長」は学ぶ(習う)時代! 「離乳食を正しく食べさせていたら、こうならなかったかも……」 「抱っこの仕方将来のかみ合わせが変わると知っていたら……」 その時期に知っていればできることがたくさんあります!

〈歯科教室開催日〉
足の会：3月24日(水)………10:00～
離乳食の会：3月24日(水)、4月28日(水)……11:00～
お口遊びの会：4月13日(火)、20日(火)………10:00～
23日(金)、28日(水)

対象：3歳未満のお子様と保護者様
費用：1家族1,000円(当院患者様) / 1,500円(一般の方)
※要予約 お電話またはラインにてご予約ください。



親子で楽しく、はじめての習い事!

ベビー教室のお申込みはラインでもできます!

LINE 友だち募集中。

今石由美
保育士・歯科助手
一児の母

中島加奈
小児歯科学会認定歯科衛生士
三児の母

Okayama Y's
岡山ワイズ小児・矯正歯科
TEL 086-238-4618
事前にご予約願います。
岡山県岡山市中区倉田508-21
http://www.okayamays.com

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●
午後 14:00～18:00	●	●	●	●	●	●	●

〈休診日〉木曜・日曜・祝祭日
駐車場10台以上完備



美味しく、楽しく、一緒に学ぼう!

どのくらい噛めている?!

噛む子に育つ工夫を伝授!

日時 2021年4月1日(木) 岡山ワイズ小児・矯正歯科

場所は

詳細はこちらから!

あともう一品……そんな時に!
パパッとつくれる♪
カンタンレシピ

「中華風温野菜」

(レシピ参考)『太ったんでないのっ?』(榎ふみ・阿川佐和子/著 新潮文庫)

- 材 料**
- ・ブロッコリー……………1株
 - ・水……………鍋一杯
 - ・ショウガ……………1片
 - ・塩……………1つまみ
 - ・サラダ油……………大さじ3
 - ・オイスターソース……………大さじ2

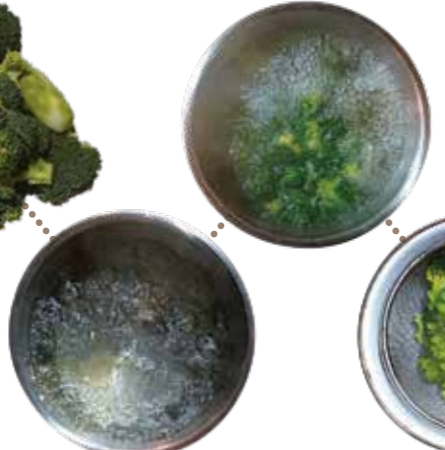
時 間
約20分



房ごとに一口大に切り分ける
(根元は皮をむいてスライス)

ブロッコリーを入れて、柔らかくなるまで3~5分ほど茹でる

器に盛って、上からオイスターソースを回しかければ……



ブロッコリー。チンゲン菜やアスパラガスなどでも可

鍋で湯を沸かし、沸騰したらショウガ、塩、サラダ油を入れる

茹で上がったら、ザルに上げて水気を切る

できあがり!
冷めると美味しくないので、熱いうちにいただきます。ブロッコリー以外でも、油と相性のいい野菜ならたいてい合うと思うので、ぜひお好きな野菜で試してみてください。

歯のお悩み
Q&A

A 長期間にわたり天然歯と同様に変化しやすい材料です。

歯科で使われる金歯は金、銀、銅の3成分を基本にして、これに白金やパラジウムを加えたものです。歯にぴったり適合しやすいため、外れにくく耐久性もあり、虫歯の再発も起こりにくいです。また、強度も高いので力のかかる奥歯に適していますし、噛む力の強い方、歯ぎしりをする方にもおすすめの材料です。

また、ご自分の歯である天然歯は、使っていくと知らず知らずのうちにすり減っていきます。ご質問の金歯も天然歯の硬さに非常に近く、同様に自然に変化してくれるので、周囲の歯に負担がかかりにくいのです。そして溶け出す金属イオンもごく少量、金属アレルギーを発症しにくい材料でもあり、金歯は歯科材料としてはとても優れています。

Q 友達が奥歯に金歯を入れていますが、歯医者さんにおすすめされたいのですが、正直見た目が好きではありません。他の詰め物に比べて、どんな所が優れているのでしょうか?



プリード歯科 院長
やま せい じ
曾山 聖二 先生

平成17年 プリード歯科開業。子どもが大好きで、大切な歯をムシ歯から守るため、一緒に楽しくがんばるクラブ「びっかりん☆クラブ」を作りました。歯について楽しく勉強するイベントを行っています。

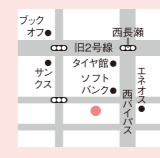
一方デメリットとしては、おっしゃられるように色が金属色で目立ちやすいこと、保険診療の扱いではなく自費治療となるため、高額な費用がかかることが挙げられます。

どの材料で治していくのかは、どのどんな歯にかぶせるのか、何を優先して考えるのかによって変わってくるので、かかりつけの歯医者さんにしつかりご相談して決められることをおすすめています。そして、一度入れたかぶせをできるだけ良い状態で長く持たせるには、定期的な検診を受けましょう。

プリード 歯科
岡山県岡山市北区田中143-118
http://www.pulido-dental.com/
☎086-246-3118



	月	火	水	木	金	土	日
09:00	●	●	●	/	●	●	/
12:30							
14:30	●	●	●	/	●	14:30	/
19:00						17:00	



虫歯の治療をはじめ、大切な予防歯科、小児歯科、矯正歯科、ホワイトニング、メンテナンスなど、患者さんそれぞれの健康観を取り入れて、最適な治療を行っています。気になることや健康についてなど、どうぞお気軽にご相談ください。

おはなしめいろ スタートからゴールまでつなげておはなしをつくらう!

おじいさんがはたけのぼってのおじいさんがポチいをまく
 めうががおちてきてをちにまたあうだてたをかはおのは、てと
 たがチききとびまいたじいさんはいんと、ポチははていつ、
 ニ「ポせふ。たしえがるえかてポっしなか。へくていしじかは
 ワこのんがけたはとやわりうしチけつ。したたごんをねわかい
 トこぬい、とるいてしじにちとをこでたま。びきれかまるにが
 リほれワンワみたとないあっうそろなしいただにさんもしおお
 のました。ンをお。りたなてまししくまましっまいはういかと
 ほきてなと「ればたのっくなりたてなりしまてくじやらさのの
 ねができほのそあしいこお。り。もやしてきいとるましんまさ
 。たしまと。さまじぶんぜかがらくさとんな、わじくはろう
 ほにはどんたくんりわでえんばま。たしまびとなぜいてたしや
 っせものでしぎはなる50でたんは、おじいきふか。き。まに
 てばんがざっくきくじい。うクかまおましさえもかたぜつしい
 みこのへそくりゆしささたれらいさどしたんいのれしてれられ
 るんんきてでがうにやんしまガにのろん。にさんきしましだつ。
 とばさまねまもんぶじ、。たは。ときしくたいじがりまさごた
 なおあししきだしてやけどしのそおのっさて、おばくいけくし
 ンおおばたてふがんせんおしまたれたあしんしつはくおまがしま
 と、お。ほってみると、でてきをみまりのごほうびをした。➡

クロスワードパズル

- タテのカギ**
- 音に合わせて楽しく学ぼう
 - 栓抜きでピンのふたを開ける時に働くのは「○○の原理」
 - 舞台下の地下スペース
 - 高下駄、鳥の翼、長い鼻
 - 木の枝はどこから生える?
 - 「翡翠」は宝石だと「ヒスイ」。鳥の名前だと何と読む?
 - おもちゃ王国は何市にある?
 - 「フリーマーケット」を和名で
 - サメの○○からは油が取れる
 - 児童が上がりると弱る場所
 - 高校の社会=○○+歴史
 - 「2月」の古い呼び方
 - 時計=水晶時計
 - 「春子」鯛の子どものこと
 - 仕事の達成目標
 - ヒトの血を吸う小さなハエ
- ヨコのカギ**
- 支点・○○○○・作用点
 - 恥ずかしい時に入りたい所
 - ビックリ動かせるともいる
 - 水鳥、玉鳥など、鳥の付く岡山県南の土地は○○○○地
 - ヒグマほどではないが危険
 - 「美味しい!○○で出せるよ!」
 - を貸して母屋を取られる
 - 坂道とラーメンの広島町
 - 将来人間に取って代わる?
 - 地球の表面の約3割
 - 涼しくてワインの貯蔵に便利
 - 金や銀のは切りにくそう
 - テニスでの「0」の読み方
 - 盗むこと。ホーム○○○○
 - 鶏口となるも○○○○となるなれ
 - 刺身の横にないと寂しい

A~Eに入る文字をつなげて言葉を完成させよう! ※答えはp48へ!

A B C D E

1	2	3	4
			C
5			
6	7	8	9
10	11		
B		12	13
	14		
	15	16	D
17	18	19	
A		20	21
	22		23
24	25	26	E
27			28

イオンモール倉敷 MaMaサークル

毎週水曜日開催中!!

4月のテーマ スタートの4月 新しいこと始めよう!

ママの参加も大歓迎!

MaMaサークルとは? ママ同士の交流や子育てに役立つイベントを開催中! ぜひ遊びに来てください!

ママのお悩み相談 4月7日(水)

参加無料 定員:各回 親子10組 整理券配布なし

思い出を楽しく残すフォト講座

意外と知らないスマホの機能を使ってみよう! いつもと少し違ったアングルで今しか撮れないお子さまの笑顔の思い出に残しませんか? セック買った一眼レフを使ってみよう! など、カメラに関するママのお悩みにもお答えします。

ママ目線が嬉しい! カメラの取説付き♡

【時間】①11:00~11:30/②14:00~14:30
【講師】小川 聡美先生(S++主宰)
【会場】専門店2階 キッズプレイス

体験教室 4月14日(水)

参加無料 定員:各回 親子6名 整理券配布あり: 当日10:00より配布

大人気! ストライダー体験会!

※当日空きがあれば、当日参加可。

ペダルがない2輪車で、足で地面を蹴って進む今大人気のランニングバイク、ストライダーを実際に体験してみよう!

【時間】①11:00~11:30/②13:00~13:30/③14:00~14:30
④15:00~15:30/⑤16:00~16:30
【講師】ムラサキスポーツスタッフ
【会場】専門店2階 カワセミコート
【対象】1歳半~5歳
【服装】動きやすい服装、スニーカー(サンダルはNG)

体験教室 4月21日(水)

参加無料 定員:各回 親子10名 整理券配布あり: 当日10:00より配布

お子さまの成長を 手形・足形アートで可愛く残そう♡

大人気の手形アートを再び実施します♡ お家ではなかなか難しい手形アート。今しかとれないお子さまの成長の記録を動物たちに变身させて可愛く残しませんか? プレゼントしても喜ばれますよ!

