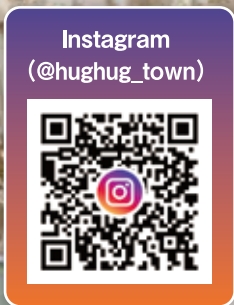


ママも パパも ばあばも じいじも みんなで一緒にこどもの未来と笑顔をはぐくむ

HUG HUG



読者プレゼント
ご応募は
こちらから!

1

January 2024 / vol.169
毎月20日発行



春の七草粥を 食べよう

さちこママの
魔法のキッチン

みんなの写真館

HUG baby PHOTO STUDIO

HAPPY BIRTHDAY

1月生まれのおともだち

マインドナンバー占い

2024

星座×干支で占ってみよう

ご自由にお取りください
**TAKE
FREE**



暮らし方からご提案する
yamachuのリノベーション



倉敷市I様邸（ご夫婦、お子さま3人）施工面積／36.24㎡（10.96坪）施工価格／約700万円 工事期間／2ヵ月

実家リノベーションで叶えたお気に入りの毎日

幼少期を過ごした築35年のご実家。ご両親の移住に伴い、一家で住み継ぐことに。「せっかくならLDKだけでも自分好みの空間にしたい」というご相談をいただき、リフォームがスタート。主にInstagramで情報収集をしていたというI様ですが、「一番役立ったのは山忠さんの完成見学会でした。こんなこともできるんだ！これ素敵！」と具体的なイメージが湧き、リフォームの参考になりました」と当時を振り返ります。

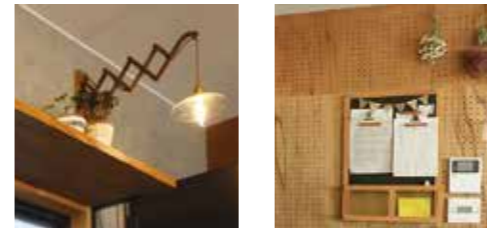
最大のこだわりはキッチン。以前は壁付けで、天井高の巨大シェルフがリビングとの間を断絶していたため、まずはキッチンを対面式に切り替え、白タイルの立ち上がり壁も極力低めに造作。コンロ正面も壁ではなくガラス張りにし、開放感のあるひとつながりのLDKへと生まれ変わりました。キッチン背面の壁は無骨な雰囲気を演出するモルタル風に仕上げ、食器棚はI様願の「クラッシュゲート」のカウンターボードをレイアウト。

キッチンの腰板と床との設置面をわずかに凹ませて奥行きを持たせ、さらなる空間の広がりを演出。「料理は得意じゃない」というI様ですが、最近はお義母様からレシピを習う機会も増え、毎食のメニューのバリエーションも広がっているそう。今はまだ幼い子どもたちと、親子3代でキッチンに立つ日もそう遠くはなさそうです。

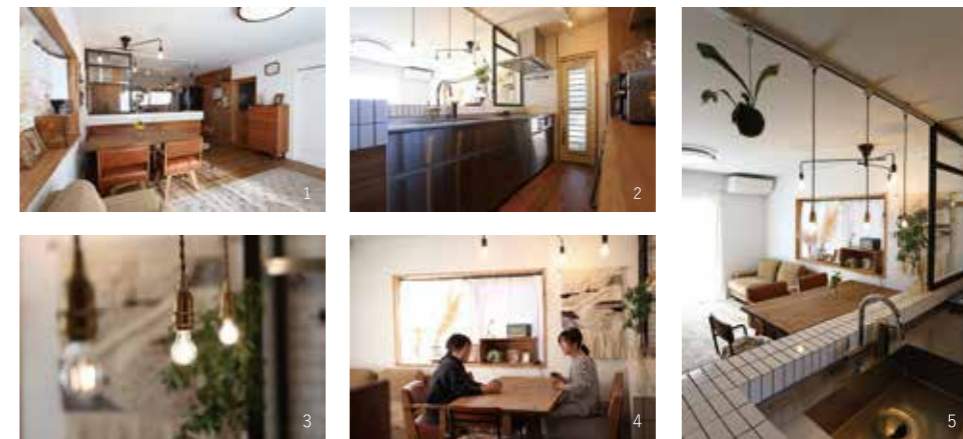
「実家リノベのご相談、増えています」

最近ご実家をリノベーションしたいというご要望が増えてきました。長年住んでいた実家を建て替えるのはどこか寂しいと感じられる方も多いと思います。リノベーションであれば大切な思い出を残しつつ、ご家族構成やライフスタイルに合わせた空間づくりが可能。土地代がかからないというメリットも。実家リノベーション、おすすめです。

受け継いだ実家をリノベーション



キッチン背面の壁はモルタルで仕上げ、雰囲気UP。横の壁には通園グッズや鍵掛けに便利な有孔ボードを。雑貨やドライフラワーも飾れる。



1. 南の窓からたっぷり注ぐ光がLDK全体を明るく照らす。 2. 閉塞感があった壁付けキッチンから家族とのあたたかな交流が生まれる対面キッチンへ変更。 3. インテリアコーディネーターが厳選したおしゃれなアイテムが空間を華やかに。 4・5. 低めの立ち上がり壁とコンロ正面のガラス張りで語らいに花が咲く。

完成見学会のご案内【完全予約制】

※ご予約は公式LINEまたはHPから ※詳細はHPをご覧ください

「和の雰囲気が漂う実家リノベーション」 見学会

2024. 1.13 [土]・14 [日]

岡山市北区谷万成

①10:00 ②11:30 ③13:30 ④15:00 ⑤16:30 (1時間1組様)

- ・大谷石を床に貼った高級感のあるリビングダイニング
- ・本の世界に没頭できる奥様こだわりの造り付け本棚
- ・和の雰囲気を一層引き立てる間接照明
- ・上品ですっきりとした独立洗面台
- ・冬場でも足元が冷えないタタミを敷いた脱衣室
- ・塗りの表情が豊かなポーターズペイントを寝室の一部に塗って

新築 コンセプトハウス「シンプルスタイル」 完成見学会

2024. 1.20 [土]・21 [日]

岡山市北区津島笹が瀬

①10:00 ②11:30 ③13:30 ④15:00 ⑤16:30

- ・穏やかな木目であたたかみのあるクルミの床材
- ・上着をすぐにしまえるホールからの収納
- ・ぬくもりを感じられる木製の手すり
- ・階段下、リビング、キッチン周りに充実の収納
- ・おこもり感がある集中できる1.5帖の2階書斎
- ・落ち着いたシンプルスタイルの空間
- ・爽やかなホワイトのサイディングに玄関ポーチの軒天が映える外観

※見学会は掲載のお家とは異なります



おかげさまで90周年! いつもご愛顧頂きありがとうございます

七五三・二分の一人式撮影



好きな衣装3着 **無料!**
ヘアセット・着付け **無料!**
ご兄弟・姉妹ご家族での撮影 **無料!**

プリント1枚プレゼント!
(A4サイズ・フレーム付)

▲上記すべてセットで
ご主役お一人

9,000円

※ 一家族につき1回のご利用となります。※ 七五三撮影のご兄弟姉妹のお着付けは小学生・150cmまでの衣装が対象。(和装1着・洋装1着お着替えいただけます。)
※ 二分の一人式撮影はご兄弟姉妹お着付けは別途料金となります。※ 商品はフォセットオンラインシステムでご利用いただけるデジタルクーポンでのお渡しとなります。
※ A4プリントはご主役お一人様で撮影のみ対象となります。※ お子様用の足袋は衛生管理上お持ちいただくか550円で販売となります。

special option

撮影後そのままお参り

撮影から参拝までギュッと! 1日でお得にハッピーに!!

ラクラクお得な 1DAYプラン

参拝用 着物レンタル料金 1月

平日 **4,400円** 土日祝 **6,600円**

※ お一人撮影をされたご主役のみ対象。※ 一部ブランド衣装は追加料金が必要となります。※ レンタル衣装は当日返却となります。



家族みんなが主役! みんなで記念日を楽しんじゃおう

with ママ with パパ PLAN

撮影用衣装一式 着付け ママヘアセット すべてセットで

パパ 全 **6,600円** ママ 全 **9,900円**

※ お持込みの場合は全日お父様6,600円 お母様12,100円。※ 足袋(大人用)は衛生管理上お持ちいただくか880円で販売となります。※ 混雑時はお受け出来ない場合がございます。予約時にご確認ください。

抽選期間 **1/31** 水曜日まで

LINE 公式アカウント お年玉大抽選会



トーク画面から右のキーワードを送信して抽選に参加しちゃおう

キーワード **おとしだま**

TOTAL STUDIO FOSSETTE "好きがきつとみつかる" トータルスタジオ フォセット

下中野店
Tel.086-242-0753
岡山市北区下中野357-103 [ゆめポイント有]
OPEN 9:00~17:30



90 創業90周年

倉敷店
Tel.086-426-5753
岡山県倉敷市田ノ上1125-1 [ゆめポイント有]
OPEN 9:00~17:30



まずは簡単WEB予約!
24時間いつでもどこでもご予約OK!
予約変更も無料で承ります!



広島:福山店、イオンモール広島府中店、川内店、五日市コイン通り店、広島店、イオンモール広島祇園店、フォトプラザ店、ポートピアパーク店、西条ブルーパール店 熊本:東バイパス店、イオンタウン西熊本店 福岡:福岡西店

フォセットから新年のお楽しみ!

90th Anniversary

お年玉キャンペーン

2024年はフォセットのお年玉キャンペーンで初撮りしませんか? 今年はおかげさまで90周年を迎えたフォセットが、いつもよりパワーアップして新春1月2日より皆さまをお待ちしております! ふとアルバムを振り返ってみると、家族全員での写真って意外に少なかったりしませんか? そんなご家族様へ、毎年人気の「ファミリーフォト」で《家族撮影》をお正月の恒例行事に♪ 今年も4つのプランからお選びいただけます! さらに、お得な七五三・二分の一人式撮影プランが新春特価で登場! フォセットの可愛い衣装も着れる嬉しいお年玉です! その他にも、フォセット公式LINEでお年玉LINEクーポンが当たる《お年玉大抽選会》を開催! お正月はみんな揃ってフォセットで「初撮り&初笑い」をお楽しみください!

年の初めはみんなで家族写真!

新春限定! 撮影料金込みの選べる4プラン

ファミリーフォト

開催期限: 2024年1月2日~15日まで



6,078円 おトク!

撮影料金 通常 3,300円 + 2Lサイズ1枚 (フレーム付) 通常 5,000円

◀左記がセットで **2,222円**



3,467円 おトク!

撮影料金 通常 3,300円 + アクリルスタンド 通常 3,500円

◀左記がセットで **3,333円**



5,856円 おトク!

撮影料金 通常 3,300円 + 単品データ販売2カット 通常 7,000円

◀左記がセットで **4,444円**



4,745円 おトク!

撮影料金 通常 3,300円 + キャンバスプリント (15×15cm) 通常 7,000円

◀左記がセットで **5,555円**

※ 私服での撮影となります。 ※ 一家族につき1回のご利用となります。 ※ 商品はフォセットオンラインシステムでご利用いただけるデジタルクーポンでのお渡しとなります。



photo: TOTAL STUDIO FOSSETTE
model: 龍 知絵理 (ちえり) ちゃん (8ヵ月)

編集・発行 株式会社岡山広告
〒700-0945
岡山市南区新保603-5
TEL.086-236-9012
印刷所 サイト印刷株式会社

※本誌掲載の写真・イラスト・記事等の無断転写および転載を禁じます。

CONTENTS

- 06 星座×干支で占ってみよう
- 08 マインドナンバー占い 2024
- 10 春の七草粥を食べよう
- 14 子育てファミリー必見! HUG HUG おすすめセレクション
- 16 HUG HUG写真撮影会 参加者写真発表会
- 22 HUG baby PHOTO STUDIO
- 25 深層心理 3択テスト
- 25 クロスワードパズル
- 26 歯科医師ママの健康通信
- 27 歯のお悩みQ&A
- 27 ことばのめいろ[日記]
- 28 さちこママの魔法のキッチン [れんこんの照り焼きつくね]
- 28 まちがいさがし
- 29 イオンモール倉敷MaMaサークル
- 30 HUG HUGママスクール ~お金のセミナー大集合~
- 31 FP角山の ちょっとためになるお金の話
- 34 ひらがなめいろ
- 34 なんばんめ?
- 35 むすんでみよう
- 36 とけいのよみかた
- 37 なぞりがきれんしゅう
- 38 グリッドてんつなぎ
- 39 おり紙であそぼう
- 40 みんなの写真館
- 41 HUG HUG なぞなぞ
- 42 休日当番医表
- 43 てんつなぎ
- 46 HAPPY BIRTHDAY 1月生まれのおともだち
- 47 編集後記
- 47 今月の花タロット
- 48 読者プレゼント 応募期間:12/20(水)~1/19(金)



いくつ 何歳になっても暮らしやすい “平屋のような”2階建て



随時見学ご予約受付中!



家の真ん中にファミリークローゼットがある平屋



風景のある家、LLCの家づくり / 第二十二回コラム 「プラスαの要素」

風景のある家、LLC主宰の河島康です。このコラムでは私達「風景のある家」が家づくりをしていく際に意識しながら考えるポイントや、弊社独自の家づくりの考え方を紹介していきます。今回は「プラスαの要素」のお話です。

日本の住まいは古来、文化に合わせた家づくりがなされておき、「土間」と言われていた場所が存在していました。「土間」の本来の目的は靴脱ぎ場ですが、少し広めの空間を確保することで、時には家事をする作業場、井戸端会議が行われる場所にもなりました。私たちはお家の設計をさせて頂く時、「土間」の考え方にプラスαの要素を取り入れることを心がけています。例えば玄関ですが、部屋を大きく取るために、できるだけ小さくすると言う考え方ならただの靴脱ぎ場になってしまいます。

逆に見栄を張るためだけに豪華にした玄関も違いますが、「小さな靴脱ぎ場も階段や廊下と合わせワンルームにする」ということにより、10畳くらいの大きな空間となり、更に仕切り壁にガラスを採用することによって費用や面積を増やすことなく広がりある魅力的な空間を生み出すことが出来ます。

このプラスαの要素が生み出した空間に光や風を通すことが出来れば昔の「土間」のような最高に素敵な場所になると思いませんか。また、窓についても同様で位置を決める際、光や風を取り込む機能的な要素だけではなく、そこから見える景色に目を向け、春夏秋冬移り変わる美しい風景を切り取るように設計します。

私たち「風景のある家」は空間にプラスαの要素を取り入れ、次世代に繋がる家づくりを行う住宅専門の設計事務所です。



風景のある家、LLC 主宰 河島 康 Kawashima Kou

風景のある家 ホームページ

風景のある家、LLCではほぼ毎日家づくりに関する無料相談会をやっています。お気軽にご相談下さい!

■家を建てようと思っていれば何をすればいいの?どのくらいお金がかかるの?どんな土地を選べばいいの?他社でプランしているけどどこがいいの?...もったいないプランを探したい...など。まずは「家」について相談したいんですが...とお電話下さい。

99	うお	×	うま	貴重なヒントを逃しそう。仲間の意見を聞いて回避。
100	さそり	×	いぬ	大事なものを失くしそう。バックアップでしっかり保管。
101	おひつじ	×	とり	相手への気遣いが空回り。行動前に本人に意思確認。
102	いて	×	たつ	予定を詰め込み疲労蓄積。無理せずしっかり休息を。
103	しし	×	さる	秘密を聞かれてケンカ。お金の話は避けて正解。
104	かに	×	たつ	情報伝達の実で混乱が。誤解を招く行動には注意。
105	おとめ	×	さる	うわべだけの判断が問題に。偏った見方をするのはNG。
106	おうし	×	たつ	推測での行動でアタフタ。時間をかけて慎重に決断。
107	かに	×	うし	勝手な言い分にイライラ。大人の対応でグッとこらえて。
108	うお	×	たつ	ちょっかいを出されそう。挑発されても無視が正解。
109	さそり	×	うま	ミスから信用を失いそう。最後まで確認を忘れずに。
110	ふたご	×	へび	誘惑に負けてトラブルが。優先順位を明確にしよう。
111	みずがめ	×	うま	疲労に気づかず調子ダウン。こまめに休憩し頭を休めて。
112	うお	×	いぬ	急な予定変更でアタフタ。自己判断せず周囲に確認。
113	ふたご	×	たつ	節約を考えすぎて逆効果。お得情報も冷静に見極め。
114	おとめ	×	ひつじ	積極的な行動が裏目に。しつこい連絡は避けて。
115	かに	×	うま	スピード重視で凡ミス。確認作業はしっかりと。
116	いて	×	いぬ	意見の違いがストレスに。体を動かしてリフレッシュ。
117	さそり	×	さる	他の人に振り回され疲れが。無理せずマイペースに対応。
118	おうし	×	いぬ	秘密がバレしてしまうかも。リスクをなくす防止策を。
119	みずがめ	×	いぬ	ライバル出現でアタフタ。目の前のことに集中して。
120	おひつじ	×	いのしし	慌ててしまいついミスが。一度落ち着いて深呼吸を。
121	ふたご	×	うま	人間関係でトラブル発生。高級品は避けるのが無難。
122	うお	×	ひつじ	手抜きがバレてトラブル。役割はきちんとこなして。
123	おひつじ	×	うし	約束を忘れられる可能性。行動する前にチェックを。
124	さそり	×	ひつじ	ケアレスミスが続きそう。急ぐときほど丁寧な作業。
125	みずがめ	×	ひつじ	冗談のつもりが大問題に。SNSでの発言は慎重に。
126	いて	×	うま	曖昧な言い方でトラブル。早めの決断を意識しよう。
127	ふたご	×	いぬ	物をなくしてアタフタ。自分の周りを整理整頓。
128	おひつじ	×	へび	トラブルに巻き込まれそう。怪しげな誘いは断ってOK。
129	いて	×	さる	苦手な作業が多く気分↓。焦らずコツコツと進めて。
130	おひつじ	×	たつ	感情の振れ幅が大きい年。落ち着いた態度で臨んで。
131	かに	×	いぬ	日頃の疲れが一気に出そう。体を動かしてリフレッシュ。
132	おひつじ	×	うま	こだわりが強すぎて失敗。常に広い視野を意識して。
133	かに	×	ひつじ	利用しようと近づく人が。甘い言葉には注意しよう。
134	ふたご	×	ひつじ	過去を思い出して意気消沈。次月のプランを練ると◎
135	いて	×	ひつじ	放置していたことが悪化。指摘される前に片付けて。
136	おうし	×	ひつじ	理由もなくブルーな気分。クールな対応を心掛けて。
137	ふたご	×	さる	予定を詰めすぎて失敗……。予定を見直すことも大切。
138	おひつじ	×	いぬ	準備せずに行動して時間口の恐れ。確認作業が大事。
139	かに	×	さる	頑張りすぎが裏目に出て評価ダウン。体調に気をつけて。
140	うお	×	さる	ビリビリムードから口喧嘩に発展。早めに謝って。
141	おひつじ	×	ひつじ	周囲に気を使いすぎて雰囲気が悪化。素直に謝罪を。
142	おうし	×	さる	小さなことが気になってイライラ……。深呼吸をして。
143	みずがめ	×	さる	知ったかぶりで自分を追い詰めピンチ。背伸びしないで。