【時間】①11:00~11:30/②13:00~13:30/③14:00~14:30
【講師】原 房代先生(petapeta-art® アドバイザー)
【会場】専門店2階 キッズプレイス

体験教室 4月28日(水)

参加無料 定員:各回 親子10組 整理券配布なし

ママとはじめての英語あそび♪ ABC

お散歩で口ずさみたくなる英語の歌もご紹介。身体を動かしながら、英語で春を思いっきり楽しもう! 小さなお子さまでも聞くだけで感性が豊かになります。英語ってどのタイミングで取り入れたいのかな……? など英語に関する疑問にもお答えします。

【時間】①11:00~11:30/②13:00~13:30/③14:00~14:30
【講師】加藤 優子先生(English Planets主宰)
【会場】専門店2階 キッズプレイス

各日定員 24名まで

仮装赤ちゃん大集合!!

参加募集中 仮装テーマ:「お花」

ハイハイレース in イオンモール倉敷

4月10日(土) ①11:00/②13:00/③15:00

イオンモール倉敷のホームページをご確認ください。[4/8(木)12:00まで]

※詳しくはイオンモール倉敷のホームページをご覧ください。※会場の都合により定員制限させて頂く場合がございます。※イベントは予告なく変更・中止となる場合がございます。

AEONMALL KURASHIKI family Site

イオンモール倉敷 検索 <http://kurashiki-aeonmall.com>

お問い合わせ先 ママサークル運営事務局 enjoy_oyako_club@globalp.co.jp

親子でお出かけ

ふらっと広場

時間 10:00~15:00 場所 イオンモール倉敷1F 第2イオンホール 開催日 月2回 不定期開催

気軽に遊びに来てください。お待ちしております。



離乳食でお困りのママ、パパへ……

はぐもぐ 離乳食ガイド



監修 木村 浩子 先生

一般社団法人離乳食インストラクター協会®認定講師。岡山市在住。7歳・5歳の二児の母。次女は食物アレルギーにより本格的に食の勉強を始め、保育園で給食の先生として子どもの食を支えてきた経験を生かし、現在はオンライン離乳食セミナーなどを開催中。

Q HELP! スkimミルクは離乳食に使えますか?

ホームベーカー用にスキムミルクを常備しています。育児用ミルクに形状はよく似ていますが、離乳食に使えるのでしょうか? 美味しくなると思うので、進め方も教えてください。

A はぐもぐポイント 離乳食の食材としては7、8ヵ月頃から。少ないエネルギーでたんぱく質やカルシウムが摂れる食材です。

スキムミルクは、牛乳から脂肪分を除いた脱脂乳を粉末状に乾燥させたもの。ご家庭での手作りパンの食材として馴染みのある方も多くいかもしれません。母乳や育児用ミルクの代わりとしては、牛乳もスキムミルクも与えることは適切ではありません。しかし離乳食の食材としては、離乳食中期(7、8ヵ月)頃から利用することができます。使い方はほとんど牛乳と同じでOK。他のたんぱく質を試して慣れた後、加熱調理したものを一口からスタートしてください。そのまま飲用する場合は1歳以降にしましょう。脂肪がほとんど含まれていないため、少ないエネルギーでたんぱく質やカルシウムを摂ることができるメリットがあります。そのため保育園でも給食や3時おやつに活用して栄養バランス調整に役立つ食材なんです。



中期 7~8ヵ月

白菜とツナのクリーム煮

材料(1人分)

白菜(葉先の部分)……20g
ツナ水煮缶……………5g
スキムミルク……………小さじ1/2
昆布だし……………100cc
60~70℃のお湯……………100cc

- 昆布だしを沸かし、白菜・ツナを入れ弱火の中火にかける。60~70℃のお湯でスキムミルクを溶かし加える。
- 煮ているうちに水分が蒸発したら水(分量外)を足し、柔らかくなるまで煮る。
- 白菜・ツナを取り出しみじん切りにする。
- 鍋に③を戻し入れ90秒煮る。片栗粉(分量外)でとろみをつけてOK。

旨味がぎゅっとつまった一品です。ツナ水煮缶は塩分不使用のものなら、そのまま離乳食料理に使うことができます。残ったものは1回分ずつラップで包み冷凍してOK!

後期 9~11ヵ月

きな粉クリームトースト

材料(1人分)

8枚切り食パン……………1/2枚
きな粉……………小さじ2+1/2
スキムミルク……………小さじ1
砂糖……………1つまみ
60~70℃のお湯……………小さじ1

- 器にきな粉・スキムミルク・砂糖を入れ、60~70℃のお湯を加えてクリーム状に練る。
- 食パンの耳を落とし、①のきな粉クリームを塗る。塗りにくければ、少しずつお湯を足して柔らかくする。
- トースターで1分ほど焼き、食べやすい大きさに切る。

きな粉がポロポロ落ちないお役立ちメニュー! 手づかみ食でも手につかないのでオススメ。1歳を過ぎると加熱しなくても食べられるので、サンドイッチにアレンジしてどうぞ!

完了期 12ヵ月~

ハヤシライス

材料(3食分)

1歳からのハヤシルー……………75g
牛肉薄切り(もしくは豚肉薄切り)……………80g
タマネギ……………100g
ニンジン……………20g
オリーブ油……………少々
スキムミルク……………小さじ1
水……………350cc
※商品によって適宜調節を。

- 牛肉(もしくは豚肉)は食べやすい大きさ、タマネギは薄切り、ニンジンは薄いちょう切りにする。厚めの鍋にオリーブ油を熱し肉と野菜を炒める。
- ①に水を入れ沸騰したらアクを除き、野菜が柔らかくなるまで煮込む。
- いったん火を止めハヤシルーを割り入れ溶かし、60℃程度のお湯(分量外)で溶かしたスキムミルクも入れ、再び弱火にかける。とろみがつくまで煮込む。

スキムミルクを入れることでまろやかな味わいになります。同じ方法でカレーライスにも入れて使うことができますよ! ハヤシルー・水の分量は、箱の記載に従ってください。

コラム

カレーライス・ハヤシライスはいつから食べてもいいの?

1歳を過ぎてから食べられるようになります。しかし、大人と同じルーはスパイスや塩分、油脂類も多く、まだ食べられません。最初はカレー粉を風味付けに加えたカレーライスからのスタートが安心です。また、ルーを使ってカレー・ハヤシをスタートする際は、「1歳から」などと表記のある子ども用の商品を選びましょう。離乳食のレトルトカレーも1歳からの商品が多いですが、「16ヵ月~」という商品も並んでいるので表記をよく確認してください。また、初めてルーを使う際は箱記載の規定分量より少し薄めに作るとより優しい離乳食になりますよ。

♪ 離乳食のお悩みを募集中♪

【応募方法】E-mailで募集します。件名を「離乳食」、メール本文に、①離乳食に関するお悩みの内容、②ペンネーム、③離乳食の時期を記載して「info@hughug-town.com」までお送りください。

ラーメン 岡山県内全域
飛竜

飛竜伝統の生ラーメンが進化！お鍋ひとつで簡単調理♪

創業1941年、飛竜伝統の生ラーメンが麺を茹でて、そのままスープを入れて食べられる様に進化しました。お鍋ひとつで本格生ラーメンが簡単に調理できます。あっさり醤油味はキムチを入れてピリ辛に、とろみを付けてあんかけに、ワンタンを入れて中華風に。赤と白の合せみそ味は野菜たっぷり栄養満点に、バターを入れてコク深く、豆乳を加えてまろやかにいろいろな食べ方ができます。岡山県内を中心としたスーパー・量販店にて発売中です。

岡山県岡山市北区撫川941-1
 Tel 086-293-1171
 http://www.hiryumen.co.jp
 info@hiryumen.co.jp

希望小売価格:250円(1パック2食入/税別)

エクステリア&ガーデン アール・トゥー

金・土・日曜日はエクステリアと新築外構の相談会開催中!

お庭の本場、英国の「英国王立園芸協会主催イギリスガーデンコンテスト」で日本人初のゴールドメダルを受賞するなど、20年以上の実績をもつ「アール・トゥー」一級建築士などの資格をもつスタッフが在籍。門・フェンス・車庫や庭工事で自社で一貫して行い、予算に合った外構作りをお手伝いしています。平日も夜間も対応可能なので、相談会は電話やメールで予約の上、ご参加を。

香川県高松市木太町5093-2
 Tel 087-813-6886
 8:30~17:30 ⑥なし
 http://www.r-two2005.com
 info@r-two2005.com

ネット販売 フロロラッピング

細部までこだわりのデザインが
 いっぱいのランドセルが勢揃い♡

「A4フラットファイル対応」「7年保証」「自動ロック」「カバー&鞆袋付き」ランドセルを17,000円で販売中のフロロランドセル。ネット販売のみだからできるこの価格！ネット評価は4.6以上、品質もご納得いただける商品です。

ご注文の際、備考欄に「HUG HUGを見た」とご記入でキャラクターグッズのおまけを7点プレゼント

安心の7年保証 & 嬉しい豪華特典満載!!
 販売元:フロロ ランドセル
 Tel 03-3312-4184
 http://floro.co.jp

読者おすすめの
 保育/習い事施設・お店etc.
大募集!

誌面で紹介してもらいたいお店などを 自薦・他薦問わず募集しています。「キッズルームがあって気軽に行きやすい!」「とてもサービスが良かった!」などと、皆さまの情報をお待ちしております!

応募メールアドレスはこちら
info@hughug-town.com

菓子工房 omoや545

子どもと一緒にいきたい
アレルギーフリー菓子工房&カフェ

田園風景をのぞむ再生古民家に、菓子工房・ショップ・イートインカフェを併設。お様にアレルギーが多い卵・乳製品・小麦などを含まないスイーツをはじめ、地元でとれる五城米や新鮮野菜のランチやピザ、こだわりドリンクも楽しめます。量の小上がり席や屋外遊具も完備なので、キッズやベビーも一緒にゆったりくつろいで。保育士資格保有スタッフによるキッズイベント(ランチ付き、要予約)も大好評!

岡山県岡山市北区御津新庄545
 Tel 050-3740-8545
 ⑩11:00~16:00 ⑪水曜・日曜・祝日
 https://omoya545.jp
 contact@omoya545.jp
 @omoya_545 omoya545

洗濯・縫製 倉敷市 Textete(テテテ) 倉敷店

「こんな欲しかった」にきっと出会える
すべての女性と子どものためのショップ

キッズルームや授乳室完備のライフスタイルショップ「Textete(テテテ)」は、家事・育児に便利なアイテムや贈り物にピッタリな雑貨、かわい子も服が揃っているお店です。お気軽にのモノに囲まれた小さな幸せ溢れる暮らし、はじめよう!

※キッズスペースはコロナウイルス感染拡大防止のため、しばらくの間閉鎖しています。

岡山県倉敷市西阿知町西原1069-1
 Tel 086-486-2414
 ⑩10:00~19:00 ⑪不定休 ⑫50台
 ※当面の間営業時間を上記の通り短縮いたします

子ども靴 倉敷市 丸五オンラインショップ

たびりら KIDS

ギフトにぴったり 80%入り♪

【お問い合わせ】
 株式会社丸五(担当:小田)
 Tel 086-428-0230
 https://www.marugo.ne.jp

子ども足袋「たびりらキッズ」
 割れたつま先と、しなやかで薄いソールが特徴の地下足袋シューズ「たびりらキッズ」。足指を使う事で土踏まずの形成を促し、元気な体作りをお手伝いします。お草鞋に増えている反外母趾や浮き趾予防にも効果的です。

岡山県青少年教育センター 閑谷学校

伝統文化に触れよう!
 「このぼりづくり」参加者募集中!

備前市の隣、和気町にある徳永このぼりを講師に招き、オリジナルの手織みこのぼりを作ったり、冒険の森(アスレチック)で遊んだりします。

日時: 令和3年5月30日(日)
 対象: 小学4~6年生 20名程度
 参加費: 1,600円/人(食費・保険代等含む)

岡山県備前市閑谷784
 Tel 0869-67-1427 Fax 0869-67-1645
 http://shizutani.jp/ info@shizutani.jp

リトミック 岡山市南区 早島町 倉敷市
リトミック研究センター認定教室『音色こずみっく』

オンラインだからその楽しいレッスンも
 開催中! 見えない力が身に付くリトミック!

3歳クラスは、お友達やお母様とのレッスンの中で、楽しみながらリズム感・音感・挨拶・順番・お片付けなどを覚え、集中力・想像力を身に付け、自己肯定感を高めていくレッスンです。4歳クラスより鍵盤さしやはめこみ図形で指先が器用になり、筆圧もしっかりつので、小学生に上がるまでには、2B(HB)でしっかり書けるようになります。指先だけでなく身体全体を使いレッスンをするため、身体の使い方も上手になります。

対面・オンライン体験どちらにも使用可!!
 3回・通常3,000円→1,000円体験!!
 ※初回体験日~1ヵ月間有効、4/19(月)まで

Tel 080-6265-7789(講師:黒崎)
 [東睦教室] 岡山県岡山市南区東睦
 [早島教室] 水曜[ゆるびの舎1F練習室] 岡山県都窪郡早島町前湯370-1
 [倉敷教室] 土曜[上富井公民館] 岡山県倉敷市上富井5849
 ⑩日曜・祝日
 @otoirocosmic 音色こずみっく 検索

タクシー 岡山県 平和タクシー

ママに優しい安心・安全・便利な
平和タクシーの新サービス♪

人込みが気になるこの時期の移動に。オゾン層発生器で除菌・脱臭!
 ①チャイルドシート付きの「ベビー・キッズ送迎タクシー」が登場!
 ②働くママを応援! 「学童・塾送迎タクシー」
 ③ペット専用タクシー「わんニャンMOB」
 ④自転車の急なバンクにも対応! 最大3台まで積むことのできる「サイクルタクシー」

【本社営業所】
 岡山市北区十日市西町11-7 十日市プランビル1F
 岡山でタクシーを呼ぶ ☎ 086-223-4141
 倉敷でタクシーを呼ぶ ☎ 086-425-6181
 介護付タクシーを呼ぶ ☎ 086-223-4040

温泉 岡山市北区 ぽかぽか温泉

お風呂と岩盤浴で
ゆったり&リラククス

ぽかぽか温泉は「14種類の湯かけお風呂」に加え、「6部屋6種類の岩盤浴」を併設しております。温湯施設だけでなくレストランや韓国エステもあり、一日中ゆっくり楽しめます。お風呂と岩盤浴はフリータイム制で一日中入り放題! 県下最大級の癒しの空間を、ぜひ体感してください。

4/19(月)まで HUG HUG 4月号をお持ちの方
 <フリータイム入り放題>
 お風呂12種類+岩盤浴5部屋 1,600円→1,300円
 ※サウナ・タオルセット除く

岡山県岡山市北区青江2-4-15
 Tel 086-221-0010
 ⑩9:00~24:00(受付終了23:30)、
 土日祝8:00~24:00(受付終了23:30)
 ⑪第3木曜 ⑫200台
 http://pokaon.net

エステサロン 岡山市南区 Beauty Studio iプランニング

ワンランク上の本格エステを手軽に♪
ママに嬉しいトリートメントコースが誕生!

認定スキンケアアドバイザーが、オールハンドでじっくりトリートメント。リラククスした空間で「極上の60分」を体験してみませんか? ママに嬉しい無料出張サービスもあり、お子様が気になるママもご自宅施術を受けられます。なんと、60分2,200円(税込)!! しっかり施術を受けて大満足。お気軽にお問い合わせください☆

今なら「HUG HUGを見ました!」で
 トリートメントシートマスク 550円(税込)プレゼント!

お問い合わせはこちら
 ☎080-6306-6184
 完全予約制

岡山県岡山市南区西市381-3
 ⑩10:00~17:00 ⑪日曜・祝日
 ※時間及び曜日は、お気軽にご相談ください

子育てファミリー必見!
HUG HUG

おすすめセレクション

岡山・香川の子育てファミリーにおすすめな、あれこれを一挙紹介します! 飲食店、サロン、写真館、温泉、ラーメンなど、HUG HUGが自信をもってセレクトした、岡山・香川のおすすめを集めました!

特典付き 子育て世代に嬉しい特典がいっぱいです!ぜひ利用してみてください!

ウォーターサーバー 岡山県 富士の湧水

おいしい天然水&バナジウムの恵み **富士の湧水**

富士山の天然水を安心安全の日本製サーバーで冷水・温水合わせて4段階の温度調節が可能

朝の時に! コーヒー、スープ作りも簡単便利。パパママの水割りも美味しい天然水で……。晩酌の時間が楽しくなれ! 赤ちゃんのミルク作りもあっという間にできて忙しいママにも大好評! サーバーは安心のチャイルドロック付き。1,524円(税別)/本/12リットルを2本/月の定期契約でサーバーレンタル代0円!!

【問い合わせ先】
 イワタニ山陽株式会社
 岡山支店 Tel.086-262-3245
 倉敷支店 Tel.086-523-5231
 2週間お試しプラン・乗り換えキャッシュバック実施中!!
 富士の湧水 検索 媒体No. M74

エステサロン 岡山県 POLA

POLAが選ばれる理由!
肌以外にも美しくなれると話題のフェイシャルエステをトライアル価格で体験!

数あるエステの中でもPOLAが選ばれる理由をまずは体感! 疲れやストレスも吹き飛ばすと話題の「顔エステ」は、コースの中に、フットケアやヘッドケア、デコルテの洗浄やトリートメントが含まれ、施術中に寝てしまう人が続出するほどの気持ちよさです。仕上げに最先端のプロのメイクを施してもらえ、魅力を引き出してもらえぬ点も嬉しいですね♪

美肌トリートメント
 美肌効果に必要な保湿ケアをみっちり50分
 通常価格 ¥9,020(税込)
 → 50分 ¥4,070(税込)

パーソナルトリートメント
 肌分析を行いあなたの肌悩みをケア
 通常価格 ¥11,000(税込)
 → 50分 ¥6,050(税込)

エステサロン 岡山県 POLA

お近くの対象店舗をご紹介します

【ビオネショップ】
 岡山県岡山市中区浜3-2-18
 ソレイユパル 1階西
 Tel 086-272-7838
 ⑩10:00~22:00(最終予約受付 19:00)

申し込み専用QRコード

大人気! 丸五の足袋シューズが親子でもらえる♪

HUG HUG読者限定 モニター募集!!

割れたつま先しなやかな薄いソールで、裸足のような感覚が特徴の足袋シューズ「たびりらキッズ」の丸五から、雨の日も安心の「ランランRAIN」が6月に新発売! こちらの新品をいち早く試せるチャンスです♪
丸五のシューズを親子で実際に履いていただき、座談会で履き心地などを聞かせていただけるママとお子様を大募集! 座談会はママだけの参加でもOKです。後日お子様の感想をお聞かせください。

座談会応募要項

応募締切 **4/6(火)**
日時 **4/23(金)10:00~12:00**
定員 **親子ペア先着5組**
場所 **岡山市北区西古松西町8-18(HUG HUG岡山オフィス)**



KIDS 「たびりらキッズ」×1 (17.0~23.0cm)



KIDS 「ランランRAIN」×1 (14.0~21.0cm)



MAMA 「たびりら」×1 (22.0~28.0cm ※ハーフあり)

○当選者には4/13(火)までにHUG HUGスタッフより直接携帯番号にご連絡いたします。
○シューズは当選確定後に郵送いたしますので、あらかじめ履いていただいた上で座談会へご参加ください。
○座談会の様子、お子様のお写真は丸五のHPや広告などに使用させていただく場合がございます。ご了承いただける方のみご応募をお願いします。

★参加ご希望の方は右のお申し込みフォームから必要事項をご入力の上、ご応募ください。



岡山・香川の子育て世代のママ、ファミリーに向けた

広告掲載募集!

おやこ情報誌「HUG HUG」、中学受験情報誌「hugジュニ」は、岡山県・香川県の幼稚園や保育園、官公庁をはじめとした図書館や小児科などに配布、子育て世代のファミリーをターゲットにご愛読いただいているフリーペーパーです。
子育てに関する情報はもちろん、美味しいランチのお店やママの美容に関する情報、住まいや習い事などの広告、情報掲載を募集しています。

子育てママにお得情報

ショッピングモールやスーパー、小売店のお得情報

習い事や塾

お勉強だけでなく、スポーツやダンス、さまざまなお祝いこの情報

住まいの情報

マイホームやリフォーム、リノベーションに関することなど

地域のイベントやお出かけ情報

季節のお出かけ情報はもちろん、地域のイベント情報



お気軽にお電話ください。広告掲載に関するお問い合わせは
086-245-4350 (おやこ情報誌「HUG HUG」編集部)
株式会社岡山広告 〒700-0975 岡山県岡山市北区今3-16-5



HUG HUGの姉妹誌!

教育情報誌「hugジュニ」
vol.47 (2/20発刊) 好評発刊中!!

岡山県各地のスーパーや図書館、塾、市役所や児童館などの公共施設に設置しています。お近くの設置場所を知りたい方は下記までお電話にてお問い合わせください。

☎086-245-4350 (株式会社岡山広告 / 受付:月~金9:00~18:00)

お申し込み方法

- インターネットでお申し込みできます。
PCやスマホなどでアクセスし、フォームに従って必要事項を入力してください。
<https://www.>
- 当選は先着順になります。
先着順にメールをお送りします。講座の日程が近づきましたら出欠確認のお電話をさせていただきますのでご了承ください。また定員に満たないなど開催できない場合は、メールで中止のご連絡をいたします。

●キャンセルについて

○ご都合により参加できなくなった場合は、なるべく早くご連絡ください。
○無断でキャンセルされた場合は、次回から参加をお断りさせて頂く場合がございます。

急な連絡が必要な場合は、HUG HUG編集室 / ママスクール担当までお電話ください。
(TEL:086-245-4350)

●会場はこちら



HUG HUG編集室
岡山市北区今3-16-5
BIZ CREATION 1F
TEL:086-245-4350

お金のモヤモヤ、放っておいて大丈夫!? とっても簡単! 役立つ貯蓄のお話

日時 **4/20(火)27(火)**
10:00~12:30
(この時間内で少人数になるよう調整します)

定員 先着3名
応募締切 各開催日の前日
対象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付き)



講師 **本倉 直子さん**
(ライフプランナー / ファイナンシャルプランナー(有資格者))

子育てママが抱える悩みや不安に同じママとして寄り添い、解決するお手伝いをしたいと活動中。3人の子を育てる母としての率直な意見も分かりやすく参考になる。

2021年3月20日現在、新型コロナウイルス感染症の影響により、ご連絡等の対応について、通常よりお時間をいただく場合がございます。

思い出を形に / 今しか残せない! お子様の足形アート

日時 **4/26(月)**
10:00~10:40 / 10:45~11:25

定員 各先着3名
応募締切 4/23(金)
対象 ママとお子様
持ち物 なし
受講料 1個1,500円
場所 倉敷市加須山894-1



講師 **亀山 利律子先生**
(kamekame教室主催)

岡山市、倉敷市を中心に活動中。自身も子育て中のママ。商業施設や自宅教室などで毎月教室・イベントを開催中。毎月どこかで成長を形に残すお手伝いをしています。

HUG HUG ママ スクール

あんなことや、こんなことも、知ってる! できちゃう!