54	やぎ	×	うま	年上との関係を大切に。知恵や経験から色々と学んで。
55	かに	×	うさぎ	友人と絆が強まる出来事が。情報共有を忘れずにして。
56	おとめ	×	うし	友達に元気をもらえそう。癖のあるタイプと接して。
57	みずがめ	×	とら	小さな努力が実り評価アップ。丁寧な作業で次に繋げて。
58	やぎ	×	ひつじ	欲しかった情報をGET。映画やテレビを有効活用。
59	しし	×	へび	簡潔な言葉が伝わる年に。説明の仕方を考えて発言。
60	てんびん	×	うま	予定を決めると大成功！気になる催しをリサーチ。
61	おうし	×	いのしし	悩み解決のヒントGET。考えすぎよりまず実践。
62	さそり	×	へび	守りが最大の攻め！基本に忠実な作業を心掛けて。
63	うお	×	とら	前向きな態度で困難突破。積極的に手助けをしよう。
64	ふたご	×	うさぎ	交渉が成功しやすい年。お茶や食事に誘うと近道。
65	いて	×	とり	軌道修正でチャンス到来。変化を受け入れるのが鍵。
66	やぎ	×	さる	勢いにうまく乗れなさそう。無理をせずゆっくり休んで。
67	みずがめ	×	へび	時間を無駄にしてピンチ。新しい視点や刺激が大切。
68	しし	×	たつ	やり直してチャンス到来。問題は後回しにしないで。
69	おうし	×	とら	急な体調の変化に要注意。食事の時間は規則正しく。
70	てんびん	×	いぬ	周囲に悪印象を与えそう。忙しくても丁寧な対応を。
71	うお	×	へび	その場しのぎが問題に……。余計な発言は極力控えて。
72	おとめ	×	へび	なかなか成果が出ず焦り。凝りすぎずに力を抜こう。
73	しし	×	うま	勝手な解釈をして問題に。直接連絡して危機回避！
74	かに	×	いのしし	相手の遅刻にイライラ……。焦らないでドンと構えて。
75	おうし	×	へび	違う意見に振り回されそう。丁寧に確認することがカギ。
76	さそり	×	うし	思った成果が出ず気分↓。諦めずに粘ることが大切。
77	かに	×	とり	ブルーな気分得意意消沈。食べ物で風向きチェンジ。
78	いて	×	へび	雰囲気流されて後悔。自分の考えを大切に。
79	しし	×	いぬ	全く理解されずモヤモヤ。画像を使って説明を工夫。
80	てんびん	×	ひつじ	身だしなみが乱れ評価↓。いつも以上に注意しよう。
81	ふたご	×	とら	難しい選択を迫られそう。弱点を補えるかで判断を。
82	おとめ	×	たつ	ぼんやりしがちな上半期。1人の時間を作って集中。
83	みずがめ	×	たつ	意外な発見がありそう。何事も思い込みは絶対NG。
84	おひつじ	×	とら	段取り不足で大ピンチに。成り行き任せはダメ。
85	かに	×	とら	単独行動で思わぬ事態に。ひとりで抱え込まないで。
86	おとめ	×	うま	あれこれ手を出して失敗。計画性を持って行動して。
87	ふたご	×	いのしし	友人と意見が合わず衝突。悪いと感じたらすぐ謝罪。
88	いて	×	うし	詰めの甘さでトラブルが。連絡ミスには特に注意を。
89	さそり	×	たつ	新しい物に飛びつき失敗。勢いで決めず誰かに相談。
90	しし	×	ひつじ	ルーズな時間管理で問題。落ち着いて計画を立てて。
91	おうし	×	うし	一点へ集中しすぎる予感。時間の管理に気をつけて。
92	おとめ	×	いぬ	正直すぎる発言で非難が。オブラートに包む意識を。
93	かに	×	へび	お金に関するトラブルが。水を飲むと気分スッキリ。
94	うお	×	うし	意地を張って失敗しそう。切り替えが大切だす。
95	おうし	×	うま	早とちりでトラブル発生。スローペースでも確実に。
96	ふたご	×	うし	余計な一言で板挟み状態。揉め事とは距離を置こう。
97	てんびん	×	さる	軽く見られてしまいたい大損。真剣な思いを熱く伝えて。
98	みずがめ	×	うし	豪華な物に惑わされそう。話が大きい人には注意。



144 おひつじ × さる

周囲と意見がぶつかりケンカに発展する恐れがあるので、普段よりも丁寧な話し方を心掛けてください。衝動買いをすると期待外れでガッカリ。慎重に吟味して。

【ラッキーカラー】赤色・パープル
【ラッキーアイテム】腕時計
【ラッキーパーソン】家族・親戚



2023年はどんな年でしたか？
今年も粘り強く取り組み続けてきたあなたは本当にすごいです。
来年も、来年こそ良い年にしたいと願っている読者のみなさんに、
ちょっとしたアドバイスをお伝えします。

1

やぎ × ねずみ

やること全てが順調に進み、仕事もプライベートも大活躍する年になりそう。抜群の存在感で提案が通りやすい年なので、積極的にアイデアを出す魅力アップ。手際の良さが評価され何事も絶対好調！ いるんな人と関わることを楽しんで。

28	かに	×	ねずみ	提案が通り計画が前進！スピード感が成功のカギ。
29	おとめ	×	とり	勤が冴え渡り絶対好調な日。深く考えずに行動しよう。
30	みずがめ	×	いのしし	意外な人脈が広がる予感。知らない街を散策しよう。
31	てんびん	×	とら	即実行で思い通りの結果に。考える前に行動してみよう。
32	おひつじ	×	ねずみ	チャンス到来で絶対好調に。向上心を奮い立たせよう。
33	さそり	×	いのしし	難しい目標に近づき予感。新しい日記帳を買うと吉。
34	やぎ	×	へび	憧れの人と接点ができる年。大人な振る舞いを意識して。
35	おひつじ	×	うさぎ	思考力が上がり問題解決。今後の予定を丁寧に確認。
36	うお	×	とり	新しい友達ができる予感！ 落ち着いた印象の人に注目。
37	てんびん	×	へび	偶然が重なり良いことが。時には予定外の行動も◎
38	いて	×	うさぎ	お得な買い物ができる年。セールに足を運んでみて。
39	やぎ	×	うし	自分の考え優先で信頼アップ。譲れないところを明確に。
40	しし	×	いのしし	物事がスムーズに進みそう。しっかりした下準備が重要。
41	おうし	×	ねずみ	新しい魅力を発見の予感。小さな挑戦をするのが◎
42	おとめ	×	いのしし	大きなチャンスが到来！ 過去の経験が成功のカギ。
43	しし	×	うし	情熱を見せると良い方向に。日頃の思いを態度で示して。
44	おうし	×	とり	旬な情報からひらめきが。周囲の人を巻き込んで。
45	やぎ	×	たつ	人脈を駆使して情報ゲット。年齢問わず詳しい人に質問。
46	みずがめ	×	とり	新しい情報が役立つそう。SNSを駆使して情報GET！
47	ふたご	×	とり	タイミングに恵まれる年。大事な連絡は早めにすること。
48	てんびん	×	たつ	新たな出会いがあるかも。普段と違う時間帯に行動。
49	いて	×	いのしし	情報力があなたの武器に。まずは最新情報を集めて。
50	うお	×	いのしし	トラブルの原因を発見！ やりどりの保存&整理を。
51	さそり	×	とり	仲間にも助けられ危機回避。連携を意識してすぐ行動。
52	やぎ	×	いぬ	和やかなムードで効率アップ。グループ活動に良縁が。
53	てんびん	×	うし	協力者が現れ計画が前進。細かいこだわりを伝えて。

2	てんびん	×	ねずみ	活発な会話で抜群のチームワーク。意見交換が◎
3	しし	×	ねずみ	人と人との間を取り持つ事で評価アップ。友達が増えます。
4	やぎ	×	うさぎ	存在感アップで、仕事も遊びも常にグループの中心に。
5	しし	×	とり	ここぞという場面で、予想以上の力を発揮し活躍！
6	やぎ	×	とり	変化を恐れず行動すると、今よりも大きく飛躍できます。
7	おとめ	×	ねずみ	ひらめきがさえて大成功。想像力を動かした意見がカギ。
8	おとめ	×	うさぎ	何事も期待以上の手応えがある一年になるでしょう。
9	やぎ	×	とら	抜群の発想力と想像力を発揮して評価アップ。
10	さそり	×	ねずみ	接点がない人と仲良くなるチャンス。積極的に誘って。
11	てんびん	×	うさぎ	長年の課題が解決。些細な話題がヒントに！
12	うお	×	うさぎ	実力が発揮され、苦手分野でも大活躍。
13	みずがめ	×	ねずみ	良い環境を築ける人との出会いが。西南方向に吉。
14	いて	×	ねずみ	思い切った挑戦が成功し飛躍。失敗しても何度でも。
15	しし	×	うさぎ	ひらめきがさえて絶対好調。毎日の予定を立てると◎
16	おうし	×	うさぎ	一生懸命な姿で人気が上昇。悩みは素直に相談してOK。
17	やぎ	×	いのしし	楽しい計画を立てて絶対好調。動きやすい服装で出掛けて。
18	さそり	×	とら	自分を売り込むチャンス。前向きな考え方を大切に。
19	おとめ	×	とら	有利に物事が進む一年に。積極的な姿勢がポイント。
20	てんびん	×	いのしし	意外な人に心奪われそう。積極的にアプローチして。
21	みずがめ	×	うさぎ	プライベートが充実する年。流行りの物にチャレンジ。
22	ふたご	×	ねずみ	経験を買われチャンス到来。得意分野をアピールしよう。
23	うお	×	ねずみ	タイミングに恵まれそう。ドキドキする出会いが！
24	さそり	×	うさぎ	元気の良さで人気が集中。無理なお願いをしても◎
25	しし	×	とら	熱意が伝わりチャンスが。ジェスチャーを交え会話。
26	てんびん	×	とり	周りから応援され絶対好調。協力を得るとさらに飛躍。
27	いて	×	とら	古い知人から良い知らせ。人に会う約束を決めよう。



仕事運



- 1位 [9] 頑張れば頑張っただけの成果が確実に得られる年なので、いつも以上に気合いを入れて取り組んで!
- 2位 [4] キーワードは気遣いと優しさ。「ありがとう」や「お疲れ様」という言葉一つで雰囲気はガラリと変わるはず。
- 3位 [3] 手際よく仕事が進められ、難しい作業も容易に片付くでしょう。朝のスケジュール確認がツキを呼ぶポイント。
- 4位 [5] 高い集中力で仕事がこなせ、効率よく仕事が進みます。ただ、チームなどの連携プレー的な作業は要注意。
- 5位 [6] 準備を進めてきた企画は協力者にも恵まれ、順調なスタートを切れそう。睡眠時間だけは確保して。
- 6位 [8] 優れた状況判断、処理能力が買われて、責任ある立場に大抜擢されることがありそう。あなたなら大丈夫。
- 7位 [2] 周囲の期待に応えようと意気込みすぎ、過剰なプレッシャーを抱えてしまいそう。ストレス発散がカギ。
- 8位 [1] 運気は安定。知的好奇心が旺盛になっているようです。語学の習得に向けて勉強を始めては。
- 9位 [7] 吉凶混合運。トラブル発生の可能性暗示。誰かのミスが全体責任に問われる、といったことがありそう。



恋愛運



- 1位 [5] 憧れの人と思いがけず急接近。当たって砕ける覚悟で、思い切ってアプローチしてみましょう。
- 2位 [6] 大恋愛の予感アリ。お相手は本来「あなたが全然タイプじゃない」と思う人である可能性大。
- 3位 [7] クラス会などの集まりをきっかけに、過去の思い出が刺激されるかも。板ばさみに気をつけて。
- 4位 [2] 悩みがあるならば、さり気なく意中のアノ人を頼ってみましょう。真剣にアドバイスしてくれそう。
- 5位 [1] 思ってもみなかった相手と意気投合しそう。相手の軽いノリにすっかり懐柔されてしまいそう。
- 6位 [4] 幼なじみや友人への恋心にふと、気付くかも。素直に気持ちを伝えることが大切です。
- 7位 [9] 一目惚れを体験しそう。あなたが待ち望んでいた運命の人かもしれません。次回の約束を取り付けよう。
- 8位 [3] ふたりの間に何らかのトラブルがありそうです。事態は少し深刻かもしれませんが悲観的にはならないで。
- 9位 [8] 出会い運好調。でもいまひとつその波に乗りきれず、ひとりを選ぶことができないかも。優柔不断は×です。



金運



- 1位 [9] 前々から欲しくて探していた品が、見つかりそう。迷わず購入して吉。バーゲンセールで掘り出し物が!
- 2位 [6] 成功者の体験に学びましょう。実際に成功させた人の方法を参考にしてみるとよさそうです。
- 3位 [2] 夢を叶えるためにしてきた努力が報われる予感。過去からの積み重ねがようやく花開く時でしょう。
- 4位 [3] 勝負強い年。現在の投資額をアップすると、大きく利益が上げる可能性があります。ただしリスクもあり。
- 5位 [8] 経済に余裕のある今こそ貯蓄をはじめてみましょう。長く続けるポイントは無理なく、そしてムダなく。
- 6位 [4] 自分が学び、能力を向上させるための費用は将来の自分への投資です。やってよかったと思う日がくるはず。
- 7位 [1] 棚ボタ運あり。ご無沙汰している友人や親戚の家に、ちょっと変わった手土産持参で行くと喜ばれそう。
- 8位 [5] 出入りが大きくアップダウンの激しい運気。儲け話を紹介されそうですが、悪い話ではないようです。
- 9位 [7] 金運絶不調。財布の底に穴が空いているのでは、と確かめたくなるくらいお金が出て行きそうです。



健康運



- 1位 [8] やる気にあふれ、以前から興味があったスポーツを始めるきっかけが訪れるかもしれません。
- 2位 [6] 力がみなぎり、いつもより効率よく活動できます。それだけに無理をしやすいので注意しましょう。
- 3位 [5] エネルギー満タンで、すぐにも外出をしたくなります。お肉料理でエネルギーを補給することをオススメ。
- 4位 [2] 雑誌やテレビでみた気になるトレーニングや健康法にチャレンジしてみましょう。気力に溢れています。
- 5位 [7] 人間関係など日々のイライラが溜まって落ち込みやすいかも。ストレスの発散をちゃんとしましょう。
- 6位 [3] 体力がいまいち続かない年。やり始めは張り切ることができるのですが、途中で急に力が抜けてしまいそう。
- 7位 [9] バタバタして気が張っているうちは疲れを感じないかもしれませんが、後からどっと疲れが押し寄せてきそう。
- 8位 [1] やる気と体力が減少傾向。神経を使ったり、緊張をするようなことは避けましょう。
- 9位 [4] 体力が追い付かず、つまらないミスをおかしてしまいそう。自己嫌悪に陥ってしまうかもしれません。



マインドナンバーとは、
生年月日の数字を1桁になるまで足した数です。

例) 1993年1月15日生まれの場合

- ① 生年月日の数字をすべて足します。
[1+9+9+3+1+1+5=29]
 - ② 全て足すと29になります。
29も同じように足し算をします。 [1+9+9+3+1+1+5=29]
↓
[2+9=11]
 - ③ まだ2桁なので、11も同じように
足し算をします。 [2+9=11]
↓
[1+1=2]
 - ④ マインドナンバーは「2」です。
- ※最終的に1桁になるまで計算し、最後の数字が自分のマインドナンバーになります。



占い監修: F

総合運

- 1位 [6] 結果が出る年。今まで長く努力を続けてきた人は、ようやくその成果が出そうです。ダイエットが目標に達したり、試験にパスしたりといったことがあるでしょう。また、臨時収入が期待できそうです。笑顔のもとに福は寄ってきます。
- 2位 [9] 仕事のチームやグループの中などで、リーダー役に抜擢されそう。あなた自身はあまり乗り気ではないようですが、引き受けてみると自信がもてるように。統率力よりも、教え上手な点を見込まれているようです。
- 3位 [5] 革新的なアイデアをヒラメキそう。現時点、周囲から理解されがたく反逆者扱いですが、あなたのオープンマインドな人柄はいずれ理解者、協力者を増やしていくでしょう。くさらずに説得し続けることです。
- 4位 [2] あなた本来の魅力が開花しそうな予感。今年は普段とは違ったイメージの装いをしてみましょう。意外にピッタリで自分でもビックリしそう。親しい異性の友人から客観的にアドバイスしてもらおうといいでしょう。
- 5位 [8] 好奇心旺盛で、何にでも興味を感じる年。情報通の友人に電話やメールで連絡を取ると、面白い話が聞けそうです。ただ、「知りたい」という気持ちが高じて、他人のプライベートにまで首を突っ込まないように。
- 6位 [3] 運気は高めで安定。自分磨きにツキがある時なので、今のあなたをよりステップアップさせるための勉強を始めるといいでしょう。生活必需品に幸運が。食器やタオルなど、気に入ったものに新調してみましょう。
- 7位 [4] 知識欲が高まっています。異文化を学ぶことにツキがあるので、語学の勉強や海外の文化について調べるといいでしょう。将来、行ってみたい国を選ぶのが勉強を長続きさせる秘訣。マイペースで頑張ってみましょう。
- 8位 [7] 自分ひとりのために、たっぷり時間を使いましょう。趣味に没頭するもよし、ただボンヤリするのもよし。時間を気にせず、やりたいことを思い切りやってください。運気も元気もアップします。
- 9位 [1] 身近な人間関係の中でトラブルが発生しそう。特に根に持つタイプの人を中心にいるなら、ヘタに関わらないことです。中立の姿勢をとって、極力目立たずに、おとなしくしていきましょう。不用意な発言は厳禁です。

知ってた？
春の七草の
豆知識

春の七草の 覚え方は？



春の七草の種類を順番に
「セリ・ナズナ／ゴギョウ・ハコベラ／ホトケノザ／スズナ・スズ
シロ／春の七草」
とリズム良く覚えるのがおすすめ。
短歌のように五・七・五・七・七のリズムで何度か口ずさむと
覚えやすいでしょう。
ちなみに七草は春だけではなく、それぞれの季節にあります。

- 夏の七草
ヨシ・イ(イグサ)・オモダカ・ヒツジグサ・ハス・コウホネ、・サギソウ
※夏の七草は、他にもいろいろな組み合わせがあります。
- 秋の七草
オバナ(ススキ)・オミナエシ・キキョウ・クズ・ナデシコ・ハギ・フジ
バカマ
- 冬の七草
ネギ・ハクサイ・ダイコン・シュンギク・ホウレンソウ・キャベツ・コマ
ツナ
※冬の七草は、他にもいろいろな組み合わせがあります。