そんなステキなママになれるスクール

習い事って面倒……でも、もうちょっとだけ勉強したい。そんなママにおすすめのHUG HUG ママスクールが開講! 今まで知らなかった、ちょっとした知識や方法・コツを知るだけで、あんなことやこんなこともできるようになります! ほとんどの講座は参加費が無料だったり、材料費や教材費だけなので、気軽に参加してみましょう!



今年こそ始めよう! ふるさと納税にチャレンジ編 / 子育てママのための やさしいお金の勉強会

日時 **4/13(火)15(木)22(木)**
10:00~11:30

定員 先着5名
応募締切 各開催日の前日
対象 ママ
持ち物 なし
受講料 無料(ドリンク付き)

ご希望の方には、2大特典! /
無料個別相談
+
ライフプラン作成



感染症対策のため、マスクの着用をお願いします。

(2大特典付)
生活費、教育費、住宅ローン、老後資金……など、先々必要となるお金に関して、貯金や節約方法など、子育てママはお金の不安がいっぱい。漠然とした不安はありませんか? 角山先生が、家計の見直し方やiDeCo(イデコ)、保険の選び方など中立な立場から教えてくれますよ!

講師 **角山 大尚先生**
(ファイナンシャルプランナー)

約15年前より独立し、ファイナンシャルプランナーとしてセミナーや個別相談会を全国各地で開催。個別で勉強して身につけた知識をどう実生活に活かしていくのかをアドバイスしている。



お金を増やす方法が知りたい! 今一番聞きたい投資のススメ

日時 **4/26(月)30(金)**
10:00~12:00

定員 先着7名
応募締切 3/9(火)
対象 ママ 持ち物 なし
受講料 無料(飲み物付き)



ウィズコロナ時代、働き方も、多種多様になる中、今あなたが考えなければならない投資とは何か。不動産、投資信託、保険、株式、FX、金……。どの投資を選んだら、どのくらいリスクがあり、どのくらいのリターンがあるのか、分かりやすく説明します。未来の見通しが立ち、心が軽くなればそれが1番。同じ悩みを持つママ同士楽しく学びましょう。

老後2000万問題。副業も含めた、今からやるべき事もお伝えします!

講師 **森繁 奏史先生**
(ファイナンシャルプランナー/相続診断士)

2020年4月、コロナショック真っ最中に独立。「生活を安定させるための3つの収入」、「バビコンサル」など一般家庭から企業まで実践しやすく、分かりやすいをモットーにしたセミナーが人気。



合格速報 2021

合格
おめでとう!

県内私立

岡山白陵中学校	39名
岡山中学校(東医)	32名
岡山中学校(難関)	27名
就実中学校(HG)	5名
就実中学校(AD・進学)	6名
朝日塾中等教育学校	13名
岡山学芸館清秀中学校	21名
山陽学園中学校	9名
岡山理科大学附属中学校	15名

国立、県立、市立

広島大学附属福山中学校	3名
岡山大学教育学部附属中学校	1名
岡山操山中学校	3名
岡山大安寺中等教育学校	9名
兵庫県立大学附属中学校	1名

県外私立

灘中学校	1名
ラ・サール中学校	1名
洛南高等学校附属中学校	1名
東大寺学園中学校	1名
西大和学園中学校	4名
神戸女学院中学部	1名
海陽中等教育学校(特別給費生、他)	2名
洛星中学校	1名
白陵中学校	2名
愛光中学校	4名
須磨学園中学校	3名
淳心学院中学校	2名
逗子開成中学校	1名

その他多数 ※2021.2.18現在 (令和2年度6年生72名)



学校法人 朝日学園

朝日塾小学校

〒701-1143 岡山市北区吉宗 856

0120-446-856

TEL : 086-294-5400
 FAX : 086-294-5650
 E-Mail : elem@asahijuku.ac.jp
 URL : https://www.asahijuku.ac.jp
 朝日塾小学校 検索



朝日塾小学校・幼稚園の各種情報をメールで好評配信中! My Pageにぜひご登録ください!

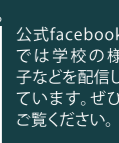
教育情報コラム

NOTEBOOK

- イベント情報
- 学校説明会やオープンスクール情報(先行予約ができます)
- 教諭や専門家による教育情報
- 入試過去問題の解説などをまとめてご覧いただけます。



My Page登録はこちら



公式facebook



facebookはこちら

では学校の様子などを配信しています。ぜひご覧ください。

家づくりでこだわりたい条件はファミリーによってそれぞれ違います。
 予算や間取り、外観、動線、建てる場所、建材などなど……。
 HUG HUG住宅展示場なら「あなたのための住宅会社」がきっと見つかります。

岡山と香川の
 選りすぐり工務店20選
 OKAYAMA & KAGAWA
 HOUSE MAKER'S

20
 HUG HUG
 住宅展示場

資料請求・
 イベント参加で
 QUOカード
 プレゼント!

PC版
 スマホ版

サイトOPEN!!

家づくりに関する便利機能が満載!



家づくりに詳しくなる
 コンテンツがいっぱい!

家づくりのプロが発信するコラムや動画を多数掲載、随時更新中です。住宅ローンや税金対策、耐震構造、ウイルス対策など、家を建てる前に知っておきたい情報が満載です。



岡山・香川で家を建てたい人を
 スタートからゴールまでサポート!

家を建てたいけど、何から始めればいいのか分からない……。当サイトはそんな方にこそおすすめです。イメージ固めから工務店探しまで、家づくりのすべての段階に対応しています。



複数の工務店から
 手軽にまとめて資料請求できる!

家を建てる前は、平均5~8社に資料請求すると言われています。当サイトなら、気になる住宅会社に一括で資料請求できるので、1社1社申し込みをする手間がかかりません。



電話・訪問・過度な営業は
 ないので安心!

工務店やハウスメーカーに連絡すると、その後しつこい営業電話がかかってくるのでは……と心配になりますよね。当サイトは過度な営業は全くないので、気軽にお問い合わせいただけます。



岡山と香川の選りすぐり住宅会社が集まった
 家づくりや土地探しのお役立ちサイトです。

子育て世代のファミリーの家づくりを応援する『HUG HUG住宅展示場』が、2020年末にオープンいたしました。岡山県と香川県から、おすすめ住宅会社をそれぞれ20社ずつ独自にセレクトしてご紹介。岡山・香川のファミリーが、理想の住まいを手に入れるお手伝いをいたします。スマートフォンで手軽に見られるので、ぜひ一度チェックしてみてください!

サイトに今すぐアクセス!

右のQRコードを読み取るか、下記のURL・検索ワードを直接入力してサイトにアクセスしてください。PC・スマートフォンどちらでもご利用できます。

OKAYAMA KAGAWA



<https://hughug-jyutaku.com/>

HUGHUG 住宅 検索



見学会
 イベント情報

岡山・香川で開催される見学会や特典満載のイベントの予約をすることができます。



体感してみる

かんたん
 一括見積り

複数の工務店から、希望の条件で家を建てた場合の見積りや資料を受け取れます。



住宅ローン
 シミュレーター

毎月の返済目安額が分かるので、家計に無理のないプランが立てられます。



家づくりの情報収集

土地・建売を探す

地図から探したり、価格や面積などの条件を入力して絞り込み検索もできます。



カタログ資料請求

一度に複数の住宅会社に資料請求ができます。



施工事例を見る

和風、ヴィンテージなど、テイスト別に施工事例の写真を見るすることができます。



イメージ作り



★先着5組「住宅ローン1年分キャッシュバック!!キャンペーン」を実施中★

自分らしさを反映できるセミオーダー住宅

「iSTYLE」は、建材や設備をある程度統一することで、価格を抑えながらも自分らしさやライフスタイルを反映できるセミオーダー住宅です。洗練と快適を兼ね備えた美空間を自分らしい色に染めてゆく、唯一無二の贅沢を「iSTYLE」で見つけましょう。

iSTYLE(アイスタイル)

香川県高松市多肥下町1573-1
☎087-813-5175
〈開〉10:00~18:00 〈休〉不定休



豊かな暮らしを実現する健康快適住宅

ハシモトホームズの住まいは、すべてオーダーメイドです。一生を暮らす大切な住まいだからこそ、「あなた」のためだけに一からセレクトしていく住まいづくりをモットーとしています。毎日ワクワクするような暮らしができる住まいづくりを始めてみませんか？

ハシモトホームズ/橋本興産株式会社

岡山県岡山市南区福成2丁目21-31
☎0120-31-5151
〈開〉9:00~18:00 〈休〉水・第1日・第2木・第3木



「人と人」「人と家」「家と家」つながりを大切に

ハウジング山忠が得意なのは、憧れを未来の居場所へと変えていく、お客様の想いに寄り添った家づくりです。お客様の「こだわり」をうまく引き出せるよう、「センス」「感性」を大切にして、お客様らしい家、お客様らしい暮らしを一緒に見つけていきます。

ハウジング山忠 コネクトスタジオ

岡山県岡山市北区平野655-53
☎0120-927-576
〈開〉9:00~17:30 〈休〉水・祝



もっと自由に楽しく「建築家たちとつくる家」

ASJ登録の建築家の中からあなたに合った建築家をご紹介します。工務店が最初からお客様のチームとなることで、予算計画がしやすくなり、「建築家との家づくり」をスムーズに進めていく事ができます。「あなたの夢」どんな小さな事でもご相談ください。

センコーホーム岡山株式会社

岡山県岡山市北区下中野363-102
☎086-805-8805
〈開〉9:00~18:00 〈休〉水



全館床暖房
プレゼントキャンペーン中!
来場予約で
クオカード3,000円分
プレゼントも実施中!