知ってた？
七草粥の
豆知識

七草粥って どうやって作るの？



七草粥

材料(4人分)
春の七草 …………… 約100g(市販のもの1パック)
ご飯 …………… 300g
水 …………… 900ml
塩(茹でる用と調味用) …………… 適量

※七草粥は地方によって食材が異なる場合があります

- 作り方
- ① ご飯はザルに入れ、流水でさっと洗い、粘りをとる。
 - ② ①と水を鍋に入れ、好みの柔らかさのおかゆを炊く。中火で熱して煮立ったら弱火にして、しゃもじを使って鍋の底から一度かき混ぜる。
 - ③ 炊いている間に別の鍋に塩を入れた湯を沸かし、七草を入れてさっと茹で、茹で上がったら刻んでおく。
 - ④ ②が炊き上がったら塩で味をととのえ、③を加えて混ぜて完成。

お子さま用には、苦味のあるせり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざの分量を少なめにすると食べやすくなります。

中華風七草粥

材料(4人分)
春の七草 …………… 約100g(市販のもの1パック)
ご飯 …………… 300g
水 …………… 900ml
塩(茹でる用と調味用) …………… 適量
鶏ガラスープの素 …………… 小さじ1~2
ごま油 …………… 適量



- 作り方
- ① 鍋に塩を入れた湯を沸かし、七草を入れてさっと茹で、茹で上がったら刻んでおく。
 - ② 別の鍋にご飯と水を入れ、蓋をしてから中火で約30分煮る。
 - ③ ②が炊き上がったら鶏ガラスープの素と塩を入れて味を整え、①を加えて混ぜる。
 - ④ お好みでごま油を回しかけたら完成。

七草粥の味が苦手という人も、中華風なら食べやすいかも。小さなお子さまにもピッタリです！



知ってた？
七草粥の
豆知識

なんで 1月7日に食べるの？

年に5回の季節の変わり目のことを「五節句」といい、古くから特別な食事を用意して豊作や無病息災を願いました。七草粥を食べるのもそのひとつです。
七草粥は、1月7日の人日(じんじつ)の節句の行事食です。その日の朝に「春の七草」すべての種類が入った七草粥を食べると、1年間を無病息災で過ごせるとされています。ちなみに、「五節句」とは、次の5つを言います。



- 人日(じんじつ)の節句:1月7日
別名「七草の節句」。七草の入ったおかゆを食べ、一年の無病息災を願う。
- 上巳(じょうし)の節句:3月3日
別名「桃の節句」。ひな人形や桃の花を飾り、女子の誕生を祝い、健やかな成長を願う。
- 端午(たんご)の節句:5月5日
別名「菖蒲の節句」。男児の誕生を祝い、健やかな成長を願う。菖蒲湯に浸かって厄を払い、子孫繁栄を意味する柏の葉を使った柏餅を食べる。
- 七夕(しちせき)の節句:7月7日
別名「笹の節句」。短冊や飾りを竹に吊るし、豊作を祈るとともに技芸の上達を願う。
- 重陽(ちょうよう)の節句:9月9日
別名「菊の節句」。邪気を祓うとされる、菊の花を浮かべた菊花酒を飲み、長寿を願う。



お正月の最後、1月7日の朝にいただく春の七草が入った七草粥。年末・お正月で美味しいものを食べ続け、少々お疲れ気味の胃腸にもやさしく、ほっとする味です。また、冬に不足しがちなビタミンも補えるとして重宝される一品です。

知ってた？
春の七草の
豆知識

春の七草って 何があるの？

七草粥に使うのは、この時期に若菜が生える7種類の「春の七草」。この七草には、7つの種類それぞれにひとつずつ意味が込められています。
七草の種類とそれぞれの意味を順番に紹介いたします。



御形
ごぎょう

ごぎょうは「御形(仏様)の体」という意味です。別称は母子草で草餅の元祖。痰や咳に効果があり、のどの痛みもやわらげてくれることから風邪予防に使われました。

芹
せり

芹の若葉が競り合うように生えていることからついた名前。で、「競り勝つ」という意味が込められた縁起物です。七草の中でも爽やかで独特な香りが食欲を刺激する効果があります。

薺
なずな

なずなは、「撫でて汚れを取り除く」という意味が込められています。熱を下げたり、利尿作用があると言われていて。この種類はペンバングサとも言われていて日本各地に自生していますが、かつては冬の貴重な野菜とされていました。

繁縷
はこべら

はこべらは、「反映がはびこる=繁栄が広がる」という意味です。昔から腹痛薬として用いられており、胃炎に効果があります。

仏の座
ほとけのざ

「仏様が落ち着いて座ってらっしゃる」という意味があるほとけのざ。七草の中でも胃を健康にし、食欲増進、歯痛にも効果があると言われています。

鈴菜
すずな

「神を呼ぶ鈴」という意味で縁起物とされてきたすずな。これは、現在でも一般的に食されているカブのことで、七草の中でも比較的身近なものです。胃腸を整え、消化を促進します。しもやけや歯痛にも効果があります。

清白
すずしろ

すずしろとは大根のことで、「汚れない清白」という意味があります。すずなと同様に七草の中でもよく見るものですが、消化を助け、風邪予防や美肌効果に優れています。



サン・クリニックの産科での取り組み

ママにも、赤ちゃんにもやさしいクリニック



手ぶら入院

陣痛が始まり、いざ入院のとき、なるべく少ない荷物でストレスなくご来院いただけるよう、当院ではパジャマやアメニティ、スリッパなど母子に優しい物を厳選してご用意しております。パジャマは英国王室御用達の"Seraphine"。



4D超音波とエコー動画システム

当院でご出産される方には無料で4D超音波を行っています。また、エコー動画配信サービスを取り入れており、診察時のお腹の赤ちゃんをスマートフォン、タブレット、パソコン、携帯電話でいつでも見ることができます。ご家族や友人とも共有することができます。



産後ケア入院

退院してから始まる赤ちゃんとの生活が不安な方は、通常の退院日を過ぎても入院を延長することができます。ご自宅に援助して下さる方がいない場合や、産後をゆっくり過ごしたい方にもおすすめです。



赤ちゃんにやさしい病院認定施設

母乳育児支援を推進し、「こころ」と「からだ」の健康の支援を実践している「赤ちゃんにやさしい病院」としてWHO・ユニセフに認定されています。(県内2施設のみ)



出生前診断

出生前診断は、NIPTとFTSを行っています。FTSのFMF認定資格を保持している産婦人科医師2名が、出生前診断を行います。NIPT認定施設でもあります。



母乳育児

母乳育児は本来自然なことです。経験豊かな助産師がその人にあった飲ませ方を丁寧に指導し、母乳育児に関する疑問や悩みにお答えします。



専属シェフ

医師監修の元、妊娠中や産後の身体にやさしく、美味しい食事を提供しています。備前焼を使用するなど器にもこだわっています。



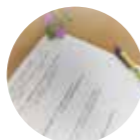
アメニティ

英国王室御用達のルームウェアや英国の農園で栽培されたオーガニック植物を手摘みして作られた"ニールズヤード"などのアメニティをご用意しています。



助産師外来での個別指導とパースプラン

妊婦健診とは別に助産師外来を受けることができます。妊娠中の疑問や不安を丁寧に解消し、出産に向けて助産師と何でも相談できる関係が作れます。



サン・クリニック産後ケアセンターでは、サン・クリニックでご出産なさった方には、standard部屋料金が滞在中ずっと無料や、お部屋の無料アップグレード、長期滞在による割引サービスなどの特典があります。



詳細はHPをご覧ください <https://www.sunclinicppcc.com/>

医療法人 サン・クリニック

産科・婦人科・小児科

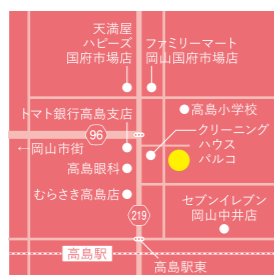
☎086-275-3366

〒703-8205
岡山市中区中井二丁目15番13号
<https://sunclinic.org/>

●診療時間(産科・婦人科)

※祝祭日・年末・年始・お盆も休診日となります。

	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	—
午後 15:00~18:00	●	●	●	—	—	—	—



太陽の光と自然に包まれた癒しの環境

ここサン・クリニックは、緑豊かで美しく、自然に包まれた癒しの環境です。ご来院いただいた皆様に、ゆったりとやすらいだ時を過ごしていただけるよう、きめ細やかな空間づくりを心がけています。

Sun Clinic

Baby Friendly Hospital



安心・安全な出産、そして女性の豊かな人生のために、専門医や助産師をはじめ、サン・クリニックの全てのスタッフが、産前・出産・産後もずっと貴方に寄り添い支援します。



POBO PHOTO STUDIO

撮影の様子100枚ドーンとプレゼント/
記念写真+αが嬉しいフォトスタジオ

記念写真ってベストショット以外の何気ない表情も可愛くて、なかなか選べづらいつ感じることはないですか？
POBO PHOTO STUDIOなら全データ(最低100枚)をプレゼントするので、撮影に参加できなかったおじいちゃんやおばあちゃんも、撮影の様子をコマ送り動画のように見る事ができると大好評です！
撮影はお任せして、旅行やキッズコンサートに行くように撮影の時間そのものをお楽しみください♪

常設10ブースの中から
お子様の気に入った世界観のブースで
自慢の一枚を残しましょう!!

圧倒的世界観のスタジオの
様子はインスタでCHECK! →

セットプラン代	753プラン
パースデイプラン	29,800円(税別)
・ヘアメイク付 ・洋装1着レンタル付	39,800円(税別)
	・ヘアメイク付 ・和装1着レンタル&着付け付

岡山県岡山市北区丸の内2丁目8-2
東洋ビル301
Tel 090-6283-6445
◎(月~土曜)10:00~16:00(日曜)要相談
@pobo_photo_studio
お問い合わせは、お電話かインスタのDMで

音色こずみっく

リトミック研究センター認定教室

1ヵ月3回まで
1回1,000円で体験しよう!

新コース! どれみフレンズ@ピアノは2歳~お受けしています! 3歳クラスまでは、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歳クラスより鍵盤いしやはめこみ図形で指先が器用になり、小学生クラスでは音楽をツールに考察力・創造力を育み、筋肉を第六感覚として自由に使える身体を獲得していきます。

当日入会の方
入会金100%OFF!!
リトミックバッグプレゼント!

Tel 080-6265-7789(講師:黒崎)
[東睦教室]岡山県岡山市南区東睦
[倉敷教室]土曜[上富井公民館]岡山県倉敷市上富井5849
[野田教室]岡山市北区野田2-13-8 野田パークビル3F-4F
@otiorocosmic
音色こずみっく 検索 3ヵ月から入会可能です

運船建設モデルハウス「木美の家」

無料で宿泊体験してみませんか?

倉敷市西中新田に位置する「木美の家」は、「健康で快適に暮らす家」を実現させた運船建設のモデルハウスです。
この度、2024年1月18日(木)~2月29日(木)の木・金・土・日曜日限定で、1日1組限定の宿泊体験を行います。3年以内に新築を建てたいとお考えのご家族さま、家を建てる前に一度、シミュレーションをしてみませんか?
皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

予約制
2024.1/18(木)→2/29(木)
木・金・土・日 限定

運船建設モデルハウス「木美の家」
岡山県倉敷市西中新田79-6
お電話でのご予約・お問い合わせ
0120-086-422
Tel 086-422-1143
※詳細についてはHPをご確認ください

キッズラインベビーシッター まゆ先生

事前面談があって安心/
岡山のベビーシッターサービス登場

ママの日常のどんな小さなSOSにも応えてくれる心強いベビーシッターサービスができました。
事前にお子さまの性格や体調など面談でお伺いするので、ママもお子さまも安心して利用できます。
幼稚園の送迎、仕事が休めない時、ゆっくりお昼寝した時など気軽に利用してみてくださいね。
対応可能年齢2歳~ ●幼保無償化対象
【ご利用料金】1時間2,000円(税別)

★初めてご利用される方限定★
1時間 1,500円(税別)

永田真由(岡山のベビーシッター)
●保育歴7年
●幼稚園教諭二種免許状
●ACSAベビーシッター研修終了
イヤイヤ期のプロです。イヤイヤ期お任せください!
@mayu_baby_sitter

HUG HUG

子育てファミリー必見!

おすすめセレクション

岡山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!
ぜひ利用してみてください!

COSTCO FAIR開催!

1/13(土)~14(日)

新年もおトク満載!
コストコ特選はコレ!
Check!

2024年もトクを
ご愛顧ください。
ありがとうございます。
2024年もトクを
楽しくお願ひ致します。

HAPPY NEW YEAR! YEAH!

年末年始 営業のご案内
休業期間 12/31(日) 1/3(水)
営業開始 1/4(木) 10:00~

LINE公式アカウント
はじめました!

HAPPY NEW YEAR SALE
1/13(土)~21(日)

同時開催
IMPORT SHOP TREND
営業時間 10:00~18:00
TEL.086-281-3741

SEINE JOIEN セーヌ ジョア

子どもと通えるサロンで
もっと気軽に香育しませんか?

出産後の肌荒れ、大人ニキビ、シミ、アロマセラピーによるリラクゼーションなどママのお悩みに優しく寄り添うサロンがOPEN。
自然の香りの効能に注目して、お子さまと一緒に楽しく香りの知識を学ぶワークショップも人気♪アレルギーにお悩みの方にはファスティングカウンセラーのオーナーが食事・腸内改善のアドバイス。あなたの身体を元気にするお手伝いをします。

アロママスト&アロマリストケース
1個 3,000円(税込)

岡山県岡山市南区藤田724-117 1F
◎(月~金曜)10:00~17:00
(土曜)10:00~15:00
◎日曜・祝日
ワークショップ予約受付中!
☆ご予約は公式LINEから

国立吉備青少年自然の家

体験の風をおこそう!

吉備高原の豊かな自然の中で、自然とふれ合ったり、仲間との関わりを深めたり、様々な自然体験活動を楽しみませんか?

【主な活動プログラム】
ハイキング、乗り物遊び、キャンプファイヤー、野外炊事、カッター活動(※年齢制限あり)、川遊び、ウーリーのぼうろひんぼろ(アスレチック)

※令和6年4月より、施設使用料金の改定があります。詳細は、ウェブサイトをご覧ください。

【国立吉備青少年自然の家】
Tel 0866-56-7232
岡山県加賀郡吉備中央町吉川4393-82
kibi-suishin@niye.go.jp
http://kibi.niye.go.jp
※詳細についてはHPをご確認ください

いろいろとridori

倉敷市林に0歳からの
リトミック教室がオープン!

いろいろとridoriでは、コーチングの資格を持つ講師が「楽しみながら音楽的能力だけでなく、非認知能力もぐんぐん伸ばしていく」リトミック教室です。
乳幼児期は特に人間性の基盤が出来上がる大切な時期。0歳からのベビークラス、てくてくクラス、らんらんクラスに分かれた異年齢リトミックで表現力や想像力、判断力、コミュニケーション能力、身体のコントロールなどあらゆる力をリトミックを通して楽しく育んでいきます。

元小学校の音楽の先生の子どもに楽しくレッスンを進めていきます。

岡山市倉敷市林144-1
◎10台
@irooto_ridori

おかやまフォレストパーク ドイツの森

ウィンターイルミネーション2023
~#大きな森のプラコから光の旅へ~

ドイツの農村をイメージした線に囲まれたテーマパークです。園内では芝滑りやゴーカート、足湯ボートのほか、SNSで話題!!高さ10mの大きな森のプラコも楽しめます。また、ジャージー牛の乳しぼり体験、カンガルー、アルパカ、ヤギ、ポニー、ミニブタ、ウサギ……そして新しく仲間入りしたカピバラとの触れ合い体験もでき動物好きの子どもにはたまらない経験に。楽しいイベントも盛りだくさん!

開催中~2024年2月12日(月曜)

岡山県赤磐市仁堀中2006
Tel 086-958-2111
◎(平日)10:00~17:00(土・日・祝)9:30~18:00
◎水曜 ※祝日、GW、お盆、正月を除く
◎2000台 ◎ドイツの森 岡山 検索
@doitsunomori f:doitsunomoriofficial

飛竜

岡山県を代表する行列のできる
有名ラーメン店の味を再現!

飛竜では、多くのラーメンファンから愛される地元名店の味わいをご家庭で手軽にご賞味いただきたいと考え、倉敷市の人気ラーメン店「ハトコンラーメン 倉敷新栄」のハトコンラーメンとのコラボレーション商品と、【ミシュランガイド岡山2021】において、「ミシュランプレート」を獲得した津山市の人気ラーメン店「麺屋大輔」のとんこつラーメンとのコラボレーション商品、2品を開発しました。
岡山県内を中心としたスーパー・量販店にて発売中です。

希望小売価格:498円(1パック2食/税別)

岡山県岡山市北区掛川941-1
Tel 086-293-1171
http://www.hiryumen.co.jp

こどもふくminminmo

子育てママに大人気のminminmoが
北区青江にリニューアルオープン!

「うまれたその日からおしゃべり」をコンセプトに、2児のママでもある店長がシンプルでナチュラルな「本当にかわいい」だけを集めた輸入子ども服のセレクトショップ。
服に合わせた可愛い小物も充実♡現役ママの目線で、着やすさにもこだわった0歳~5歳頃(サイズ60~120cm)の子ども服専門店。月に1回、親子で楽しめるワークショップも開催しています♡

岡山県岡山市北区青江1-6-26
Tel 050-3479-2142
◎(平日)10:00~16:00(土曜)10:00~15:00
◎木曜・日曜・祝日(不定休あり) ◎2台
lit.link/minminmo @min_min_mo
詳細はインスタグラムをチェックしてみてください

Arrows体操教室

2歳から通える体操教室
プロのスポーツトレーナーの指導で「やり抜く力」を育てます!

「多くの子どもたちの未来の可能性を拡げたい」という想いのArrowsは、幼少期の教育について重要な6要素「好奇心」「積極性」「自信」「めげない心」「協調性」そして成功している人に共通する力として近年注目されている「やり抜く力」を習得できる体操教室で、**カッコいい**子どもたちを育てます。
プロアスリートのトレーニング指導も行う教室だからできる指導項目で、子どもたちの「やりたい」を引き出します。

倉敷・玉島教室 共通お問い合わせ
086-523-5582

無料体験会なども行っておりますので、お気軽にお問い合わせください
[Arrows 玉島教室] 岡山県倉敷市玉島阿賀崎1-10-1(玉島交差点・体育館)
◎火曜(18:00~18:50) ◎2歳~小学6年生
[Arrows 倉敷教室] 岡山県倉敷市玉島長尾3070(倉敷スタジアム)
◎火曜(15:00~15:50/16:00~16:50) ◎2歳~小学6年生
◎水曜(16:00~16:50) ◎未就学児/(17:00~17:50) ◎小学生クラス

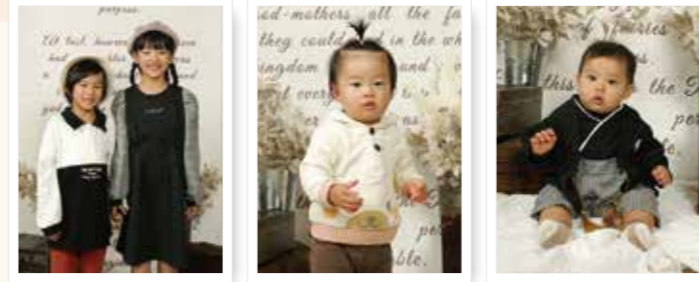
丸五オンラインショップ

防水キッズスニーカー
ランランRAIN

防水 速乾 汚れにくい

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

雨の日が楽しくなる「ランランRAIN」
スニーカーデザインの子ども用レインシューズ。縫い目のない一体成形なので水が染み込みません。雨の日の登校や水辺のレジャーなど、靴の汚れが気になるシーンにご利用いただけます。お手入れは水でサッと流すだけです。ママにも嬉しい「超お手軽シューズ」です!



ELJ
SOLAR CORPORATION INC.
ELJソーラーコーポレーション株式会社

presents

HUG HUG × FOSSETTE

参加者
写真
発表会

無料 / HUG HUG

写真撮影会

2023年12月3日(日)にアリオ倉敷で開催された
HUG HUG 無料写真撮影会イベントの
お子さまたちのかわいい写真をご紹介します!!

無料写真撮影会のお知らせ

今回は、1/21(日)にイオンモール倉敷(1F セントラルコート)にて
開催します。詳しくは、31ページをチェック!!
最新情報は、ホームページやInstagramで発表いたしますので、
ぜひとも家族揃ってご参加ください。





歯科 小児歯科 歯科口腔外科 矯正 訪問診療

ALOHAごうだ歯科

6ヵ月以上歯科に行っていない方、ぜひいらしてください!

歯医者は何年も行かれていないあなたへ

歯医者は怖い、苦手、行く時間がないあなたへ

お子様やご家族の歯の大切さを伝えたいあなたへ

香川に3医院と保育園を運営するごうだ歯科グループ、岡山初上陸!

1 ミッション
「歯科医療を通じて、地域を豊かにする」

2 ビジョン
「赤ちゃんからお年寄りまで、安心して通院できる総合歯科医院、安心して勤務できるのは当たり前で、「働きがい」を重視し、人生における「仕事」の価値を高める、そして、スタッフ一人ひとりが輝く歯科医院となる」

3 保育士常駐
治療中、お子様の託児も安心
ご予約不要、無料お預かり

4 各々の患者さんに合わせたオーダーメイド治療



- 広々駐車場 20台完備!
- ワンフロアのバリアフリー
- エレベーター完備!
- ファミリールーム完備!
- 最新設備完備!

※お子様と一緒に入れる、キッズコーナー併設の広めのお部屋です

ごうだ歯科グループでは子どものむし歯を増やさないため様々な治療や取り組みを行っています。



小学6年生までを対象に治療経過記録や歯についての大事なことなどが書かれた「ゴーゴ-ごうだキッズクラブ」初診時に無料でお渡ししています。



お子様の健康な発育を望むあなたへ

ひとつでも当てはまる項目がある方は、ぜひ、ご相談ください。

- 歯並び(ルックス)が気になる
- 目立たないように矯正したい。
- お口がぼかんとあいている。
- アトピー、虚弱体質、鼻炎。
- なるべく費用をかけたくない。



ごうだ歯科の小児健康矯正なら8歳までの早期治療で、とりはずし式の装置だけで、安く治る可能性が高い、しかも、健康になる!!

永久歯がきれいに並ぶかどうかは5、6歳の下前歯の生え変わりの時期に決まります。8歳以降まで放置すると、小さいあごは広がりにくくなり、永久歯を抜いて、固定式装置での高額な治療が必要になります。



理事長 合田 大亮 より

皆さんは、歯科医院にどんなイメージをお持ちでしょうか? きつと不安だらけの中、勇気を振り絞ってお越しになっていることと思います。ごうだ歯科は歯医者のマイナスなイメージを一つからでも変えていきたい、皆さんが「ごうだ歯科ならきつと何とかしてくれる。」と安心して来て頂ける、地域の総合歯科医院を目指しております。



院長 比嘉 亮太 より

皆様にとって歯医者とはどのようなイメージでしょうか? 怖い、行きたくないなどマイナスのイメージが強いと思います。私が一番に心掛けているのは1人ひとり合った気遣いのできる治療です。全ての人が違うようにお口の中も違いますし、歯医者に来る思いも違うと思います。1人ひとりに寄り添いながら治療を進めて、その人が理想とするお口と一緒にゴールできればと考えています。

受付時間 am9:00~pm12:30 土曜の午後はpm2:00~pm4:00
pm2:30~pm7:00 <休診日> 水曜、日曜、祝日

メール mingleatsushi17@gmail.com

tel.086-363-1881

岡山市南区新保661-1 (KFC岡山新保店横)

https://gouda-aloha-dental.com

お電話 または web予約



なら 上記QRコードより24時間受付

矯正・インプラント オンライン相談



TOTAL STUDIO
FOSSETTE

おかげさまで90周年! いつもご愛顧頂きありがとうございます
下中野店・倉敷店は**1月2日**から営業!

90th Anniversary

お年玉 キャンペーン

お宮参り・百日記念・お誕生日・
ハーフバースデー・マタニティ

好きな衣装1着

無料!

撮影画像データ
(通常料金 3,500円)

1カット付

ご兄弟・姉妹
ご家族での撮影

無料!

▲ 上記すべてセットで
ご主役お一人

900円

※ 撮影画像データ10カット付き 9,900円のプランもございます。(お一人撮影のみ) ※ お誕生日撮影は12歳までのお子様対象です。 ※ お子様用の足袋は衛生管理上お持ちいただくか550円で販売となります。
※ 撮影画像データはフォセットオンラインシステムでご利用いただけるデジタルクーポンでのお渡しとなります。 ※ 別途商品代金。 ※ 別途ヘアメイク代金。 ※ プリントは1枚3,500円〜ご用意がございます。 ※ お一家族につき1回のご利用となります。

年の初めはみんなで家族写真!

ファミリーフォト

開催期限: 2024年1月2日~15日まで

※ 私服での撮影となります。 ※ お一家族につき1回のご利用となります。
※ 商品はフォセットオンラインシステムでご利用いただけるデジタルクーポンでのお渡しとなります。

2Lサイズ写真1枚 (フレーム付)

2,222円

単品データ販売 2カット分

4,444円

新春限定! 撮影料金込みの選べる4プラン

アクリルスタンド

3,333円

キャンバスプリント (15×15cm)

5,555円

TOTAL STUDIO
FOSSETTE トータルスタジオ フォセット

www.fossette.jp

下中野店 火曜定休
Tel.086-242-0753
岡山市北区下中野357-103 [ゆめポイント有]

倉敷店 火曜定休
Tel.086-426-5753
岡山県倉敷市田ノ上1125-1 [ゆめポイント有]

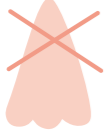
まずは簡単WEB予約!

24時間いつでもご予約OK!

予約変更も無料で承ります!

最新の矯正で成長をサポート

Let's check! お子さまに当てはまる症状があったら要注意! 歯並びのチェックを受けましょう。

<input checked="" type="checkbox"/> 鼻が詰まって口呼吸になりがち 	<input checked="" type="checkbox"/> 唇を噛むクセがある 	<input checked="" type="checkbox"/> いつも口が開いている 	<input checked="" type="checkbox"/> くちゃくちゃと音を立てて食べる 
<input checked="" type="checkbox"/> ツバなどを飲み込むとき、顎や口の周りにしわができる 	<input checked="" type="checkbox"/> しゃべる時に舌が出る 	<input checked="" type="checkbox"/> 食べ物を口の中に溜め込んでなかなか飲み込めない 	<input checked="" type="checkbox"/> いびき・歯ぎしり 

無料 子ども歯並び説明会開催!!



①1/13(土)9:00~ ②1/20(土)14:00~

乱れた歯並びや悪い噛み合わせは、顎の骨が正しく成長できていない結果だということをご存じですか? 歯並びを悪くする原因や、**マウスピース矯正**について気になる方は、ぜひご参加ください。

どなたでも参加OK!
お申し込みはこちら



ぜひ気楽にご参加ください

- ・いつから始めたらいい?
- ・費用は?
- ・針金と何が違うの?
- ・どこで治療を受けようかな...
- ・目立たない矯正を受けたい
- ・痛くないかなあ...



Let's
マウスピース!

子どもたちに夢を! 岡山ワイズ小児・矯正歯科は、ファジアーノ岡山サッカースクールを応援しています。



日本小児
歯科学科
専門医

日本小児
口腔発達
学会理事

日本小児歯科学科認定
歯科衛生士
複数名在籍

Okayama Y's
岡山ワイズ小児・矯正歯科

子どもが変われば
未来が変わる



電車が走る歯医者さん

はぐくみ

HAGUKUMI BABIES

岡山ワイズベビー教室



今しかできないこと、今だからこそできることを一緒にしていきませんか?

0~3歳を対象とした“初めての習い事”親子で楽しく参加しませんか?

おだし教室

今日からすぐに実践できる
おだしの秘密、聞いてみませんか?

★1月23日(火)開催!

時間	①10:00~ ②11:00~	お土産付きです!		
費用	1,500円(当院患者様) 2,000円(当院患者様以外)			
講師	熊原 美香(食育インストラクター)			

岡山中央卸売市場・老舗乾物屋の嫁で男の子2人のママです。忙しいママでも簡単に、誰でも失敗なくできるおいしいおだしについて伝えています。食育インストラクター。

ベビーマッサージ

「柔軟性」「バランス感覚」
「姿勢」を整えよう!

★1月24日(水)開催!

時間	① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~	バスタオルをご持参ください。		
費用	1,000円(当院患者様) 1,500円(当院患者様以外)			
講師	白神 麻衣子(ベビーマッサージ講師)			

元幼稚園の先生、3姉妹のママ。親子のコミュニケーションの基礎であるベビーマッサージ、ファーストサインの講師、煎茶教室の師範もしています。赤ちゃんにももちろん、ママにも幸せな時間を過ごしていただき、「子育てって楽しい」と感じてもらうことを大切にしています。

要予約 日程の詳細、ご予約、お問い合わせはお電話で。検診のご予約も一緒に♪



目立たない矯正	マウスピース矯正	歯科用3Dスキャナー	むし歯予防と健康増進	ベビー歯科教室
				

一緒に輝くスタッフ募集中
ブラックがある方、パート希望の方も、まずはご連絡を! 歯科医師、歯科衛生士、医療事務を募集中です。

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

岡山ワイズ歯科 検索

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

Instagramをご覧ください。



HUG baby
PHOTO STUDIO
たくさんのご応募
ありがとうございました♪

ご出産誠におめでとう
ございます!

赤ちゃんの
【はじめての一枚】
プレゼント!

イマすぐ
こちらを
チェック!



<p>ゆかりちゃん(2歳)</p>  <p>シャボン玉キレイだったね また遊ぼうね</p>	<p>快成(かいせい)ちゃん(11ヵ月)</p>  <p>これからも一緒に成長していこうね! 大好き!</p>	<p>飛替(ひすい)ちゃん(1歳)</p>  <p>連絡〜!! 電車好きすぎて作り出したポーズ!!</p>	<p>大和(やまと)ちゃん(2歳)・芽彩子(めいこ)ちゃん(3歳)</p>  <p>最高の笑顔♡のびのび育ててね!</p>	
<p>美結(みゆ)ちゃん(1歳)</p>  <p>1歳のお誕生日おめでとう! これからも笑顔のみゆでいてね♡</p>	<p>心都(こと)ちゃん(2歳)・すずちゃん(3歳)</p>  <p>お花み〜つけた!</p>	<p>碧斗(あおと)ちゃん(2歳)</p>  <p>初めて行った北海道楽しかったね! また行こうね!</p>		
<p>琉聖(りゅうせい)ちゃん(9ヵ月)</p>  <p>毎日可愛い笑顔を見せてくれてありがとう♡元気に大きくなってね!</p>	<p>翠(すい)ちゃん(10ヵ月)</p>  <p>たちができてうれしいね! 楽しいこといっぱいしようね♡</p>	<p>海音(かのん)ちゃん(11ヵ月)</p>  <p>毎日ちっちゃな怪獣として我が家を楽しませてくれて、ありがとう。</p>	<p>碧翔(あおと)ちゃん(9ヵ月)</p>  <p>ハロウィンでかぼちゃになったよ♡</p>	<p>聖椰(せな)ちゃん(9ヵ月)</p>  <p>新車をゲット☆ いつも可愛い笑顔とありがとう♡</p>
<p>うみちゃん(3歳)</p>  <p>お友達に「いっしょにあそぼう」と誘えるようになったよ。</p>	<p>みゆちゃん(9ヵ月)・ゆいとちゃん(3歳)</p>  <p>フェリーで行った北海道旅行! 楽しかったね♡</p>		<p>稜久(りく)ちゃん(9ヵ月)</p>  <p>これからも笑顔いっぱい元気にすくすく育ててね♡</p>	<p>詩織(しおり)ちゃん(10ヵ月)</p>  <p>これからも楽しく過ごそうね。 大好き♡</p>
<p>朔楽(さくら)ちゃん(3歳)</p>  <p>お父さんに前髪切ってもらいました〜!</p>	<p>実紅(みく)ちゃん(1歳)・芽依(めい)ちゃん(3歳)</p>  <p>仲良く一緒に歯磨き☆☆</p>	<p>桜来(さくら)ちゃん(1歳)</p>  <p>メリークリスマス♪今年もサンタさん来てくれるかな?</p>	<p>望未(みみ)ちゃん(2歳)</p>  <p>おふざけさんなみみちゃん! みんなのムードメーカー♡</p>	<p>大晟(たいせい)ちゃん(1歳)</p>  <p>1歳のお誕生日おめでとう! いっぱい食べる君が大好きだよ♡</p>

TOTAL STUDIO FOSSETTE "好きがきつとみつかる" トータルスタジオ フォセット

下中野店 086-242-0753 岡山県岡山市北区下中野357-103

倉敷店 086-426-5753 岡山県倉敷市田ノ上1125-1

創業90周年

まずはご予約! ネット予約なら24時間いつでもOK! 予約変更も無料で承ります!

今すぐGO!

完全予約制

プリン料金(税別20%OFF)
2Lプリント 1枚 4,500円
B5プリント 1枚 5,500円
A4プリント 1枚 6,600円

※ご予約は撮影を希望される店舗へお願いいたします。※全イベント撮影用衣装・小物及び背景は店舗によって異なる場合がございます。※送料は880円お客様にご負担いただいておりますが、オンライン上で1万円以上(店頭は2万円)ご購入の場合は無料で発送させていただきます。※料金は全て税込表示です。

<p>あやとちゃん(3歳)</p>  <p>このお口(笑)シャボン玉に必死な顔が可愛かったよ♡</p>	<p>貴美代(きよ)ちゃん(7ヵ月)</p>  <p>ばばとママの元に生まれてきてくれてありがとう♡</p>	<p>永翔(えいと)ちゃん(3歳)</p>  <p>警察のバイクに乗ってみたいよ!! カッコいいでしょ</p>
<p>美友菜(みゆな)ちゃん(2歳)</p>  <p>ドレス着て2歳の誕生日撮影☆ これからも元気に大きくなってね♡</p>	<p>想真(そうま)ちゃん(4ヵ月)</p>  <p>そうま♡ すくすく大きくなってね!</p>	<p>詩(うた)ちゃん(10ヵ月)</p>  <p>色々な表情をみせてくれるようになりました。毎日癒されているよ。</p>
<p>優海(うる)ちゃん(1歳)</p>  <p>ねえねが大好き♡ いつも元気でいてね♡</p>	<p>希帆(きほ)ちゃん(3歳)</p>  <p>七五三おめでとう♡</p>	<p>陽仁(はると)ちゃん(1歳)</p>  <p>無制限あそびたのしかったー!</p>
<p>優(ゆう)ちゃん(1歳)</p>  <p>かんぱ〜~~~~い!!</p>	<p>晴大(はる)ちゃん(2ヵ月)</p>  <p>お散歩いっぱいしたね☆ すくすく大きくなあれ☆</p>	<p>絃巴(いと)ちゃん(2歳)</p>  <p>安富牧場にてピクニック♪ ジェラート美味しかったね♪</p>
<p>絃歩(いとほ)ちゃん(1歳)</p>  <p>新見のキャラクターとニコリはいチーズ!</p>	<p>百花(ももか)ちゃん(2歳)</p>  <p>753前撮り頑張ったね♪</p>	<p>明佳(あすか)ちゃん(3ヵ月)</p>  <p>祝100日! すくすく育ちますように……☆</p>

HUG HUG 2月号(1/20発刊)に掲載される
0歳~3歳の赤ちゃん写真を募集中!

2月号の写真をお送りいただいた方全員に

「トータルスタジオ フォセット下中野店・倉敷店」で使える
2Lサイズ写真(台紙付き)プレゼント券

「クリエイティブスタジオ イノセンス間屋町テラス店」で使える
5,000円OFFチケット
をセットでプレゼント!!

※ご応募の際に必要な情報が抜けていた場合はお送りできませんのでご了承ください。

2月号 写真募集中!