憧れの住まいと理想の暮らしをデザインします

家族が集いやすくなる大きなLDKがあったり、料理がもっと楽しくなる素敵なキッチンがあったり、家族の思い出をたっぷり入れられる収納があったり。それからそれから……。理想のマイホームを、私たちアイ工務店が実現します。家族に愛を、住まいにアイを。

アイ工務店

香川県高松市福岡町2丁目1-26 セトラ高松内
☎087-813-4451(第一展示場)
〈開〉10:00~18:00 〈休〉水



シックハウスや
アレルギーで
お悩みの方

年中快適……木に囲まれた身体に優しい暮らし

早く、安くできる家が全て良いわけではありません。木の香りが心身をリラックスさせ、さらに、アレルギー等の抑制が期待できる天然木をふんだんに使い、地震に強く、年中快適に暮らせる身体に優しい住まいをご提案しています。

株式会社木の城いちばん

岡山県倉敷市堀南628-12
☎0120-311-461
〈開〉9:00~18:00 〈休〉水・第3日



風土を知り 自然に習い 凜と住まう

その地の最適解を知り、自然に習い、光と風を取り入れた豊かな空間。そこに、人間の知恵を少し加え、あとはただただシンプルに、凜と住まう。自然に抗わず、流行に流されず、環境に負荷をかけない。そんな普遍性のある住まいをつくり続けています。

株式会社近藤建設興業

岡山県岡山市北区津島京町1丁目1-12
☎086-255-0221
〈開〉9:00~18:00 〈休〉水



豊かさのある木の住まいを提案

中四国ブロックビルダーランキング3年連続No.1の実績。安定した品質と自由度の高い設計を両立させ、一人ひとりのライフスタイルに合った魅力ある住まいを提供しています。「木」の可能性を飛躍的に高める先進技術を、ぜひモデルハウスで体感してください。

ライフデザイン・カバヤ株式会社

岡山県岡山市北区北長瀬表町2丁目13-54 2F
☎086-241-8811
〈開〉10:00~18:00 〈休〉水・第2火・第3火



3/27(土)~28(日)
10:00~17:00
木田郡三木町
お客様邸完成見学会
香川県木田郡三木町井上

家族の笑顔があふれる幸せの空間をつくる

品質が良いのはあたりまえ。お施主様の「こんな暮らしがしたい」という想いの実現こそが「本当の住まいづくり」だと思っています。明德ホームは家族の想いをお施主様と共に実現し、愛と笑顔のあふれる生活を送っていただける、そんな住まいを提供いたします。

株式会社明德ホーム

香川県高松市香西北町489-1
☎087-881-8885
〈開〉8:30~17:30 〈休〉夏期休暇・年末年始



無垢の木に包まれた暮らしが実現できる家

サイエンスホームでは、構造材の木が露わになる「真壁づくり」を採用しています。木を「見て」「触って」「感じる」ことができる室内はとてリラックスできる空間になります。宿泊ができる体感型モデルハウスをご用意しておりますので、ぜひお気軽にお越しください。

サイエンスホーム岡山

岡山県都窪郡早島町前湯602-19
☎0120-17-3146
〈開〉9:00~17:00 〈休〉水・祝



瀬戸内の気候風土を知り尽くした家づくり

内装には県産材をはじめとした無垢材をふんだんに使い、外観は本焼杉の黒と漆喰の白、それに深い軒と様々な格子が特徴的。光と風を取り込む窓や部屋の配置にも気を配り、岡山の地で快適に暮らすための知恵が凝縮された住まいづくりに取り組んでいます。

株式会社おかやま住宅工房

岡山県岡山市南区豊浜町13-66
☎086-262-8020
〈開〉9:00~18:00 〈休〉水・日



一年中快適な「Z空調」をご体感ください!

検家住宅の家は、身体にも家計にもやさしい新時代冷暖房システム「Z空調」と高気密・高断熱「Wバリア工法」で省エネルギー効果が高く、光熱費を大幅に削減します。経済的でありながら家中快適で、お家づくりのアイデア満載の検家住宅へ、ぜひお越しください!

検家住宅岡山/株式会社ウッズカンパニー

岡山県岡山市北区下中野1230-1 下中野明御ビル1F
☎086-230-7712
〈開〉9:00~18:00 〈休〉水



Q.18 **上級** **なぜなぜ**

「め」「はな」「は」はあるのに
「くち」「みみ」がないものって
なあに?

Q.12 **中級** **なぜなぜ**

丁寧ていねいに言ういと
お母かあさんになっなってしまう
鳥とりってなあに?

Q.6 **初級** **なぜなぜ**

予行演習よこうえんしゅうの時ときにいる
サルサルってどんなサル?

おうち時間おうちじかんを楽したのもう
HUG HUG **なぜなぜ**
～略りやくしてハグなぞ～
問題もんだいが解とけたら、枠わくの右上みぎうへに○をつけよう!!
全部ぜんぶで何問なんもん、解とけるかな?

Q.19 **上級** **ひっかけクイズ**

お酒さけは20歳さいから飲のめますが、
自動車じどうしゃは何歳なんざいから
乗のれるでしょうか?

Q.13 **中級** **なぜなぜ**

「落ちろ、落ちろ!」と
言いってくる豆まめって
どんな豆まめ?

Q.7 **初級** **ひっかけクイズ**

300円えんを持もっていて、
100円えんのお菓子かしを買かったよ。
おつりおつりは何円なんえんかな?

Q.1 **初級** **なぜなぜ**

「サクラ」は「サクラ」でも
赤あかくて丸まるくて甘あまい
サクラサクラってなーんだ?

Q.20 **超級** **なぜなぜ**

「中学ちゅうがくの先生せんせい」「高校こうこうの先生せんせい」
「大学だいがくの先生せんせい」の中なかで
一番いちばん仕事しごとが早はやいのはだーれだ?

Q.14 **中級** **なぜなぜ**

海うみも山やまも川かわも駅えきもあるのに
平たいらなものものってなあに?

Q.8 **初級** **なぜなぜ**

突然とつぜん、病びょうきになっひとた人ひとを
運はこぶののにかかじかんる時間は?は?

Q.2 **初級** **なぜなぜ**

オーストラリアオーストラリアの
中央ちゅうおうにどうぶついる動物は?って
なあに?

Q.21 **超級** **なぜなぜ**

「イチゴ」「メロン」「リンゴ」の中なかで
一番いちばん甘あまい果物くだものはどーれだ?

Q.15 **中級** **なぜなぜ**

表おもてしかほんない本ほんは
何なんの本ほん?

Q.9 **初級** **なぜなぜ**

浴あびると2歳さいも若わか返がえる
雨あめってどあめんな雨??

Q.3 **初級** **なぜなぜ**

「しか」は「しか」でも
海うみにしかいるしか?って
なあに?

Q.22 **超級** **ひっかけクイズ**

魚屋さかなやさんうにマグロまぐろが売うっています。
このマグロまぐろはいくらでいくらしょうか?

Q.16 **上級** **なぜなぜ**

「フランス人形にんぎょう」「ワラ人形にんぎょう」「ひな人形にんぎょう」が
かけこをしたよ。
ピリにんぎょうになっにんぎょうた人形は?はだあれ?

Q.10 **中級** **なぜなぜ**

目めの前まえのボタおんを我がまん慢まんしてこいる
子こどももってどこんな子こども?

Q.4 **初級** **なぜなぜ**

「レンジ」は「レンジ」でも
食たべられるレンジレンジって
なーんだ?

さあ、何問なんもんでききたかな?
答こたえは41ページにあるよ。

Q.17 **上級** **なぜなぜ**

毎朝まいあさの満員電車まんいん でんしゃでも
毎日まいにち必かならず座すわれる人ひとって
だーれだ?

Q.11 **中級** **なぜなぜ**

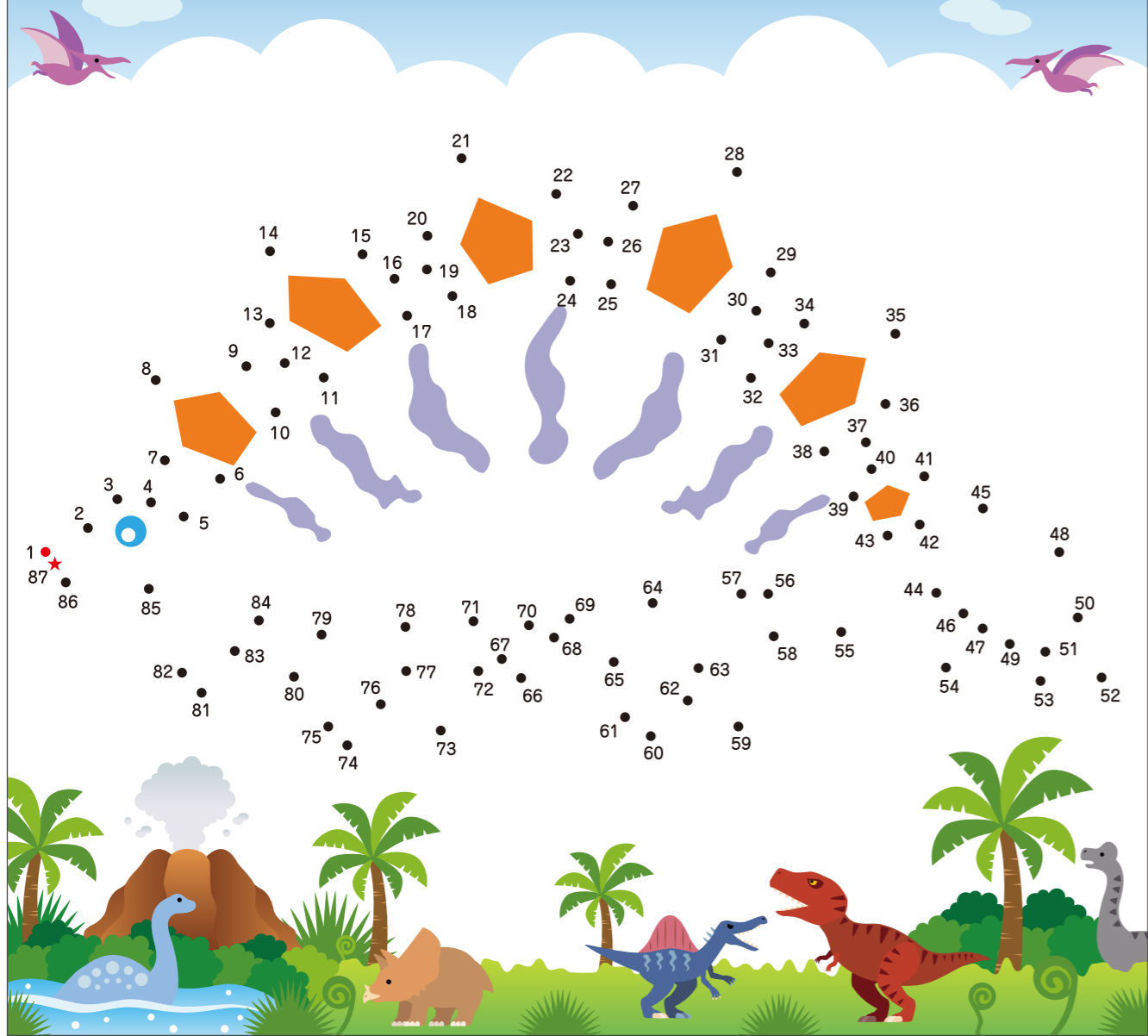
「チーズ」「ハム」「ベーコン」の中なかで
新商品しんしょうひんはどーれだ?

Q.5 **初級** **なぜなぜ**

知しらんぷりして食たべる
パンパンってどどんなパン?

てんつなぎ(1から87まで)

すうじをよみながら 1から 87まで じゅんばんに せんで むすびましょう。



A-15 うらな ほん うら
占いの本(裏がないから)

A-16 にんぎょう のろ にんぎょう
ワラ人形(呪い→ノロ人形だから)

A-17 でんしゃ うんでんしゅ
電車の運転手

A-18 しょくぶつ め はな は
植物(芽、花、葉はある)

A-19 さい さい くるま の
0歳(0歳でも車には乗れるよ)

A-20 だいがく せんせい きょうじゅ きょうじゅ
大学の先生(教授→今日中)

A-21 リンゴ(イチゴとメロンは野菜)

A-22 マグロです(イクラではありません)

A-7 えん えんだま つか
0円(100円玉を使ったから)

A-8 びょう きゅうびょう
9秒(急病だから)

A-9 あめ わか あめ
にわか雨(2、若っ、雨)

A-10 おきな こ お こ
幼い子(押さない子)

A-11 チーズ(NEW製品→乳製品)

A-12 フクロウ(おぶくろう→お袋)

A-13 らっかせい らっかせい
落花生(落下せい!)

A-14 ちず
地図

HUG HUG ぽんぽん
～読んでハグなぞ～
p38～p39のこたえ

A-1 サクランボ

A-2 トラ(オーストラリア)

A-3 アシカ

A-4 オレンジ

A-5 蒸しパン(無視パン)

A-6 リハーサル

みんなの 写真館

 真央5歳☆賢人1歳 コロナ禍ですれ込んだので2人揃って撮影する事に♪おめでとう☆	 ふーさん ひとりできるぞ～	 うみちゃん 毎日ニコニコみちゃん。1か月おめでとう!
 葵唯ちゃん、海に大喜び♪ 幼稚園に通うようになって、いっぱい遊びに行こうね☆	 ひなま 日向っこ!	 食事中にバシャリ スプーンでねすこの真似?! これからもママやパパをたくさん笑わせてね♡
 カキカキよりカミカミ 玩具の味見が大好きな男の子♡お絵描きができる日が楽しみだね♡	 s.k なかよし兄妹♡	 かん まてまて～
 笑風 ena♡ いつも明るくて元気なえなが大好きだよ♡	 望未 mimi♡ みみちゃんは みんなの癒しだよ♡	 芽依ちゃん 初節句☆じいじ、ばあは素敵なお人形ありがとう♡
 さらちゃん 桃の節句おめでとう♡のびのび、すくすく育ってね♪	 みく♡かいせい♡せいら♡ にこにご笑顔の3人が大好き♡とっても可愛い宝物☆	 はじめてのひな祭り 袴を着ておめかし、ご船定は来年までお預けです。
 とうまくんとみらいちゃん ひなまつり♡おめかしして記念撮影!	 いちご娘 いちごいちごいちご まだまだ食べるぞ～いちご～まてまて～	 しづちゃん しづちゃん見つけた! 家族みんなの宝物だよ♡
 うりぼ 念願のショベル!	 けんちゃん あたたかくなってきておそとあそびがたのしいな～♪	 江間家 ひな祭りのお菓子買ったよ! 仲良く食べようね。
 こうたくん あっ! / びみつけた♡♡空の公園で遊んだよ!	 senrai お気に入りマスク♡	

毎月投稿OK

応募いただいた写真は全て掲載

写真の色補正は編集部でします

応募が多数の場合は、編集部にて選別させていただく場合がございます。応募は毎月可能ですが、同月は同一人物、同一メールアドレスからの受付は1回のみとなります。

メールかホームページからご応募ください

【必要事項】 件名を「みんなの写真館」
メール本文に、①投稿者のお名前、②写真に記載するお名前(ペンネームOK)もしくはタイトル、
③写真に記載するコメント(30文字以内)、④写真(1点)を下記のアドレスまでお送りください。

【応募宛先】 photo@hughug-town.com 注 メールアドレスが変わりました

【応募締切】 毎月5日 18:00(応募は毎月できます)

※頂いたコメントなどは文字制限のために編集部で調節させていただく場合がございます。あらかじめ、ご了承ください。

ご応募お待ちしております

ストップ! 子ども虐待 オレンジリボンキャンペーン

子ども虐待って
どんなこと?

親または親に代わる保護者が、子どもの体や心を傷つけ健全な成長・発達を妨げる行為をいいます。親が「しつけだ」と思っている行為が、子どもの心身を傷つけるのであれば、「虐待」です。

- 身体的虐待： なぐる、けるなど、子どもの生命や健康に危険のある身体的な暴行のこと
- 心理的虐待： 子どもの心を傷つけるような言動や、DVを子どもに見せるなど
- ネグレクト： 子どもだけを自動車や家に置いて、病気をやけどをしても病院に連れて行かないなど、子どもの健康や安全への配慮を怠ること
- 性的虐待： 子どもへの性的行為の強要や被写体にするなど

オレンジリボンキャンペーンとは

子ども虐待防止を願う全国的な市民運動です。「オレンジリボン」には、子ども虐待の現状を広く知っていただき、子ども虐待をなくしていこう、子どもを救うため一人一人ができることを考え行動しよう、そして虐待を受けた子どもたちが幸福になれるようにとの願いが込められています。

児童相談所虐待対応ダイヤル(無料) いちはやく
虐待を受けたと思われる子どもを見つけた時は **189** にお電話ください

岡山市オレンジリボンキャンペーン実行委員会
岡山市こども福祉課内086-803-1223

香川県の子育て情報 はこちらから!

「子育て県かがわ」
情報発信サイト
「Colorful」

Colorfulは、香川で子育てをする人のための総合情報サイトです。

- ライフステージ別・目的別に最新の子育て情報を探せる!
- 子育て支援のセミナーやイベントの最新情報が分かる!
- お住いの地域の子育て支援情報をGET!
- 女性特有の悩みや子育てに関する悩みなど、誰にも相談できず悩んでいる人のために、自治体の相談窓口を紹介!

詳しくはこちらへ
<https://kagawa-colorful.com>

子育て県かがわガイドブック

香川に移住された方へのインタビュー、子育て支援制度や各市町の紹介など、「子育て県かがわ」の魅力が分かるガイドブックです。

お問い合わせ先/香川県健康福祉部子ども政策推進課 子ども政策課
TEL.087-832-3282 FAX.087-806-0207

おokayama子育て応援サイト こそだてぽけっと

子ども向けのイベント情報、子連れで楽しめるお出かけスポット、離乳食レシピなどなど、子育てに役立つ情報が盛りだくさん!

子どもの「年齢別」で情報を調べたり、「知りたい」「相談したい」など目的に合わせて簡単に情報をゲット!

子育て支援団体、企業や大学などの子育て情報も発信中!

「子育てのしおり」も要チェック!

妊娠・出産・育児に関するさまざまな岡山市の制度や、妊娠中の過ごし方、子育てなど、初めての方にも分かりやすくまとめた「子育てのしおり」。「親子手帳」と一緒にお渡ししています。

岡山市保健所 健康づくり課 086-803-1264

<http://www.okayama-tbox.jp/kosodate>
こそだてぽけっと 検索

岡山市役所 地域子育て支援課 086-803-1224

遊んで。話して。ほっと一息 子育て親子の居場所 ももっこステーション

「ももっこステーション」は、乳幼児とその保護者が一緒に遊んだり、くつろいだりできる場所です。

このマークのほり旗や看板が目印!

- ①地域子育て支援拠点**
 - ・市町村が地域とともに親子の居場所をつくらしている活動で、保育や親子の居場所づくりの専門スタッフが常駐しています。
 - ・「支援センター」として保育所で開催している場所では、保育の専門性を活かした活動が行われており、園児以外も自由に利用できます。
 - ・「ひろば」として、子育て支援に熱意のあるNPOや大学が運営している場所もあります。
- ②児童館**
 - ・専門スタッフが、歌あそび、手あそび、運動あそび、親子ふれあいあそびなどを提供しています。
 - ・土曜、日曜、祝日も利用できる所があります。
 - ・小学生になっても利用できます。
- ③その他(ミニ拠点)**
 - ・この他にも、地域で居場所をつくるさまざまな取組が行われています。活動の規模・開催頻度や支えるスタッフもバラエティーに富んでいます。
 - ・「プレーパーク」のように、屋外の場所もあります。

予約なく利用できる場所が多いですが、一定の手続きが必要な場所もあります。
お近くの場所・利用方法は、岡山県 子ども未来課のホームページで調べることができます。

岡山県子ども未来課

乳がんの早期発見・治療を!

ピンクリボンとは? 乳がんを早く見つけ、早く治療することの大切さを伝えるための運動です。

岡山市の乳がん検診

対象	40歳以上で偶数年齢の岡山市在住の女性
場所	岡山市内の検診実施医療機関
内容	マンモグラフィ+視触診(併用)
料金	¥500
期間	毎年6月~12月
問合せ	岡山市けんしん専用ダイヤル/☎086-803-1202

倉敷市の乳がん検診

対象	40歳以上の倉敷市在住の女性
場所	倉敷市内の検診実施医療機関
内容	問診、マンモグラフィ+視触診(併用)
料金	¥1,700
期間	毎年6月~翌年3月
問合せ	倉敷市保健所健康増進センター/☎086-434-9866

高松市の乳がん検診

対象	40歳以上で偶数年齢の高松市在住の女性(対象の方には、受診券を送付しています)
場所	高松市内の検診実施医療機関
料金	40歳代¥2,500、50歳以上¥2,000、70歳以上無料
内容	問診、マンモグラフィ検査
期間	毎年7月~2月
問合せ	健康づくり推進課/☎087-839-2363

新型コロナウイルス感染症の流行状況により、一部またはすべての検診を中止する場合があります。
最新情報をホームページなどでご確認ください。

検診がなくても、30歳からは月に1回セルフチェック!

気になることがあれば医療機関を受診しましょう。

- ①鏡の前で——くぼみ、ひきつれ、赤みはないか
- ②指の腹で——「の」の字でなぞって、しこりはないか
乳首をつまんで、分泌物はないか
- ③脇の下まで——お風呂や仰向け寝の時にチェック
脇の下から胸の広い範囲でチェック

高松市の子育て情報 はこちらから!

たかまつ子育て情報サイト
「らっこネット」

らっこネットは、高松で子育てをする人のための総合情報サイトです。

takamatsu-rakko.net

詳しくはこちらへ

子育てハンドブック「たかまつらっこ」

子育て真っ最中のお母さん方が中心となって執筆・編集された、子育て世代のママ・パパのためのハンドブックです。子育てをサポートするさまざまな仕組みや制度が分かりやすくまとめられているほか、公園などの遊び場、地域子育て支援拠点などの子育て交流の場、読み聞かせ絵本の紹介まで網羅している盛りだくさんな1冊です。

お問い合わせ先/高松市健康福祉局こども未来部 子育て支援課
TEL.087-839-2354 FAX.087-839-2379

倉敷市の子育て情報 はこちらから!

子育て総合ポータルサイト
「くらしき子育て応援サイト たのしく子育てあのねっと!」
を開設しています!

市内を中心に活動している子育て支援団体などの団体情報・イベント募集・活動紹介や、妊娠・出産から就学まで必要な行政情報を掲載しています。また、サイト内マップでは市内の保育園や公園の施設などが検索でき、大変便利です。

「子育てハンドブック」
「子育て応援!マップ」をご存知ですか?