掲載ご希望の方は、写真を添付の上、下記メールアドレスまで
①保護者様のお名前、②住所、③電話番号、④赤ちゃんのお名前(ふりがな)、⑤撮影時の月齢(1歳未満)または年齢(3歳以下)、⑥赤ちゃんへの一言メッセージを添えてご返信ください。
抽選で50名様を、誌面に掲載させていただきます。

✉ baby@hughug-town.com
※次回応募期間は12月末までです

深層心理 3択テスト

下の3つの選択肢から、あなたの行動や考えに最も近いものを選んでください。あなた自身も知らない深層心理が分かる……かもしれません。
(学術的な裏付けがあるわけではないので、あくまで軽い占い程度にお考えください)

あなたは誕生日に、仲の良い友人から時計をプレゼントされました。
あなたはそれを大変気に入って、これから一生大切にしようとして心に決めました。
それはどんな時計でしたか？ 下の3つの選択肢から一番近いものを選んでください。
(結果はABCそれぞれのQRコードを読み込むかp48で確認できます)

A

ネジと歯車で作動する
アンティークな懐中時計



B

長針と短針だけが付いた
アナログ式壁掛け時計



C

電波受信機能で時間が正確な
最新式デジタル置き時計



クロスワードパズル

タテのカギ

- 肉は「牡丹」と呼ばれる
- オセアニアの共和国。かつては世界一裕福な国だった
- 神様に手を出すと受けるもの
- 泥棒捕らえて〇〇をなう
- カブトガニの繁殖地がある市
- 1〇〇〇=約2.5cm
- 毒蛇に噛まれた時に注射する透明な液体
- 頭が三角形の沖縄の毒蛇
- 「蛙の子は蛙」は何のせい?
- アイヌが敬う霊的存在。動物の姿を借りて姿を現す
- 「詔」←何と読む?
- 夏が旬の「イカの王様」
- アフリカのサルの仲間。顔の派手な模様が特徴
- 「好敵手」と書いて…
- 人の血を吸う小さなハエ

ヨコのカギ

- 体長40cmほどのブリの若魚
- 日本で4番目に多い苗字
- 重さと頭の良さは関係ない
- 蒲鉾に山葵を添えたつまみ
- プライバシー権と対立する権利
- スープなどにして食べる人も
- 古墳は昔の偉い人の〇〇
- 三重の県魚は〇〇エビ
- 大根より丸くて辛い
- レアとウェルダンの中間
- 英語だとdark blue
- 「花魁」←何と読む?
- 2割は常に怠けている?
- DIYで庭に掘る人も
- ドアを開ける時に回すもの
- 愛媛県の市。しまなみ海道やタオル生産が有名
- 砂漠化⇄〇〇〇〇
- 症状に合わせて飲む風邪薬

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

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

はなふさこどもデンタルクリニック HANAFUSA KODOMO DENTAL CLINIC

栄養士による離乳食教室

日時 1月23日(火) 10:00～

申込 ※感染対策のため、**完全予約制**になります。
事前に予約のお問い合わせをお願いいたします。(TEL:086-265-2050)

場所 はなふさこどもデンタルクリニック(駐車場あり)

内容 ○お口を育てる離乳食
○赤ちゃんの体と栄養

対象 離乳食開始予定の方や離乳食を進めていっている方、
妊婦さんも大歓迎です。

参加費 500円




親子で楽しく定期検診♪

「お子さんと楽しく歯科検診に通いたい」「泣いてしまいそうで歯科受診が不安」という方にもおすすめ♪
平日の午前中に保育士によるイベントを行っています。
検診で来院してくださるみなさんに楽しく通っていただけるように
歌やふれあい遊び、絵本の読み聞かせなどを毎月テーマを変えて行っています。

日時 1月16日(火)・1月30日(火) 9:30～/10:30～
※初診の方は早めの来院をお願いしております。

申込 ※感染対策のため、**完全予約制**になります。
事前に予約のお問い合わせをお願いいたします。(TEL:086-265-2050)

場所 はなふさこどもデンタルクリニック(駐車場あり)

内容 ①保育士とイベント
手遊び、ペープサート、ふれあい遊び、絵本読み聞かせなど
(月ごとに内容が変わります)
②衛生士と定期検診(お掃除)

対象 何歳からでもOKです!






診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
8:40～11:30	○	○	○	×	○	○	×
14:00～17:30	○	○	○	×	○	○	×

【休診日】木曜日・日曜日・祝日

TEL:086-265-2050

〒702-8026岡山市南区浦安本町51-1
岡山駅より岡電バス岡南飛行場、浦安本町下車、徒歩2分

はなふさこどもデンタルクリニック

お越しの際は事前にお問い合わせください。




歯科医師ママの健康通信

vol.24

心身ともに健やかな笑顔を育てるニュースレター



あいうべ体操&ベロまわし〜ビューティフルバージョン♪〜

あいうべ体操やベロまわしは、口呼吸を鼻呼吸に戻す効果があります。感染予防、そして健やかな身体づくりやお顔、お口の発育に効果的なことは以前にもお伝えしましたが、この体操は美容にも効果があります。思春期の娘と楽しく続けるために作った動画もご紹介しますので、親子で楽しんでみてください。



「あ」のお顔は表情筋を大きく使ってフェイスラインを引き締める効果があるので、目とお口をしっかりと開けるのがポイントです。

「い」のお顔は口角を上げて綺麗なスマイルを作る効果があるので、左右の口角を上唇の上端まで引き上げ、上唇で歯肉を覆ったスマイルがポイントです。

「う」のお顔は、自然にお口を閉じる効果があるので、口をすぼめて前に突き出すのがポイントです。

「べー」のお顔は顎のたるみを解消して横顔を美しくする効果があるので、ベロを下へしっかりと伸ばすのがポイントです。

ベロまわしは舌の筋力アップだけでなくリンパの流れ、唾液の分泌が良くなり、**ほうれい線、二重顎の改善や美肌にも効果的です。**

動画と音楽に合わせて親子でやってみましょう♪



A 普通に飲むのは大丈夫ですが、飲ませ過ぎには注意しましょう。

子どもは活動量も多く、よく喉が乾きますね。飲み物としては、果物や野菜ジュース、乳酸菌飲料、炭酸飲料、スポーツ飲料などが挙げられます。これらの飲み物には、糖分がかなり含まれていて、糖が虫歯菌の餌になり虫歯菌の活動を活性化してしまいます。できれば糖の入っていないお茶やお水がおすすです。糖分入りの飲み物を飲む時はダラダラ飲むことは控えましょう。ダラダラ飲むとお口の中の酸性度が上がり、虫歯リスクの高い状態が続くことになってしまいます。

そして緑茶や牛乳の中には確かに歯に良い成分があります。緑茶には、カテキン、フッ素、フラボノール、カフェインなどが含まれています。カテキンは虫歯菌などの口腔内細菌を抑制、フッ素は歯の質を強化、フラボノールは口臭予防に良いのですが、カフェインは摂りすぎると睡眠を妨げ、その結果成長ホルモ

フリード歯科 院長
そやま せいじ
曾山 聖二 先生

平成17年 フリード歯科開業。
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「ぴっかりん☆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。

ンが分泌されにくくなるなど問題点もありますので、幼児期からの水分補給にはカフェインが入っていないものを選びましょう。

また牛乳に含まれるカルシウムは歯にとっても大切な栄養素です。他にも酸を中和させたり、プラークを付にくくしたり、歯の石灰化を促進したりすることも知られていますが、牛乳にも乳糖が含まれていて、寝る前などに飲むと虫歯菌の餌になる可能性もあります。また牛乳の飲みすぎはカロリーの摂りすぎにもつながります。年齢相応の1日の摂取量目安を守りましょう。カルシウムは小魚類、海藻類、乳製品などに含まれているので幅広い食品から摂取するようにしましょう。

フリード歯科
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。

ことばのめいろ(日記) スタートからゴールまでつづけてよんでみよう!

→ きょうはおおみそからせられました。みんないよいよおにかはとうにおしいれにかさゆさあにぐすけた、なたえり。すでにおきらせました。ほであうけずママ、どってでしにいくよてのてわおでんこりうす。がたしだまをもらっはでかましからやんはくぼ、でじうそおおでまとおらかでうもつちえきたれおちのじぶんのへやをかたづぎすぎで3マにいきまきっど。こじいいをきたいしてがゴりけてなす。kgマお。たしえてとうつあにえびにのたっばんミたたねらべたほとみくじはすきてポ5いさつう、なにももらをいあてまたしどパはんさくたラチスはきいにほっがてくなえはふとしつのみふパい。たしがシリトにます。ごかりでした。こを、まがちりと。っていまはつうをくしとお。たしましりだんどまいみもお。たしまべた、とるみぼだまがばんごはんはとしこしまぐうりとおぞうにをねました。でもたなをにさまべたをばそしんよりちせお、はんいで、とてぼのがだ、ししみなでお。たばんのをそとお、あがてのりまもくししみぼいたをがまきったつでとっうがましのじったなしかにみまなくお。ビらるてばけまよう。すないたつよいっにたなはでしのはのそれ、けいんどんっしいでとま。がうはかち。し1すたうかりのテとあよが、ねぱらったおしおうのがなもきいつ。どんまあとしがうといつのまにかねてしよたばかどともう →

赤ちゃん歯科
ハピリスベビークラブ

○対象：妊婦さん、0歳～3歳のお子様と保護者様
○日程：月1回 30～60分

お口の機能をより良く育てるためには、口だけ見ても良い結果は得られません。特に赤ちゃんの頃は、全身の発達の影響を大きく受けています。当院では、この時期に大切な3つのことを赤ちゃん歯科講座や個別相談でサポートしています。

- 授乳や離乳食の相談
- 姿勢や呼吸の育て方
- 歯磨きやむし歯予防

について、女性歯科医師が直接お話しします。

歯のお悩みを解決
無料歯並び相談

○対象：10歳までのお子様と保護者様
○日程：60分程度

岡山ワイズ
小児・矯正歯科監修

歯並びが悪くなる原因となる生活習慣や癖を改善し、本来の成長力を引き出すための歯並び相談です。当院で行っている筋機能トレーニングやマウスピースを使った小児矯正治療についてお話しします。

ベビークラブ・無料相談随時開催しております。お気軽にご予約ください。お電話またはネット予約にて受付させていただきます。

TEL : 086-243-9111 URL : <https://v3.apodent.jp/app/entry/759/wakedc/>

予約用 URL

和気歯科 一般・小児矯正歯科 ☎086-243-9111

〈診療時間〉9:00-13:00/14:30-18:00
※土曜は 9:00～17:00(昼休なし)
〈休診日〉水曜・日曜・祝日

〒700-0945 岡山市南区新保1318-10
<https://www.wake-clinic.com/>

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	-	○	○	○	-
午後	○	○	-	○	○	○	-

イオンモール倉敷 MaMaサークル

皆さまに愛されて12周年 毎週水曜日開催中!!

1月のテーマ 新しい年の始まりを感じよう

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! ぜひ遊びに来て下さいね♪

体験教室 1月10日 水

参加無料 定員:各回 親子15組 整理券配布なし

獅子舞もくろよ! 日本の伝統文化を体験しよう!

歴史絵本「せんごくでござる」の作者による日本の伝統文化を感じる歴史パフォーマンス。「傘まわし」に「どじょうすくい」など子どもたちも興味津々の演目。噛まれると1年を無事に過ごせると言われている獅子舞もやります。ぜひ親子で参加してね!

【時間】①11:00~11:30/②14:00~14:30
【講師】中本 侑希先生(戦国どじょうすくい)
【会場】専門店2階 キッズパーク



体験教室 1月17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

ふわふわの毛糸で作る! お花のスプリングリース

リース台にくるくる毛糸を巻いて、新春にふさわしい縁起の良いお花のスプリングリースを作りましょう。親子であたたかな時間をお楽しみください。

【時間】①11:00~11:30/②13:00~13:30/③14:00~14:30
【講師】浜畑 幸恵先生(Princess Rose Garden)
【会場】専門店2階 キッズパーク



体験教室 1月24日 水

参加無料 定員:各回 親子15組 整理券配布なし

寒さを吹き飛ばそう! 親子で楽しむパネルシアター

パネル布を貼った舞台に絵を貼ったり外したりして、歌やお話を展開していきます。豊かな先生の表情に子どもたちもくぎ付け♪一緒に歌って遊んで親子で笑顔になる時間を過ごしませんか? 小さなお子様でも楽しめるパネルシアターをぜひ体験してみてください!

【時間】①11:00~11:30/②14:00~14:30
【講師】パネルシアター トヤッポイ!
【会場】専門店2階 キッズパーク



体験教室 1月31日 水

参加無料 定員:各回 親子15組 整理券配布なし

驚き☆と感動☆! 親子でマジシャン体験

みんな大好き! マジックの世界。ママサークルにMr.ARTがやってくるよ! 不思議なマジックを真近で見られるチャンス。驚きが感動と笑顔になる瞬間をぜひ親子でご体験ください。

【時間】①11:00~11:30/②14:00~14:30
【講師】Mr.ART先生(マジシャン)
【会場】専門店2階 キッズパーク



各回定員30名様

仮装赤ちゃん大集合!!

参加募集 仮装テーマ:「お正月」

ハイハイレース in イオンモール倉敷

1月13日 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。[1/11(木)12:00まで]

親子でおでかけ ふらっと広場

時間 10:00~15:00 開催日 月2回 不定期開催

※開催日・場所に関しては、右記QRコードよりご確認ください。

気軽に遊びに来て下さいね。お待ちしております。

※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 familySite

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

魔法のキッチン

苦手なお野菜 おいしくな〜れ

さちこママの

今月のお料理 れんこんの照り焼きつくね



今回はれんこんと大豆に魔法をかけて、もっちりとした「れんこんの照り焼きつくね」を紹介します。見た目も食感も鶏肉で作ったつくねにソックリ! おせちの一品に加えていただいてもいいですし、たくさん作って冷蔵保存してお弁当のおかずにもオススメです。

れんこんは、風邪予防や美肌に効果があるビタミンCや、むくみ改善のカリウムのほか、抗酸化効果があるタンニンも含まれています。また、大豆はタンパク質が豊富で、ビタミンB1・B2や鉄分のほか、女性ホルモンのエストロゲンと似た働きをするイソフラボンが含まれています。

材料

- れんこん250gくらい
 - ゆで大豆(市販のもので可)150g
 - 菜種油少々
- 【Aの材料】
- 薄力粉大さじ4
 - 麩(手ですりつぶす)10g
 - 生姜すり下ろし10g
 - しょうゆ小さじ3
- 【たれの材料】
- しょうゆ大さじ1.5
 - みりん大さじ3
 - 水大さじ5
 - 葛粉(片栗粉でも可)小さじ1

作り方

- れんこんは皮ごとすり下ろす。
- ゆで大豆はポリ袋に入れ、すりこぎでたたいて粗くつぶす。
- ②に①のすり下ろしたれんこんとAを加えてよく混ぜ合わせ、小さなつくね形に整える(20数個できる)。
- フライパンに菜種油を入れて温め、③の両面をこんがり焼き、3個ずつ竹串に刺す。
- 小鍋にたれの材料をすべて入れて混ぜながらろみが付くまで加熱する。
- 器に盛り付け、たれをかけて、ハイ!できあがり!



レシプ考案

ホリスティックヘルスコンサルタント ナチュラルフードコーディネーター/栄養士 赤松 佐知子 先生

自然と調和した生き方を実践し、ヨガ講師、指ヨガマスターインストラクターとしても活躍中。アトピーに苦しんだ経験を活かして日々の食事を研究。「食べたもので体は出来ている」という思いから旬の野菜を使ったレシピを紹介。子どもに伝えたい母の味を豆知識と共にお届けします。

11月の MaMaサークル 思い出スナップ

MaMaサークルでの思い出の写真です

2023.11.1 楽に動けるカラダ作りを学ぼう

2023.11.8 だんご太鼓作り

2023.11.15 フェミニンケア アロマブレントオイル作り

2023.11.22 音楽に合わせてリズム遊び

パコちゃんのまちがいがし

みぎとひだりでまちがいを7つみつつけてね!(こたえはp48)

トータルスタジオ フォセットが
お子様のかわいい写真を無料で撮影します!!

無料 // HUG HUG 写真撮影会

日時 **1/21日**
 ① 10:00~11:00 ② 11:00~12:00
 ③ 12:00~13:00 ④ 13:00~14:00
 ⑤ 14:00~15:00 ⑥ 15:00~16:00
 ⑦ 16:00~17:00 (各回定員15組)

場所 **イオンモール倉敷**
 (1Fセントラルコート「第5回 HUG HUG 住宅フェア おうちの大相談会」内)



グランプリの
お子様の写真が
「HUG HUG」の
表紙を飾ります!!

撮影写真は全員
「HUG HUG」
3月号に
掲載します!!

事前予約締め切り
1/18(木)24:00



当日参加もOK!

詳しくは
ホームページをチェック

さらに! FOSSETTE SNS フォローで
その場で **撮影データ (1カット) をプレゼント!!**
 2/20発刊の「HUG HUG」3月号の表紙に!!

- お子様だけの撮影となります(兄弟一緒での撮影可)。小さなお子様で補助が必要な場合は、親子での撮影も可能です。
- グランプリに選ばれた方には、後日、誌面掲載時に必要なお子様のお名前などをお聞かせいたします。
- 当日の参加も可能ですが、事前予約をされている方が優先となります。定員に空きがない場合、別の時間帯になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

倉敷初開催! 今年こそNISA・iDeCoスタート!
子育て世代の貯金力アップセミナー

日時 **1/26日** 10:30~11:30
 定員 先着5名 受講料 無料
 応募締切 開催日の4日前
 対象 ママ(お子様連れ参加OK)
 場所 くらしき健康福祉プラザ (倉敷市笹沖180) 101研修室



- いろいろな物が値上がりして家計が心配
 - 教育・子育て資金を賢く貯める方法を知りたい
 - そろそろマイホームが欲しい...住宅ローンはどうしたらいいの?
- など、お金の不安や疑問がある方におすすめです。ご家族の夢を叶えるお金の話、一緒に学んでみませんか?

講師 **小中 順子先生**
 (ファイナンシャルプランナー/IFA)
 お金の相談窓口ファイナンシャルプランナーとして20年前から活躍。2人の子育て経験を生かした実用的でわかりやすいアドバイスに定評。資産運用セミナーや個別相談会を岡山中心に開催。



HUG HUG **ママスクール**
 ~お金のセミナー大集合~

今だからこそ知っておきたい
お金についてのあれこれを、お金のプロに学びます!

何かと出費が重なりがちな子育て世代。特に今は、先行き不透明で将来が不安な方が多いのではないかと思います。そこで、今月のママスクールは、お金に関する不安を解消する講座を集めました。

子育て世代専門のFPが教えるマネーセミナー
子育てママが始める教育費と老後のお金の貯め方

1/16日 1/24日
 両日10:30~11:30

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

定員 先着5名 受講料 無料
 応募締切 各開催日の4日前
 対象 ママ(お子様連れ参加OK)
 場所 南ふれあいセンター (岡山市南区福田690-1) 第1研修室

講師 **角山 大尚先生**
 (子育て世代専門ファイナンシャルプランナー)
 p31の「ちょっとためになるお金の話」でおなじみ。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。



来月からも、ママのためになる楽しい講座を順次開催予定です。興味のあるものがあればどんどんお申し込みください。皆様のお越しをお待ちしています!