「子育てハンドブック」は妊娠から就学までの子育てに関する情報(各種制度・手続、施設など)を、「子育て応援!マップ」は市内の赤ちゃんの駅や子育て支援施設、おすすめスポット(遊具のある公園など)を紹介しています。市内には子育て家庭が楽しめる公園や施設がたくさんあります。このマップを持って外へ出掛けてみませんか!

子育て支援情報コーナーを設置しています!!

子育てに関する情報を分かりやすく子育て中の親子へお届けするため、本庁・各支所・児童館など、皆さんの近くに子育て支援情報コーナー(パンフレットスタンド)を設置しています。主に地域子育て支援センター、ついでに広場や児童館などの施設のチラシや子育てハンドブック・子育て応援!マップなどが入手できます。

お問い合わせ先/倉敷市子育て支援課 TEL.086-426-3314 FAX.086-427-7335
E-mail. wfclcd@city.kurashiki.okayama.jp

人権侵犯事件の 調査救済制度をご存知ですか?

岡山地方裁判所では「人権を侵害された」という被害者からの申出を受けて救済手続を開始します。そして、調査の結果「人権侵害あり」と認められれば、法律的なアドバイスをする「援助」や当事者の話し合いを仲介する「調整」等の措置のほか、「説示」や「勧告」といった加害者に対する厳しい措置を講じることもあります。困ったことがあればどなたでもお気軽にご相談ください。

みんなの人権110番 ☎0570-003-110 (最寄りの法務局)

子どもの人権110番 ☎0120-007-110 (岡山地方裁判所 人権編譯課)

女性の人権ホットライン ☎0570-070-810 (岡山地方裁判所 人権編譯課)

岡山地方裁判所・岡山県人権擁護委員連合会

パソコンや携帯電話からも人権相談を受け付けています。インターネット人権相談 検索

相談受付…平日8:30~17:15(年中受付) / 相談は無料。秘密は必ず守ります。

香川県休日当番医表(4月)

外…外科 内…内科 産…産婦人科 小…小児科 皮…皮膚科 産…産婦人科 精…精神科 歯…歯科 耳…耳鼻咽喉科 眼…眼科 脳…脳神経外科 胃…胃腸科

Table with 6 columns: 4/4(日), 4/11(日), 4/18(日), 4/25(日), 4/29(木祝). Rows include 高松市, 丸亀市, 坂出市, 善通寺市, 観音寺市, さぬき市, 綾歌郡.

※地域により情報が重複している場合があります。また、諸事情により情報が変更になる場合がありますので、必ずお電話にてご確認ください。

岡山県休日当番医表(4月)

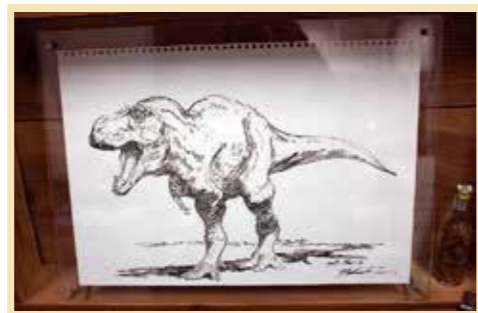
※地域により情報が重複している場合があります。また、諸事情により情報が変更になる場合がありますので、必ずお電話にてご確認ください。

Table with 6 columns: 4/4(日), 4/11(日), 4/18(日), 4/25(日), 4/29(木祝). Rows include 旭川東, 旭川西, 西大寺・上道, 瀬戸, 一宮・津高・御津, 吉備・妹尾・福田, 藤田・興除・灘崎, 倉敷市, 児島地区, 玉島地区, 真備地区, 玉野市, 浅口市, 井原市, 総社市, 久米郡, 瀬戸内市.

ちょっとひといき パコちゃんのまちがいさがし

みぎとひだりてまちがいを7つみつつけてね!(こたえはp48)





今月のこぼれ話

編集後記

「今月お邪魔した恐竜博物館は、童心に帰ってワクワクできる場所でした。記事にはできませんでしたが、戈壁砂漠での発掘調査の苦労話なども聞けて、楽しいだけじゃないんだと、大変勉強になりました。生き物や科学が好きの方はぜひ一度！ 講義のない土曜日なら人が少ないので、気楽に訪ねられると思います。ただし土曜日は原則予約制なので、忘れずにHPで申し込みを」(編集室W)

「読者プレゼントの応募時のアンケート、いろんな意見があって、毎月楽しく拝見しています。当選者は毎月私が厳正かつ公平に選んでいます。思わず心がざわめくような熱いコメントを頂けると、もしかすると少しだけ私情を挟むことがある……かもしれせん」(編集室H)

HAPPY BIRTHDAY

4月生まれのおともだち



<p>いぶき 4月12日 蒼生くん(1歳)</p> <p>お誕生日おめでとう♪ 可愛い笑顔に癒されてよ♡ 元気がいっぱい大きくなってね!</p>	<p>ゆうと 4月12日 悠叶くん(4歳)</p> <p>パパママもこっちゃんも じいじおばあも、みんなな ゆうちゃんがいっすきだよ!</p>	<p>えみ 4月3日 咲心ちゃん(1歳)</p> <p>お誕生日おめでとう♡ これからも楽しい思い出 たくさんつこうね。</p>	<p>さくま 4月2日 朔磨くん(3歳)</p> <p>朔ちゃん3歳おめでとう♡ お絵描き上手! 歌も上手! 毎日楽しいよ♡</p>	<p>えま 4月1日 咲磨ちゃん(1歳)</p> <p>えまちゃん1歳おめでとう♡ できることが増えて、 毎日可愛いよ♡</p>
<p>もも 4月18日 萌磨ちゃん(3歳)</p> <p>一日中甘えん坊で毎日幸せ☆ 楽しく元気に! 大好きだよ☆</p>	<p>しんたろう 4月16日 慎太郎くん(2歳)</p> <p>しんちゃん2歳のお誕生日 おめでとう! 笑顔いっぱい の1年になりますように!</p>	<p>りくや 4月15日 陸矢くん(2歳)</p> <p>2歳のお誕生日おめでとう! これからも笑顔いっぱい 楽しく過ごそうね!</p>	<p>けんのすけ 4月14日 健之介くん(6歳)</p> <p>6歳おめでとう☆ 笑顔いっぱいありがとう♪ だいすきだよ♡</p>	<p>えみな 4月12日 咲和ちゃん(1歳)</p> <p>お誕生日おめでとう! これからも元気がいっぱい 大きくなってね!</p>
<p>みこ 4月25日 実虹ちゃん(1歳)</p> <p>お誕生日おめでとう♡ もりもり食べて 大きくなあれ!</p>	<p>ひな 4月22日 日菜ちゃん(1歳)</p> <p>散歩だいすき 大根だいすき 元気に遊んで たくさん食べて、大きくなってね</p>	<p>こはる 4月21日 琥陽ちゃん(2歳)</p> <p>お誕生日おめでとう! よく笑いよく遊ぶ琥陽ちゃん! 大好き♡</p>	<p>あおば 4月19日 蒼晴くん(2歳)</p> <p>お誕生日おめでとう! 笑顔いっぱいの毎日を 過ごしてね。</p>	<p>そうろう 4月18日 蒼士郎くん(1歳)</p> <p>いつも癒しをありがとう♡ すくすく大きくなあれ! ^_^</p>
<p>つばき 4月28日 翼沙ちゃん(7歳)</p> <p>お誕生日おめでとう☆ ピカピカの1年生! お勉強がんばってね!</p>	<p>みつき 4月28日 眺くん(1歳)</p> <p>みっくん、1歳おめでとう! これからも笑顔いっぱい で過ごそうね!</p>	<p>まゆ 4月26日 真結ちゃん(1歳)</p> <p>生まれてきてくれてありがとう! 笑顔いっぱい、ますます楽しい 1年にしようね!</p>	<p>ひでかず 4月26日 秀和くん(4歳)</p> <p>ひでくん、お誕生日おめでとう!!</p>	<p>ゆずき 4月25日 柚葉ちゃん(1歳)</p> <p>いつも笑顔がありがとう♡ 元気にすくすく育ってね!</p>

4月の豆知識

外国語では?
 英語 April
 フランス語 avril
 イタリア語 aprile
 ドイツ語 April
 スペイン語 Abril

星座は?
 おひつじ 牡羊座(〜4/19)
 おうし 牡牛座(4/20〜)

誕生石は?
 ダイヤモンド
 水晶
 勿忘草
 藤
 かすみ草

お誕生日のお写真や元気なお写真を送りください!
お子さまの特別なお誕生日をHUG HUGでお祝いします!
 誕生月号に掲載し、HUG HUGでお祝いします。(対象1歳〜12歳まで)
 ※発行月号にその月のお誕生日の方を掲載します。
 ※頂いたコメントなどは文字制限のために編集部で調整させていただく場合がございます。
 ※応募多数の場合は、先着順とさせていただきます。予めご了承ください。

【必要事項】 件名を「お誕生日おめでとう」
 メール本文に、①お子さまのお名前(ふりがな)、
 ②性別、③生年月日、お誕生日を迎える年齢、④
 コメント30字程度、⑤お子さまのお写真を下記の
 アドレスまでお送りください。

【応募宛先】 photo@hughug-town.com

【締め切り】
 (例) お誕生日 締め切り
 5月生まれ 3月末
 6月生まれ 4月末
 7月生まれ 5月末

投稿の締め切りは、お誕生日の2か月前の月末になります。

締め切りにご注意ください!

変更になりました

Green Rabbitの 今月の花タロット

今月の運勢は?
3/20 >> **4/19**
土曜 日曜

<p>やぎ 山羊座 12/22 ~1/19</p> <p>今は、目立った行動より、水面下で努力したり、周りに合わせて行動すると良い時。一人旅やおひとりさまランチなどもおすすめ。自分の時間を大切に。</p> <p>ソードのページ (逆位置) ラッキーカラー: ベージュ、オレンジ ラッキーナンバー: 6</p>	<p>てんびん 天秤座 9/23 ~10/23</p> <p>勝負の時! 時には、遠慮なく自己主張して自分の思いをぶつけることも大切です。今月は、「前進」がキーワード。スキルアップをして。</p> <p>ワンドの5 (正位置) ラッキーカラー: エメラルドグリーン、紺 ラッキーナンバー: 8</p>	<p>かに 蟹座 6/22 ~7/22</p> <p>この時期は、周りの人に過度な期待をしないことが大切です。期待が大き過ぎれば、ガッカリする事もあります。期待をしなければ、腹も立ちません。</p> <p>カップの2 (逆位置) ラッキーカラー: 赤、黒 ラッキーナンバー: 10</p>	<p>おひつじ 牡羊座 3/21 ~4/19</p> <p>思い通りにいかないことがあるかも知れませんが自分を信じて行動しましょう。不安にならないように! 物事は少しずつ良い方向に進んでいます。</p> <p>カップのエース (逆位置) ラッキーカラー: 緑、シルバー ラッキーナンバー: 1</p>
<p>みずがめ 水瓶座 1/20 ~2/18</p> <p>チャンスがくるまでは、焦らさずのんびり構えていますよ。しばらく疎遠だった人からのメールやLINEがきたらチャンス到来の合図。今月はSNSにツキが。</p> <p>運命の輪 (逆位置) ラッキーカラー: 赤、白 ラッキーナンバー: 10</p>	<p>かに 蠍座 10/24 ~11/22</p> <p>パートナーに感謝の気持ちを忘れずにいる事が大切。「ありがとう」の言葉と、笑顔があなたの魅力をさらに引き上げます。恥ずかしがらずに実践してみてください。</p> <p>女帝 (逆位置) ラッキーカラー: 黒、黄 ラッキーナンバー: 3</p>	<p>しし 獅子座 7/23 ~8/22</p> <p>自暴自棄は禁物! 気分がモヤモヤして、どうしようもない時は、気の合う友達と出かけるなどうまく気分転換を。仲間が、幸せを運んでくれる暗示。</p> <p>ソードの6 (逆位置) ラッキーカラー: 白、黄緑 ラッキーナンバー: 7</p>	<p>おうし 牡牛座 4/20 ~5/20</p> <p>目標を再設定すると良い時。うまくいかないと感じた場合、目標が高すぎるという事もあります。後輩や子どもの一言で、悩みが一気に解決しそう。</p> <p>星 (逆位置) ラッキーカラー: 青、赤紫 ラッキーナンバー: 5</p>
<p>うお 魚座 2/19 ~3/20</p> <p>女性が持つてくるうまい話には注意が必要。何事も即決せず、一旦持ち帰る事で難を逃れる事ができそう。しかし、全てがそうではないので、最終判断は自分で。</p> <p>悪魔 (逆位置) ラッキーカラー: ピンク、白 ラッキーナンバー: 2</p>	<p>いて 射手座 11/23 ~12/21</p> <p>慌ただしい日常が収まり、落ち着いた状況に。信頼できる友人との出会いや芸術関係の仕事と縁ができる人も。色々な情報にアンテナを張って。</p> <p>ソードの2 (正位置) ラッキーカラー: 黄、オレンジ ラッキーナンバー: 4</p>	<p>おとめ 乙女座 8/23 ~9/22</p> <p>今は気が合わなと感じている人が後々、大切な人になるわ。どんな時も人と接する時は誠実に……心げかけましょう。良い方向に進みます。</p> <p>ペンタクルの2 (逆位置) ラッキーカラー: 赤、水色 ラッキーナンバー: 9</p>	<p>ふたご 双子座 5/21 ~6/21</p> <p>ものすごい勢いで物事が動き始めます。待たない! 躊躇している暇はありません。積極的過ぎるくらいに動いて、幸運を掴みに行ってください。</p> <p>ワンドの8 (正位置) ラッキーカラー: オレンジ、ベージュ ラッキーナンバー: 0</p>

全ての家族に安心と安全を。



岡山店 モデル住宅
岡山市南区千鳥町
総社市井尻野
モデル住宅
完成内覧会 随時ご案内できます!
※事前にお電話にてご予約ください。

価格 Price

Shuko build
3
Quality

性能 Performance

安心 Relief

全プラン標準装備

フルサポートコミコミ価格

装備やインテリアなど、家を作るために必要な設備や費用などは全て標準装備。秀光ビルドの家づくりは、設備も価格も、そして安心も「叶える家」なのです。

フルサポートコミコミ価格の基本概要



建物本体 フルサポートサービス 水回り設備 建物以外の諸経費等

UL-J 自由設計

屋上バルコニー、今人気の吹抜けやパントリー、憧れの書斎やLDKなど、あなたの理想のプランをコミコミ価格で実現します。

UL-J 販売価格例 (香川県内)	坪数15.00 平屋	796.0 (税抜) 万円	坪数20.00 2階建	868.0 (税抜) 万円
-------------------	---------------	---------------	----------------	---------------

※その他のプランもございます。詳しくはホームページをご覧ください。

株式会社秀光ビルド

0120-333-289

住まいづくり館 高松

〒761-8083
香川県高松市三町142番地1
営業時間 / 10:00~18:30

URL: <https://shukobuild.com>

岡山店

〒700-0951
岡山県岡山市北区田中625-13
営業時間 / 10:00~18:30

検索 シュウコビルド

資料請求

Facebook

Instagram

【建築工事業 / 国土交通大臣許可(般-28)第21945号 設計室 / 石川県知事 第12619号 他 宅地建物取引業 / 国土交通大臣(1)第8659号】

スタンプラリー
開催中!!

※画像はサンプルです。



最大7,000円分のQUOカードプレゼント!

WEBサイトから来店予約 → ご来店で

QUOカード1,000円分GET!

まずは
ここから!



HUG HUG 4月号 読者プレゼント

今月もHUG HUG読者のために、たくさんのプレゼントをご提供いただきました!
応募は下記のURLまたはQRコードからアクセスできる応募フォームに入力するだけでOK!

応募者多数の場合は抽選を行い、当選発表は発送をもってかえさせていただきます。

ランドセル(色:シャンパン) 女の子用 1名様

低価格なのに高品質とネットでうわさのフロロランドセル。エメラルドやシャンパンカラーのランドセルも2万円以下で販売!

提供:株式会社フロロ



アニマルフェースのフルーツロール (税込1,700円) 3名様

中には暮らぶり、色んなフルーツとアニマルフェースのチョコをトッピングした美味しくてカワイイフルーツロール!! 当選者は1ヶ月以内に前日予約の上、ご来店ください。

提供:洋菓子 Hashimoto



晴れの国岡山からの贈りもの 晴れの国ロール 3名様

生地はふわふわもちもち。オーソと溶け込む自然な甘さの心も晴れるロールケーキです。お店で人気No.1☆ 当選者は3日前までにご予約の上、1ヶ月以内に来店ください。

提供:パティスリーKou



池田動物園 親子ペア招待券 5組10名様

池田動物園に親子ペア5組10名様をご招待! ご家族揃って、動物たちに会いに来てください!

提供:池田動物園



エンディングノート 5名様

急な入院や、災害時にも活躍する便利なアイテム。保険の内容や証券番号、SNSのアカウントやパスワードなどをまとめておけます。防災リュックに入れておけばいざという時も安心です。

提供:SIM企画



はだし感覚の子ども靴 たびらキッズ 3名様

カラー:ブルー・イエロー・ピンク(カラーは選べません) サイズ:14~21cm (1cm単位) 当選後、ご希望のサイズをご連絡ください。

提供:株式会社丸五



テトテ オリジナルエコバッグ 5名様

レジ袋有料化の強い味方。小さくためて大容量のテトテ・オリジナルエコバッグを5名様にプレゼント。※カラーは選べません

提供:TeTete(テトテ) 倉敷店



天然水ペットボトル2本 + ハンドソープ 2名様

おいしい天然水、富士の湧水500mlペットボトル2本とオリジナルハンドソープ1本をプレゼント! さらに、安心安全の国産ウォーターサーバーを利用したおいしい天然水の2週間お試しチケット!!

提供:イワタニ山陽株



飛竜「岡山ラーメン」 2食入り3パックセット 5名様

まろやかでコクのある濃厚醤油とんこつスープと岡山県産小麦100%の中細ストレートめんを使用。こだわり尽くした究極のラーメンです。

提供:株式会社飛竜



ぼかぼか温泉岡山店 岩盤浴ペアチケット 5組10名様

美肌、デトックス、アンチエイジング、リラックスなどの効果が期待できる岩盤浴5部屋と、お風呂12種類が楽しめるフリータイムチケットです。

提供:ぼかぼか温泉



ぼかぼか温泉岡山店 ペアご招待券 5組10名様

14種類のお風呂と6部屋80床の岩盤浴が人気。ご家族揃って楽しめる癒しの温泉です。

提供:ぼかぼか温泉



青少年自然の家 ハンドタオル(緑) 3名様

「体験の風をおこそう運動」を推進する青少年自然の家オリジナルのハンドタオルです。外遊びのおともに!

提供:国立吉備 青少年自然の家



応募はワンステップでもっとも簡単! 下記URLをご入力いただくか、QRコードを読み込んでいただくと、応募フォームにアクセスできます。必要事項のご入力だけでお申込みできます。お気軽にご応募ください!

URL | <https://www.>

応募期間:2021年3月20日(土祝)~2021年4月19日(月) ※今月号の発行日から、次月号発行日の前日となります
※ご提供いただく個人情報は「HUG HUG」制作以外の目的には使用しません。ご本人の承諾なしに第三者への開示はいたしません。

読者プレゼント
応募フォーム
QRコード

p24のクロスワードパズルのこたえ

タテのカギ

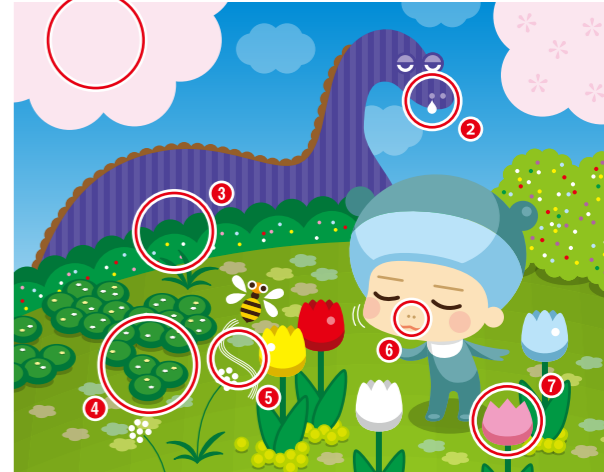
- リトミック(rythmique)
- テコ(榎子)
- ナラク(奈落)
- テング(天狗)
- ミキ(幹)
- カワセミ(翡翠)
- タマノ(玉野)
- ノミノイチ(蚤の市)
- キモ(肝)
- オカ(陸)
- チリ(地理)
- キサラギ(如月)
- クオーツ(quartz)
- カスゴ(春子)
- ノルマ(norma)
- ブユ(納)

ヨコのカギ

- リキテン(カ点)
- アナ(穴)
- ミミ(耳)
- カンタク(干拓)
- ツキノワグマ(月の輪熊)
- ミセ(店)
- ノキ(軒)
- オノミチ(尾道)
- キカイ(機械)
- リク(陸)
- チカ(地下)
- オノ(斧)
- ラブ(love)
- スチール(steel)
- ギユウゴ(午後)
- ツマ(妻)

サ ク ラ モ チ

p45のまちがいさがしのこたえ



- 桜の花びらがいない
- 恐竜が鼻水を垂らしている
- 白い花が消えている
- 草の面積が増えている
- ハチの動いた線が点線→直線に
- バコに鼻がある
- チューリップの花の形が違う



異次元の自由設計。

圧倒的な開放感。

SUPER

晴れる家 Premium[®]

WIDE

木造住宅の新時代。

2021 SPRING START

驚きの大空間を叶える高耐震・自由設計

木造でもあきらめない、広々とした大空間。

空間デザインの自由度と、優れた耐震性を両立できる

新しい「高性能住宅」誕生。

<https://hareruya-okayama.jp>

最新情報はこちらから



4月号
vol.136

大学の敷地内に恐竜の博物館!?
恐竜の不思議を楽しく学ぼう!!

岡山理科大学 恐竜学博物館

企画・編集・発行 / おやき情報誌「HUG HUG」編集部 086-245-4350
発行元 / 株式会社岡山広告 岡山県岡山市北区今9-1-65