FP角山の **ちょっとためになるお金の話** vol.32

2023年もまもなく終わりを迎えようとしています。残り少ないお年玉は、昨年同様にかかる納税がありますね。詳しくは、vol.29を確認してください。

また間に合いますが、注意点としてはワンストップ制度を選択し、申請書を送付する場合は翌年の1月10日(必着)になりますのでご注意ください。マイナンバーを持っていない方はオンライン手続きが可能です。

昨年2022年4月より高校の授業で金融教育が必須になりました。この背景には個人の「自立」が求められると思います。

今まで学校や両親からお金について学んだ方は少ないと思います。何もなくても会社勤めをするご給与も年々上昇しましたし、60歳から年金をもらっていたのでお金には困るということがなく、何もなくても良かったからです。

時代は変わり、定期昇給の廃止、年金も今は65歳からの給付になり、少子高齢化を考えると給付年齢の変更は大いにあります。

また、他にも物価の高騰、低金利、退職金の減少などをあげると昔に比べると住みにくい時代になったような気がします。

そういった時代背景の変化にあわせて我々も「自立」して行動することが大

HUG HUG特典 **無料相談は要予約**
角山先生と1対1で相談 (相談時間:1時間 無料)
 &
家計診断(ライフプラン)作成プレゼント

無料相談をご希望の方は、メールにて受け付けています。
 ①氏名 ②メールアドレス ③電話番号 ④ご希望の日時を明記し、「info@hughug-town.com」までお送りください。

角山 大尚
 約21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。

角山先生のセミナー好評開催中!! 詳しくはP30へ

家計管理は、毎日のお金の流れ(収支)をみる事です。家計簿が、一番わかりやすいと思います。

ライフプラン作成は先ず、お金のかかるイベントが多いと思います。それを逆算していつ、どのくらい必要かを把握でき、また、毎月の貯金可能額も分かります。マネープラン作成は資産形成です。右記のイベントに対して自分に合った金融商品を使用するイメージです。この時に税制優遇のあるNISAを利用するのは上手な使い方です。

① 家計管理
 ② ライフプラン作成
 ③ マネープラン作成

切です。生きていくための一つにお金は不可欠です。

どう行動するか? 大切なのは3つです。

2024年から新NISAスタート!
「貯蓄から投資へ」注意したい心構え4つ!

●日時: **2024年2月25日(日)** 13:30~15:30
 ●場所: まきび会館(岡山市北区下石井2-6-41)
 ●定員: 20名(無料/先着順)
 お申込み・お問合せ ☎ **0120-157-929**

今までのNISAどうすればいいの?
 iDeCo、企業年金、NISA、ほったらかしで大丈夫なの?

しっかり家計を管理して未来のあるべき姿を描く!
 HUG HUG世代のママが知っておきたい実践的なお金のスキルを学びます。

《講師》
 ライフプラン専門FP事務所
 有限会社Bean'sパートナー
渡邊 義政

運用損益別 顧客比率(共通KPI)
 2023年10月末基準
96.3%
 ※弊社損益が0%以上の顧客比率

Bean's Partner 有限会社 Bean'sパートナー
 岡山市北区西古松2-2-27 オム第1ビル2F

・中国財務局長(金仲)第72号
 ・所属金融商品取引業者等:PWM日本証券株式会社
 ・登録番号:関東財務局長(金商)第50
 ・加入協会:日本証券業協会
 一般社団法人 第二種金融商品取引業協会
 承認番号:231207-02

※本セミナーでは、金融商品に関するPR/勧誘を行う場合があります。
 ※金融商品等のご投資には手数料・リスク等がございます。ご投資の際は目録書や商品説明資料等、契約締結前交付書面を必ずご確認ください。

WEBでのお申込みはこちら



おひさまグループ

「おひさま」は、障がいがある方とご家族のより良い生活をつくるための支援事業です。

言語聴覚士 本部在籍の言語聴覚士が各事業所を訪問、相談対応することで、より専門性の高い療育を提供するサポートをしています。

- 放課後等デイサービス/日中一時支援事業
- 児童発達支援事業
- 生活介護・就労継続支援B型事業



おひさまPLUS 三浜事業所



★見学ご希望の方はお電話ください。→☎086-250-3684(担当:横井)

おひさまPLUS三浜事業所
生活介護・就労継続支援B型
岡山市南区三浜町2-18-24



おひさま岡山ドーム前事業所
放課後等デイサービス
岡山市北区今1丁目10-32
☎086-246-0808(担当:山田)

おひさま八幡事業所
放課後等デイサービス
岡山市中区高島新屋敷381-4
☎086-206-2766(担当:平澤)

見学等随時受付中

利用ご希望の方

スタッフ募集中! お申込み・お問合せ ☎086-805-8989(担当:丸山) ※面接場所・日時を連絡いたします。

◎20代・30代の女性中心/◎子育てママも活躍中/◎週休2日制(日・祝・他)/◎県内各地に事業所有

<p>1 児童発達支援管理責任者 ☐正社員 ☐月給25万円～30万円</p> <p>業務内容 新規開所の放課後等デイサービスにて児童発達支援管理責任者を募集いたします。利用者の個別支援計画作成や関係機関・家族との連絡調整等、利用者面談や指導員への助言・指導など……。障がいがある小学生～高校生を対象に、療育支援をお願いします。 令和4年3月に、「放課後等デイサービスおひさま 高島新屋敷事業所」を開所予定。開所後は、新規施設での勤務になります。</p> <p>時間 9:00～18:00</p> <p>資格 ①児童発達支援管理責任者 ②普通運転免許(AT車限定可)</p>	<p>2 保育士 ☐正社員・パート ☐月給20万円～21万円/☐時給1,000円～</p> <p>業務内容 障がい児通所施設 児童発達支援・放課後等デイサービスにおいて利用児の療育や指導訓練に携わって頂くお仕事です。</p> <p>時間 9:00～18:00</p> <p>資格 ①保育士資格 ②普通運転免許(AT車限定可)</p>	<p>3 児童指導員 ☐正社員・パート ☐月給19万円～20万円/☐時給1,000円～</p> <p>業務内容 障がい児通所施設 児童発達支援・放課後等デイサービスにおいて利用児の療育や指導訓練に携わって頂くお仕事です。</p> <p>時間 9:00～18:00</p> <p>資格 ①児童指導員の任用資格・教員免許・社会福祉士・精神保健福祉士・幼稚園教諭免許 ②普通運転免許(AT車限定可)</p>	<p>4 言語聴覚士・作業療法士・理学療法士 ☐正社員 ☐月給20万円～23万円</p> <p>業務内容 障がい児通所施設 児童発達支援・放課後等デイサービスにおいて利用児の療育や指導訓練に携わって頂くお仕事です。</p> <p>時間 9:00～18:00</p> <p>資格 ①言語聴覚士・作業療法士・理学療法士資格 ②普通運転免許(AT車限定可)</p>
<p>5 サービス管理責任者 ☐正社員 ☐月給25万円～30万円</p> <p>業務内容 【生活介護・就労継続支援B型のマネジメント】障害福祉サービスを提供する事業所において、適切なサービスが提供できるように全体的な管理を行って頂きます。またより良い職場環境の構築に努めて頂きます。 【支援プロセスの管理】利用者様それぞれの個別支援計画を作成し、計画に基づき適切な支援を行います。また行政や関係機関、その他の事業所との連携など。 【スタッフ(サービス提供者)への指導・助言】他スタッフへの指導・助言など</p> <p>時間 8:30～17:30</p> <p>資格 ①サービス管理責任者/②普通運転免許(AT車限定可)</p>	<p>6 看護師・准看護師 ☐正社員・パート ☐月給19万円～21万円/☐時給1,100円～</p> <p>業務内容 多機能型障がい福祉施設において、生活介護事業で利用者の健康管理や支援に携わって頂くお仕事です。 ※医療機関での看護師業務等は基本ありません。</p> <p>時間 8:30～17:30</p> <p>資格 ①看護師・准看護師免許 ②普通運転免許(AT車限定可)</p>		



訊き手
中川大
おかやま住宅工房
NAKAGAWA Futoshi

第四回

須浪亨商店
須浪隆貴
SUNAMI Ryuki



住まう空間、そこに暮らす時間が育み、手に馴染む「用の美」手触りある豊かさへの探究をめぐる対話集

- 第一回 備中和紙 丹下直樹 TANGE Naoki
- 第二回 倉敷本染手織研究所 石上梨影子 ISHIGAMI Rieko
- 第三回 倉敷ガラス 小谷栄次 KODANI Eiji



●「民藝を訪ねて」特設サイトにて公開中●

風土に学び文化をつくる

おかやま住宅工房

〒700-0853 岡山市南区豊浜町13-66
TEL:086-262-8020 FAX:086-262-8023

お問い合わせ専用ダイヤル
受付時間: 平日 9:00 - 17:00

0120-466-670

「民藝を訪ねて」特設サイト
<https://ojkobo.co.jp/folkcrafts/>

おかやま住宅工房
オフィシャルサイト
<https://ojkobo.co.jp>

Instagram
@okayama_jutaku_kobo



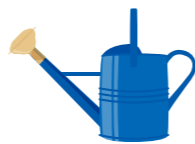
むすんでみよう



おなじなかまのものをせんでむすびましょう。



びょういん



じょうろ



かじ



おとしだま



おしろ



きっぷ



おしょうがつ



おうさま



はな



ちゅうしゃ



えき



しょうぼうしゃ



ひらがなをばんごうじゅんにならべるとひとつのことばがかんせいするよ。

Start: スタート

Goal: ゴール

1 は

2 つ

3 も

4 う

5 で

なんばんめ?

じゅんばん きちんと いえるかな



まえから **4ばんめ** のでんしゃの ○ にいろをぬろう

まえ ○ ○ ○ ○ ○ うしろ

うしろから **2ばんめ** までのフクロウの ○ にいろをぬろう

まえ ○ ○ ○ ○ ○ うしろ

まえから **あかいじてんしゃ** までの ○ にいろをぬろう

まえ ○ ○ ○ ○ ○ うしろ

なぞりがき れんしゅう

えんぴつで **S** から **G** まで
せんをかいてみよう。
はみださないようにうまくなぞれるかな？



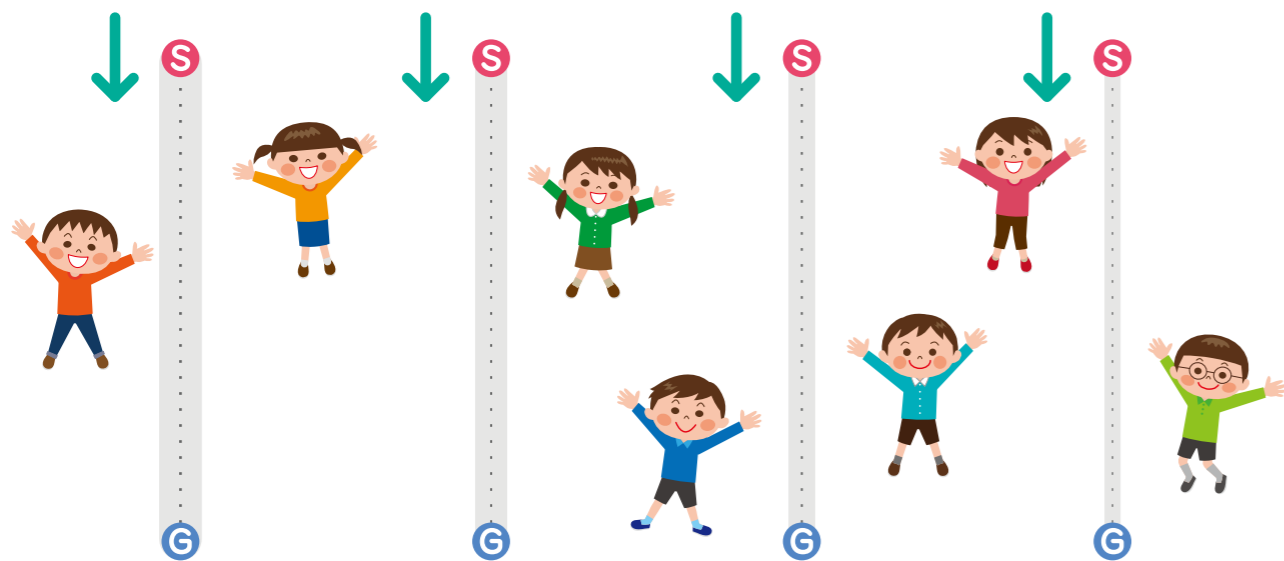
ひと おや
人さしゆびと 親ゆびではさみ
なか
中ゆびを そろえるようにする。

さき
えんぴつの 先から 2.5~
3センチメートルくらいの
ところをもつ。

ビー
やわらかい しんの Bか
ビー
2Bが つかいやすい。

すこ
えんぴつは 少し かたむける
ど
(55~60度くらい)。

こ
くすりゆびと 小ゆびは かるくまげて、
なか
中ゆびに そえる。書くときは 小ゆびで
かみ
紙をおさえる。



どけいの よみかた



いろいろなところに 時計があるね。
時計が読めると、時こくがわかるよ。

みじかい はり

なんじ なんぶん
「何時 何分」の
なんじ
「何時」を あらわす。
みじかい はりが
まわ
2しゅう 回ると、
じかん にち
24時間(1日)。

ほそなが 細長い はり

とけい
時計の 長い はりと、
みじかい はりの 間を、
まわ
回っている 細い はりは、
ほそ
「びょう」を あらわし、
ぶん
1分で 1しゅうする。



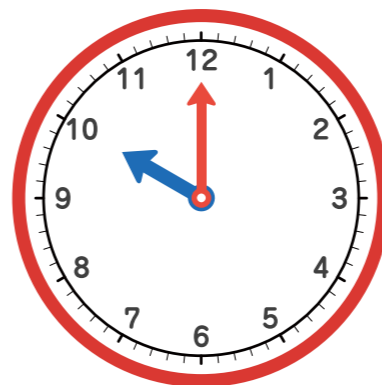
はりは みんな
みぎまわ
右回りに うごく。

なが 長い はり

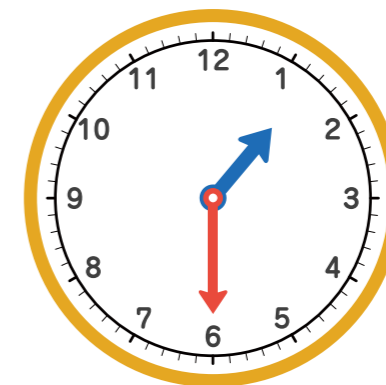
なんじ なんぶん
「何時 何分」の
なんぶん
「何分」を あらわす。
なが
長い はりが 1しゅう 回ると、
ぶん じかん
60分(1時間)。



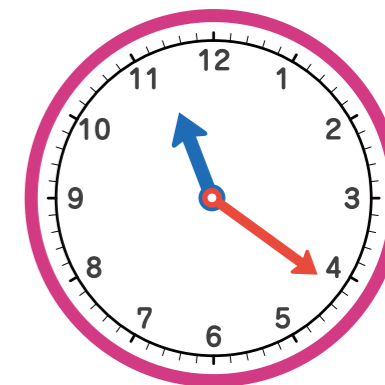
なんじ なんぶん
何時 何分か わかるかな？ とけい
時計を せいかくに よ
読んでみよう。



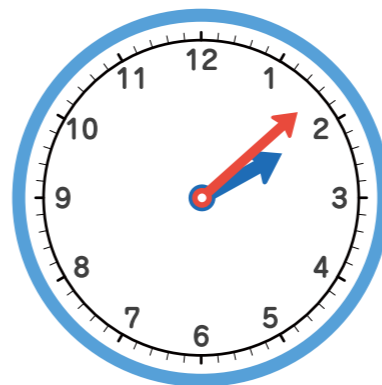
(じ ぶん)



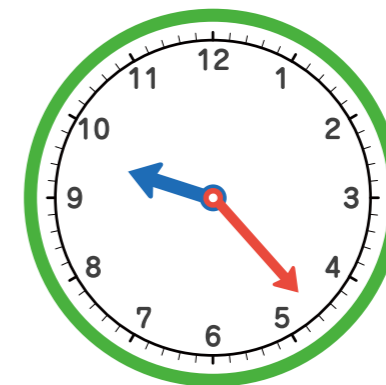
(じ ぶん)



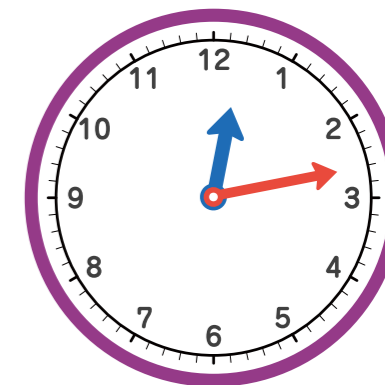
(じ ぶん)



(じ ぶん)



(じ ぶん)



(じ ぶん)

がみ
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。



1 はんぶん お お ゆ 半分に折って折り目をつけます。

2 しゃしん いち かい お 写真の位置で2回折ります。

3 さゆう しゃしん いち お 左右とも写真の位置で折ります。

4 さゆう しゃしん いち お 左右とも写真の位置で折ります。

5 しゃしん いち お あ 写真の位置で折り上げます。

6 しゃしん いち お あ 写真の位置で折り上げます。

7 うらがえ 裏返します。

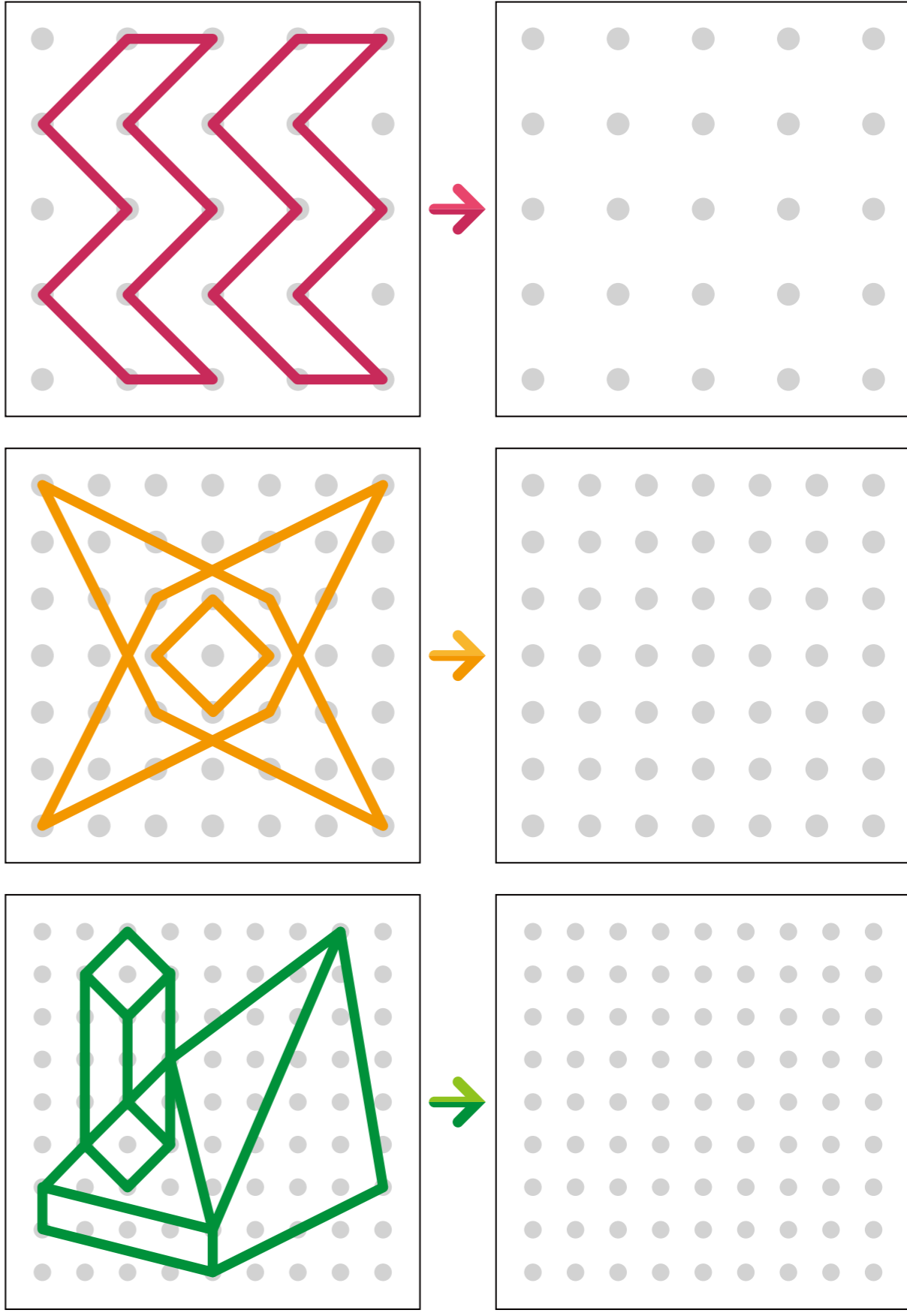
8 さゆう しゃしん いち お 左右とも写真の位置で折ります。

9 うらがえ かい か 裏返して顔を描いたら、ダルマの完成です。



グリッド てんつなぎ

ひだりのみほんをみて、みぎにおなじかたちをかいてみよう。
できたらおうちのひとにみてもらおう!



習い事写真 大募集
【締め切り】
2024年
1月8日(月祝)
24時受付終了

HUG HUG 2月号(1/20発刊)で掲載いたします♪

お子様が習い事を頑張っている姿の写真を大募集いたします。運動系・文化系は問いません。また、お子様への応援コメントも掲載いたします。ご応募お待ちしております。(対象0歳~12歳まで)
※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。

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「習い事写真」
メール本文に、①お子さまのお名前、②お子さまのお名前ふりがな、③お子さまの性別、④習い事の名前、⑤コメント(30文字程度)、⑥写真(1点)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



想(そう)くん(9歳) 体操
紬(つむぎ)ちゃん(10歳) ピアノ
湊斗(みなと)くん(12歳) 野球

※写真はイメージです

Q.7 中級 なぞなぞ

パンはパンでも
の飲み物のパンって
なーんだ?



家族みんなで楽しもう
HUG HUG なぞなぞ
～ 略してハグなぞ～

全部で何問、解けるかな? 答えは43ページだよ。

Q.8 中級 なぞなぞ

スケートリンクでつく
た食べられないお餅って
なーんだ?



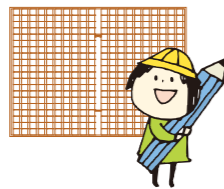
Q.1 初級 なぞなぞ

5本の瓶を使って
遊びそうな名前の
ゲームってなーんだ?



Q.9 上級 なぞなぞ

ひらがなでしか
作文を書けない虫って
なーんだ?



Q.2 初級 なぞなぞ

ふくはふくでも
あんこの入った美味しい
ふくってなーんだ?



Q.10 上級 なぞなぞ

ドンドンと10回叩いたら
出てきた食べ物って
なーんだ?



Q.3 初級 なぞなぞ

お酢のにおいが
ぷーんとする道具って
なーんだ?



Q.11 上級 なぞなぞ

汚れた空き缶を
ゴシゴシ洗ってそうなる人の
職業ってなーんだ?



Q.4 初級 なぞなぞ

真ん中にラメが入っている
食べ物ってなーんだ?



Q.12 超級 なぞなぞ

曲がった弓の矢が
多くありそうな
都道府県ってどーこだ?



Q.5 中級 なぞなぞ

世界中にいる
化け物ってなーんだ?



Q.13 超級 なぞなぞ

「ら」の字が添えられて
出てくる食べ物って
なーんだ?



Q.6 中級 なぞなぞ

学校の広場にいる
ペンギンってなーんだ?



<p>あおちゃん 冷えピタを自分で貼ってご満悦♡</p>	<p>みかん狩り 大好きなみかん自分で選んでたくさん食べたね! また行こう!</p>	<p>サンタさんに釘付け!!! サンタさんと興味津々! 今年も会えるかな? 会えるといいね♡</p>	<p>ゆうちゃん ドイツの森に行ってきたよ!!</p>
<p>あゆむ ななと仲良く遊んでね~</p>	<p>はっちゃん♡ おひさま気持ちいいね!</p>	<p>初めてのハロウィン ママがマントを作ってくれたよ♡ よし、いたずらに行こうぞ~!!</p>	<p>格好いい 初めて、クルーズに乗ったよ♡ 楽しかったね</p>
<p>鉄棒 握ってみた♪ ぶら下がるのはいつかな~♪</p>	<p>とられた~! お姉ちゃん、そこ僕の寝床!</p>	<p>七五三 プリンセス♡</p>	<p>赤ちゃん先生 高校に行って赤ちゃん先生してきたよー!</p>
<p>遊園地 メリーゴーランド楽しかったね♡</p>	<p>おさんぽ 3人で仲良くお散歩♡</p>	<p>3人でプリクラ ママとお兄ちゃんとおみんちゃんてプリクラ撮ったよ~♡</p>	<p>ツリーの下で 今年もたくさんイルミネーション見に行こうね♡</p>
<p>そうくん ノージーと一緒に工作したんだよ</p>	<p>けんちゃん 川上マルシェに行ったよ♡ パンイチくんかわいい~♡</p>	<p>こうた☆そうた 七五三参拝♡ こうた5歳そうた3歳おめでとう♡</p>	<p>miyu もうすぐ1歳! おおきくなっね♡</p>
<p>Happy Birthday 誕生日おめでとう♡ 笑顔いっぱい元気に育ってくれてありがとう♡</p>	<p>王子動物園のゾウさんと☆ 乗り物もいっぱい乗ったね! 観覧車の一人乗りは楽しかった!</p>	<p>ゆったん♡ ハッピーバースデー!! 初めての誕生日♡ すすく元気に育ってね</p>	<p>みなと 初めての海遊館♡ ペンギンたくさんいたね!</p>
<p>1歳を目前にたくさん歩けるようになったよ!</p>	<p>たいちゃん 紙コップとペットボトルでへびを作ったよ~</p>	<p>お誕生日おめでとう! アンパンマンミュージアムで3歳のお誕生日をお祝いしてきたよ。</p>	<p>鳥取旅行 鳥取でコナンに会ってきたよ。松葉ガニおしかったね。</p>

みんなの
写真館

読者のとっておきの一枚を紹介するページです。
「赤ちゃん&子どもの写真」「家族やお友達との写真」
「ペットの写真」「自分で作った作品の写真」など
なんでも構いませんので、ご紹介ください。

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行います

ホームページからの
かんたん応募で
毎月投稿してね♡



【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 【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。
※同じ月に、同一メールアドレスから複数枚のご応募があった場合は、最初に届いた方の写真を優先して掲載しております。
※[photo@hughug-town.com]からのメールを受信できる様、ドメイン設定を解除していただくか、ドメイン[hughug-town.com]を受信リストに加えてください。

てんつなぎ(1から152まで)

すうじを よみながら 1から 152まで じゅんばんに せんで むすびましょう



休日当番医表(1月)



	1/1(月祝)	1/2(火)	1/3(水)	1/7(日)	1/8(月祝)	1/14(日)	1/21(日)	1/28(日)	
岡山市 (診療時間) 9:00~17:00	旭川東	原尾島クリニック(内科) 中区原尾島3-8-16 ☎086-271-3777	矢野医院(内科) 中区中井1-15-18 ☎086-275-3757	旭電クリニック(内科小児科) 中区中島70-1 ☎086-275-6768	ゆうゆうクリニック(内科) 中区乙多見101-5 ☎086-275-7716	桜のみち内科クリニック 中区中井462-1 ☎086-275-2227	コアみんなの診療所(内科) 中区乙多見101-5 ☎086-278-8522	森源診療所(内科小児科) 中区乙多見101-5 ☎086-274-3330	ながけクリニック(内科) 中区中井454-1 ☎086-207-6788
	旭川西	たなか内科診療所 北区田中183-102 ☎086-259-1551	いのち内科クリニック 北区大安寺東町23-15 ☎086-253-8000	たつみ内科クリニック 北区辰巳20-108 ☎086-246-6500	きらめきクリニック(内科) 北区下伊福1-2-6 ☎086-252-5358	みんがクリニック(内科小児科) 北区野田1-9-115 ☎086-241-9484	瀬本医院(内科) 北区西古松2-28-14 ☎086-259-3801	うらべ内科クリニック 南区東港新町2-18-15 ☎086-231-3278	河合外科内科(内科) 南区登浜町1-35 ☎086-231-3278
	西大寺・上道	岡山西大寺病院(内科) 東区金岡東町11-1-70 ☎086-943-2211	岡村一室病院(内科) 東区西大寺南2-1-7 ☎086-942-9900	大上クリニック(内科) 東区東平島135-6 ☎086-297-3535	マツザキクリニック(内科) 東区西大寺南176-10 ☎086-944-4777	津田内科小児科医院(内科) 東区古都南方2815-1 ☎086-278-4123	上南クリニック(内科小児科) 東区若津321-1 ☎086-948-5539	瀬原内科小児科医院 東区中尾646-4 ☎086-297-6711	ふじろクリニック(内科小児科) 東区中川町301-23 ☎086-942-3520
	瀬戸	佐伯北診療所 赤磐市塩木14 ☎086-954-2032	あいの瀬戸病院(内科小児科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	森クリニック 赤磐市周庄728-1 ☎086-954-4747	あいの瀬戸病院(内科小児科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	こやま小児科(内科小児科) 赤磐市下市362-2 ☎086-958-5056	あいの瀬戸病院(内科小児科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	石原医院 東区瀬戸町瀬戸77 ☎086-952-0162	熊山診療所(内科) 赤磐市松木621-4 ☎086-995-1251
	一宮・津高・御津 建部・高松・足守	森脇内科医院 北区津高712-1 ☎086-253-1567	えぼらクリニック 北区加茂15-3 ☎086-287-3300	たけべクリニック 北区建部町建部上325-1 ☎086-722-0063	深井医院 北区高松131-5 ☎086-287-2011	マスカ内科クリニック(内科) 北区高松原古才584-1 ☎086-294-7111	前田医院(内科) 北区高松131-1 ☎086-284-7676	済生会 吉備病院(内科) 北区高松原古才584-1 ☎086-287-8655	山下クリニック(内科) 南区高松394-1 ☎086-284-5511
	吉備・妹尾・福田	重井医学研究所附属病院 南区山田2117 ☎086-282-5311	南岡山医療センター(内科) 早島町早島4066 ☎086-482-1121	青木小児科(内科小児科) 南区大福281-5 ☎086-281-2277	南岡山医療センター(内科) 早島町早島4066 ☎086-482-1121	あさひクリニック(内科) 南区大福150-3 ☎086-282-6606	河原内科医院 東区瀬戸町瀬戸233-2 ☎086-420-0007	茶室町クリニック(内科小児科) 倉敷市茶室町233-2 ☎086-420-0007	善家循環器科・内科医院 倉敷市茶室町497 ☎086-420-0255
	藤田・興除・瀬崎	池田医院(内科) 南区藤田2801-1 ☎086-362-3100	須田外科内科医院 南区西紅陽台3-1-120 ☎086-362-3221	寺沢クリニック(内科) 南区東庄766-20 ☎086-281-7211	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	—	みやけ内科クリニック(内科) 南区藤田674-6 ☎086-296-7778	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	渡辺医院(内科) 南区藤田2869-8 ☎086-362-0363
	常設施設	情報に変更になる場合があります。事前に各直室へお電話にてご確認ください。	本庁/086-426-3033 児島/086-473-1111 玉島/086-522-8110	【内科・小児科】倉敷市休日夜間急患センター 倉敷市新田2689 ☎086-425-5020 【休日・祝日】9:00~12:30/13:00~17:00(内科医・小児科医が診察) 【平日・夜間(※休日・祝日含む)】12:00~22:00(内科医が診察)		【歯科】倉敷市衛生センター診療所 倉敷市昭和2-2-17 ☎086-422-2122 【休日・祝日】 10:00~12:00/13:00~15:00			
	倉敷市 (診療時間) 児島地区・歯科 10:00~12:00 13:00~15:00	急患センター 小児科医が診察 新田2689 ☎086-425-5020	急患センター 小児科医が診察 新田2689 ☎086-425-5020	急患センター 小児科医が診察 新田2689 ☎086-425-5020	国定内科医院 西田402-4 ☎086-454-6050	やべ内科クリニック 連島中央1-10-5 ☎086-444-5190	みやけ内科小児科医院 福田町古新田814 ☎086-456-8000	中洲内科 安江392-1 ☎086-435-5500	吉澤医院 連島町鳥島新田468-2 ☎086-444-9316
	児島地区・内科	児島中央病院 児島小川町3685 ☎086-472-1611	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	倉敷シティ病院 児島阿津2-7-53 ☎086-472-7111	児島中央病院 児島小川町3685 ☎086-472-1611	松香内科医院 児島上の町3-1-10 ☎086-472-3317	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	やまな内科整形(内科のみ) 児島下の町10-2-12 ☎086-472-3012	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111
玉島地区・歯科 10:00~12:00 13:30~15:00	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	児島聖徳病院(外科のみ) 児島下の町1-1-16 ☎086-472-7557	—	やまな内科整形(外科のみ) 児島下の町10-2-12 ☎086-472-3012	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	児島聖徳病院(外科のみ) 児島下の町1-1-16 ☎086-472-7557	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	
真備地区 9:00~13:00	児島地区・小児科	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	—	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	—	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	
その他 (常設施設以外) 9:00~17:00	児島地区・歯科	—	—	あかさき歯科医院 福地1-1097-2 ☎086-474-4180	—	大崎歯科医院 児島赤崎2-2-3 ☎086-472-2261	塩津歯科医院 林2183-1 ☎086-485-2511	大上歯科医院 林566-5 ☎086-485-4184	
玉島地区	プライムホスピタル玉島 玉島750-1 ☎086-526-5511	玉島病院 玉島乙島4030 ☎086-522-4141	玉島協同病院 玉島柏島5209-1 ☎086-523-1234	プライムホスピタル玉島 玉島750-1 ☎086-526-5511	玉島中央病院 玉島阿賀崎2-1-1 ☎086-526-8111	のぞみクリニック 玉島乙島7125-3 ☎086-526-5252	中塚医院 玉島黒崎3911-1 ☎086-528-0051	ヤスハラ医院 玉島中央町1-6-21 ☎086-526-8155	
玉島地区・歯科	—	—	—	はちまん歯科 玉島1922-6 ☎086-525-8008	—	のぞみデンタルクリニック 玉島1701-7 ☎086-454-7251	正道歯科医院 玉島1550-1 ☎086-526-5018	さつき歯科医院 玉島1697-1 ☎086-526-6818	
真備地区	—	—	—	—	—	まひ記念病院 真備町川122000-1 ☎086-698-2248	呉妹診療所 真備町尾崎1600-1 ☎086-698-2220	松田クリニック 真備町川12107-1 ☎086-697-1522	
玉野市 (診療時間) 9:00~17:00	外科	山田クリニック 和田3-19-1 ☎0863-81-7197	ほろがわ川クリニック(内科) 玉野2-25-19 ☎0863-31-6803	玉野市民病院 宇野2-3-1 ☎0863-31-2101	玉野三井病院 玉野3-2-1 ☎0863-31-4187	三宅内外科医院 榑ヶ原1017 ☎0863-71-2277	中谷外科病院 田井3-2-20 ☎0863-31-2323	玉野市民病院 宇野2-3-1 ☎0863-31-2101	大西病院 田井3-8-11 ☎0863-33-9333
内科	原田内科クリニック 宇野2-37-18 ☎0863-31-1717	井上内科医院 宇野1-12-1074 ☎0863-21-2074	玉野三井病院 宇野3-2-1 ☎0863-31-4187	井上クリニック 宇野1-12-27 ☎0863-32-0831	竹原内科医院 迫間2280-11 ☎0863-71-0101	玉野中央病院 薬港1-15-3 ☎0863-31-1011	しんみなクリニック 宇野1676 ☎0863-71-4800	岡山赤十字玉野病院 薬港5-16-25 ☎0863-31-5117	
浅口市 (診療時間) 9:00~17:00	ナガヒロ医院 鴨方町鴨方1837-1 ☎0865-44-5665	福崎医院 寄島町3072 ☎0865-54-3177	金光病院 金光町古見新田740 ☎0865-42-3211	ほかも医院 金光町古見新田1166-1 ☎0865-42-6616	すくすくこどもクリニック 鴨方町鴨方1635-4 ☎0865-44-5400	上田内科クリニック 鴨方町鴨方1081-1 ☎0865-44-3147	高山医院 鴨方町鴨方2210-1 ☎0865-44-2332	よしみ中西医院 寄島町7543-11 ☎0865-54-2324	
井原市 (診療時間) 9:00~17:00	◎井原腎臓科クリニック 上出部町513 ☎0866-62-2960	◎井原市立井原市民病院 井原町1186 ☎0866-62-1133	◎原田内科医院 西江原町851-1 ☎0866-63-1620	◎井原第一クリニック 高原町127-1 ☎0866-67-0331	◎ほそや医院 七日市町102 ☎0866-62-1373	◎瀬原小児科クリニック(小児科) 西江原町1186 ☎0866-62-2510	◎井原市立井原市民病院 井原町1186 ☎0866-62-1133	◎森本整形外科 井原町473 ☎0866-62-6000	
◎菅野病院 井原町124 ☎0866-62-2831	◎鳥越医院 笹賀町2-21-3 ☎0866-63-1656	◎山成医院 井原町44-7 ☎0866-72-0101	◎青木内科 芳井町与井44-7 ☎0866-67-3138	◎前谷内科クリニック 西原町666-1 ☎0866-63-4888	◎きのご診療所 芳井町与井89-1 ☎0866-72-1556	◎河合医院 井原町124 ☎0866-62-2831	◎菅野病院 井原町124 ☎0866-62-2831		
総社市 (診療時間) 9:00~17:00	パーク統合クリニック 駅前2-17-1 ☎0866-92-3661	高杉こどもクリニック 井手585-1 ☎0866-94-8839	診療ドクター 杉生 山田315 ☎0866-92-5771	薬師寺医院 中央1-22-103 ☎0866-93-6555	三宅内科小児科医院 井手919 ☎0866-93-8511	さかえ外科クリニック 久代4964-1 ☎0866-93-8800	平川内科クリニック 久代4964-1 ☎0866-96-2002	薬師寺慈恵病院 総社1-17-25 ☎0866-92-0146	
やまもと医院 三輪618 ☎0866-93-7773	旦医院 美袋1792-1 ☎0866-99-1120	薬師寺慈恵病院 総社1-17-25 ☎0866-92-0146	岡ハートクリニック 岡谷170 ☎0866-93-3033	渡辺医院 真壁151-5 ☎0866-92-7222	しよかつ診療所 真壁151-5 ☎0866-90-0055	こうら整形外科 中央2-10-103 ☎0866-90-2020	あさのクリニック 中央3-3-5 ☎0866-93-8808		
瀬戸内市 (診療時間) 9:00~17:00	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234	
那須医院 邑久町大塚13-3 ☎0869-22-0140	長田医院 邑久町豊原341-2 ☎0869-22-0001	まつた医院 邑久町長瀬7-1 ☎0869-22-0006	岡崎内科クリニック 邑久町山田庄212-1 ☎0869-22-3880	おさふねクリニック 長船町長船481-4 ☎0869-26-8080	長谷井医院 長船町長船481-4 ☎0869-26-3630	竹内医院分院 長船町長船2276 ☎0869-34-2116	平井醫院 長船町長船102-1 ☎0869-26-2006		

※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。

あなたの知ってる
なぞなぞを教えてください!

みんなが考えたなぞなぞが
「HUG HUG」に載るかも!

＼応募はホームページから／

※過去に掲載した問題は採用されません

ご応募、お待ちしております!!

家族みんなで楽しもう
HUG HUG なぞなぞ
～ 略してハグなぞ～
p41のこたえ

A.7 シャンパン

A.8 しりもち

A.9 カナブン(ひら仮名で文を書くから)

A.10 てんどん
天井(10→tenドン)

A.11 かんごし
看護師(缶をゴソゴソ)

A.12 やまがたけん
山形県(矢曲がった県)

A.13 てん
天ぷら(添付「ら」)

A.1 ピンゴ(瓶 5)

A.2 たいふく
大福(だいふく)

A.3 スプーン(酢 プーン)

A.4 キャラメル

A.5 かいじゅう
怪獣(世界中→せかいじゅう)

A.6 とうてい
皇帝ペンギン(皇帝→校庭)

さあ、何問できたかな?

賢く元気にテーマに中学受験を考える。

2024年1・2月号 Free

1000円以上お買い上げの方へ Val.04

偶数日20日発行

hugジュニ

hugジュニ おすすめ児童書

School Information

中学受験は冬休みで決まる! への意欲を高める機会にも

HUG HUG の姉妹誌!

教育情報誌「hugジュニ」vol.64 (12/20発行) 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。

☎086-236-9012 (株式会社岡山広告 / 受付:月~金9:00~18:00)

岡山市おやニコクラブネットワーク

おやニコクラブに入りませんか?

おやニコクラブとは?

小学校区または中学校区ごとにおやニコクラブがあり、子ども同士の交流はもちろん、保護者同士も子育ての悩みを共有しながら親子の仲間づくりができます。

北区北ゆきブロック 北区中央ほしブロック 中区つきブロック 東区はなブロック 南区西そらブロック 南区南おひさまブロック

活動の内容は?

月1回~週1回程度、交流会や季節のイベントを公民館等で保護者が企画をして開催しています。親子のふれあい遊びや、育児や健康に関して学習の機会を持っており、学び合える場でもあります。地域の愛育委員さんや栄養委員さん、保育園や幼稚園とも交流を持ち、地域で育てられている活動です。

子育ては悩みがつきません、一人で抱えず同じ思いを持つ保護者同士と一緒に考え、一緒に子どもの成長を喜びましょう。見学からでも申し込みが可能です。

詳細はお住まいの保健センターへお問い合わせください。

岡山市 おやニコクラブ 検索

岡山市保健所 健康づくり課 母子歯科保健係 Tel 086-803-1264

おかやま子育て応援サイト

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でかけスポット、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

https://www.city.okayama.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

ももっこステーション

「ももっこステーション」って?

小さなお子さんとおうちの方たちが、一緒に遊んだり、くつろいだりできる場所です。

大体週に1回以上開催され、スタッフが遊んでくれたり、子育ての悩みを聞いてくれたり、友だちづくりの橋渡しをしてくれたり...

無料や低額で利用することができる、気軽なお出かけ先です。

どんな場所があるの? 何ができるの?

子育て支援センターや児童館など、さまざまな場所で開催されています。親子で遊べる「場」だけでなく、専門のスタッフが親子ふれあいあそびなどの活動を提供してくれるところや、おうちの方に対してスタッフが簡単な子育て相談に応じてくれたり、子育てに関する情報を提供してくれるところもあります。

基本的には、開催時間帯であれば出入り自由なので、時間を気にすることなく利用できます。

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ところもあります。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をご覧ください。

https://www.pref.okayama.jp/page/488473.html

ももっこステーション 検索

岡山県子ども未来課 086-226-7348

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」だと思っても、その行為が、子どもの心身を傷つけるものであれば、「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たり、病気やけが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くこと、子どもを救うため一人一人に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

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、早く治療を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	料金	¥500
内容	マンモグラフィ+視触診(併用)	期間	毎年6月~12月
問合	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	料金	¥1,700
内容	問診、マンモグラフィ+視触診(併用)	期間	毎年6月~翌年3月
問合	倉敷市保健所健康増進センター / ☎086-434-9866		

※上記3市以外にお住まいの方は、お住まいの自治体までお問い合わせください

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。

- 鏡の前で——くぼみ、ひきつれ、赤みはないか
- 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
- 脇の下まで——お風呂や仰向け寝の時にもチェック
脇の下から胸の広い範囲でチェック

お問い合わせ 岡山市保健所健康づくり課 ☎086-803-1263

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・出産から就学までに必要な行政情報を掲載しています。

「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してみませんか!

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、皆さんのお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・ついでにの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. wfcd@city.kurashiki.okayama.jp

今、悩みを抱えるあなたへ

ひとりで悩まず、ご相談ください

秘密は守ります。相談は無料です。お気軽にご相談ください。

みんなの人権110番 せろせろみんなのひやくとおぼん
平日 午前8:30~午後5:15 ☎0570-003-110

子どもの人権110番 せろせろみんなのひやくとおぼん
平日 午前8:30~午後5:15 ☎0120-007-110

女性の人権ホットライン ゼロナゼロのハートライン
平日 午前8:30~午後5:15 ☎0570-070-810

Foreign-language Human Rights Hotline
weekdays 9:00~17:00
外国語人権相談ダイヤル ☎0570-090-911

インターネットでも相談を受け付けています
SOS eメール https://www.jinken.go.jp

岡山地方法務局 岡山県人権擁護委員連合会 岡山県



救急搬送データにおけるやけど事故の関連器物上位

(消費者庁「平成30年版消費者白書」救急搬送データにおける事故種別の関連器物上位より)

0歳		1歳		2歳	
1位	味噌汁・スープ	1位	熱湯	1位	熱湯
2位	お茶・コーヒー類	2位	お茶・コーヒー類	2位	味噌汁・スープ
3位	熱湯	3位	味噌汁・スープ	3位	麺類
4位	ポット・魔法瓶	4位	ポット・魔法瓶	4位	お茶・コーヒー類
5位	麺類	5位	麺類	5位	ポット・魔法瓶

3歳		4~6歳		7~14歳	
1位	熱湯	1位	味噌汁・スープ	1位	味噌汁・スープ
2位	味噌汁・スープ	2位	熱湯	2位	熱湯
3位	麺類	3位	麺類	3位	麺類
4位	お茶・コーヒー類	4位	お茶・コーヒー類	4位	お茶・コーヒー類
5位	ポット・魔法瓶	5位	ポット・魔法瓶	5位	ポット・魔法瓶

今月のこぼれ話

編集後記

「何年前か、冬に湯豆腐を食べて大やけどしたことがあります。熱々の豆腐をほとんど噛まずに丸飲みしたせいで気管支がただれて、しばらくは息をするだけで痛いくらいでした。冬の夜の酒の肴に湯豆腐やおでんを楽しまれている方、やけどにはくれぐれもお気を付けてください。

冬場のやけど事故は湯豆腐に限らず、食べ物・飲み物が原因で起きることが多いそう。小さいお子様のいる家庭では特に注意が必要です。消費者庁の発表でも、子どものやけど事故は1位から5位までがすべて食べ物・飲み物関係。0~1歳が最も多く、それ以降は段々減少していきま。小さい内は、子どもが鍋や炊飯器、電気ケトルなどに触れないよう高い場所に配置するなど、ご用心いただければと思います。」(編集W)

Happy Birthday

1月生まれのおともだち

はじめ
1月1日 **元くん(3歳)**
3歳のお誕生日おめでとう♡
一日中たくさん笑って歌って大忙し。そんな元くんが大好きだよ♡

しゅうま
1月1日 **終真くん(2歳)**
お誕生日おめでとう！これからも元気ですくすく大きくなってね♡
大好きだよ〜!!

すずの
1月1日 **鈴乃ちゃん(4歳)**
あったーん！面白くて楽しくて、ぜんぶ大好きよー♡
たくさん遊ぼうね!

あおと
1月9日 **碧斗くん(4歳)**
たくさんおしゃべりできるようになってママもパパもとってもうれしいよ♡

つむぎ
1月7日 **紬ちゃん(2歳)**
つむちゃん♡
2歳のお誕生日おめでとう!!
いつもニコニコ笑顔ありがとう☆

たくま
1月6日 **拓慎くん(4歳)**
楽しい毎日をありがとう!!
たくま君大好きだよ♡

あおと
1月5日 **碧翔くん(1歳)**
生まれてきてくれてありがとう♡
元気いっぱいに育ってね!

かあ
1月17日 **叶彩ちゃん(2歳)**
2歳おめでとう!
我が家のギャングガール、これからもたくさん笑わせてね!

りな
1月16日 **莉愛ちゃん(9歳)**
色んな経験を積んで素敵な女性になってくださいね

だいすけ
1月15日 **大輔くん(2歳)**
誕生日おめでとう!
笑顔いっぱい大きくなってきて嬉しいよ。

しょうた
1月12日 **将太くん(1歳)**
楽しい毎日をありがとう!
お兄ちゃんと一緒に、これからもすくすく元気に大きくなってね!

ゆいと
1月23日 **ゆいとくん(4歳)**
お誕生日おめでとう♡
お兄ちゃんになった一年。みんなに優しくしてくれてありがとう。

はると
1月23日 **遥斗くん(1歳)**
いつもここにこかわいいよ♡
おにいちゃんとなかよしでげんきにおおきくなってね!

りほ
1月22日 **里朋ちゃん(4歳)**
りっちゃんおめでとう!
4歳もたくさん楽しもうね♡

しおり
1月31日 **詩織ちゃん(1歳)**
大好きだよ。
いつもかわいい笑顔ありがとう。

ゆり
1月30日 **優利ちゃん(3歳)**
お誕生日おめでとう!
明るくて元気いっばいの優利が大好きだよ♡

ずい
1月26日 **翠ちゃん(1歳)**
楽しい毎日をありがとう!
みんなすすいすいがだいすき♡
おめでとう!

はると
1月24日 **遠飛くん(5歳)**
お誕生日おめでとう☆
プラレール大好き!! 妹とずっと仲良く元気に大きくなってね♡

Green Rabbitの 今月の花タロット

今月の運勢は? 12/20 水 ≫ 1/19 金

♑ 山羊座 12/22 ~1/19

無くしたと思った縁がきっかけで、わくわくするような出会いがありそう。あれこれ悩まずチャレンジ!! 今は走りながら考えるぐらいで丁度いいかも。

カップのページ (逆位置) ラッキーカラー: **ペーじユ** ラッキーナンバー: **12**

♒ 水瓶座 1/20 ~2/18

楽しかった事も悲しかった事も、これまで経験した事は全てあなたの宝物。それは、経験となってあなたの創作活動に役立ちそう。人生に無駄な事はありません。

星 (正位置) ラッキーカラー: **スカレット** ラッキーナンバー: **30**

♓ 魚座 2/19 ~3/20

職場でリーダーに抜擢されたり、社会的に成功し金銭的にも余裕が生まれる暗示。今あなたには野心もあり勢いがあります。甘い誘惑にのらないように注意。

皇帝 (正位置) ラッキーカラー: **レッド** ラッキーナンバー: **13**

♈ 牡羊座 3/21 ~4/19

健康面に気を使う事が開運ポイント。空気清浄機がラッキーアイテム。人間関係は良好。困った時は遠慮せず周りに助けを求めれば、より絆が深まりそう。

ワンドのエース (逆位置) ラッキーカラー: **シアン** ラッキーナンバー: **33**

♉ 牡牛座 4/20 ~5/20

自分らしさを取り戻す時。子どもの頃の夢を思い出してみると思わぬ突破口となり物事が動き出しそう。過去に諦めた事もタイミング次第で叶うかも。

カップの8 (逆位置) ラッキーカラー: **マンダリンオレンジ** ラッキーナンバー: **7**

♊ 双子座 5/21 ~6/21

見返りを求めず、奉仕の精神でいる事が大切。人が喜ぶ事を考える、人の立場になって考える、それは回りまわってあなたの幸せに繋がっていきます。

カップのキング (逆位置) ラッキーカラー: **クロマイエロー** ラッキーナンバー: **26**

♋ 蟹座 6/22 ~7/22

最近頑張りすぎて、心がお疲れモードのあなた。過去の自分の失敗に囚われて動けなくなっているいませんか? 少し休憩したら、自分を信じて進みましょう。

ソードの4 (正位置) ラッキーカラー: **バンジー** ラッキーナンバー: **27**

♌ 獅子座 7/23 ~8/22

自分を責めるエネルギーと他人を責めるエネルギーは同じ。まずは、自分に優しくなりましょう。頑張ってきた事には成果が出ます。連絡、相談が成功のカギ。

ペンタクルの8 (正位置) ラッキーカラー: **チェリーレッド** ラッキーナンバー: **8**

♍ 乙女座 8/23 ~9/22

気分がのらない事や一緒にいて疲れる人との関係を断ち切る事で新しい世界が開ける暗示。自分に必要あるかどうか、地に足を付けて冷静に判断しましょう。

ソードのナイト (逆位置) ラッキーカラー: **オレンジ** ラッキーナンバー: **19**

♎ 天秤座 9/23 ~10/23

これまでの悶々とした気分が晴れ、本来のあなたを取り戻しそう。高層階にあるレストランなど高い場所がラッキースポット。気分がガラリと変わります。

カップの4 (逆位置) ラッキーカラー: **バイオレット** ラッキーナンバー: **13**

♏ 射手座 10/24 ~11/22

笑顔は幸せを引き寄せる一番のラッキーアクション。新年を迎え、丁度あなたの運氣も切り替わりの時期。責任ある行動とズバリ「笑顔」が開運のカギ。

ワンドのページ (逆位置) ラッキーカラー: **ブラック** ラッキーナンバー: **3**

♐ 山羊座 11/23 ~12/21

やる気もあって、自分自身に無限のパワーを感じる時。せっかくの勢いを無駄砲と捉えられない様、周りの意見も聞きながら前進しましょう。

黒者 (逆位置) ラッキーカラー: **モスグリーン** ラッキーナンバー: **8**

お誕生日のお写真や元気なお写真をお送りください!
お子さまの特別なお誕生日をHUG HUGでお祝します!
 誕生日号に掲載します! (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。
 ※コメント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。
 ※応募多数の場合は、先着順とさせていただきます。あらかじめご了承ください。

【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、②お子さまのお名前ふりがな、③お子さまの性別、④生年月日、お誕生日を迎える年齢、⑤コメント(30文字程度)、⑥写真(1点)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

ホームページからの簡単応募はこちら

【締め切り】 (例)
 お誕生日 締め切り
 2月生まれ 12月末
 3月生まれ 1月末
 4月生まれ 2月末

お誕生日の2ヶ月前の月末になります



BEWELL
OMOTO I-CHOINE
新/発/表

JR「岡山」駅

JR「大元」駅

上野原 通戸公園

ザグザグ 西古松店

スーパードラッグひまわり 下中野店

マルナカ 下中野店

この快適は、想像を超えていく。

Over Your Vision.

北区、大元マンションプロジェクト 始動

ビ・ウェル 大元一丁目 全戸南向き/ワンフロア3邸/敷地内駐車場100%
※掲載の航空写真は2023年9月に撮影したものに一部CG加工を施したものです。



まるで自由設計 マンションならではの機能性と
「リアルオーダーメイド」採用 安心感、注文住宅のような
プランの自由度をミックス。

【建築概要(予告)】●名称/ビ・ウェル大元一丁目●所在地/岡山市北区大元1丁目11番107●交通/岡電バス、下電バス「大元一丁目」バス停徒歩3分●用途地域/近隣商業地域●地目/宅地●容積率/300%●建ぺい率/80%(敷地権利90%)●敷地面積/606.12㎡●建築面積/319.14㎡●建築床面積/2,507.51㎡●構造/規模/RC造、10階建て●総戸数/27戸●建築確認番号/第ER1-23029140号(2023年9月28日)●分譲戸数/27戸●販売価格/未定●最多数販売価格帯/未定●間取り/2LDK~4LDK●住居専有面積/62.69㎡~84.47㎡●専用ポーチ面積/3.14㎡~7.30㎡●バルコニー面積/10.45㎡~26.67㎡●国土利用計画法/届出不要●敷地所有者/和建設株式会社●分譲後の権利形態/専有面積の割合による区分所有者の共有●竣工予定/2025年2月末●入居予定/2025年3月末●管理形態/区分所有者全員による管理組合を設立し、その後管理組合と当社指定の管理会社の間で管理委託契約を締結して頂きます。●管理会社/未定●管理費(月額)/未定●修繕積立金(月額)/未定●修繕積立一時金(一括払い)/未定●環境整備一時金(一括払い)/未定●手付金等保証機関/株式会社中国銀行●駐車場/敷地内27区画(月額使用料:未定)●バイク置場/3台(月額使用料:未定)●自転車置場/59台(スライドラック式33台、2段式20台、平置き6台)(月額使用料:未定)●インターネット使用料(月額)/未定●設計図書閲覧場所/和建設株式会社 岡山支店、マンションギャラリー●事業主/販売主/和建設株式会社●設計・施工/和建設株式会社一級建築士事務所・和建設株式会社●販売代理/株式会社ウェスト・ビューロー
※上記概要は、供給予定の全住戸の内容を表示しております。販売住戸を一括して販売するか又は数期に分けて販売するかが確定していません。確定情報は本広告にてご案内いたします(販売開始予定時期2023年11月下旬(予定))。※竣工予定日、入居予定日は工程上変更となる場合がございます。※各面積は、行政指導等により変更となる場合がございます。※各面積は、壁芯面積ですので登記面積はこれより少なくなります。

事業主・売主・設計・施工
かのう
Kano 和建設株式会社 建設業許可/国土交通大臣許可(特-3)第15697号
宅地建物取引業許可/国土交通大臣(7)第5321号
(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員
本社/高知市北本町4丁目3-25 TEL.088-885-5888 FAX.088-885-6070
岡山支店/岡山市北区北長瀬表町2丁目3-14 TEL.086-905-1888 FAX.086-905-1777

販売代理
株式会社ウェスト・ビューロー 宅地建物取引業免許/岡山県知事(2)5482号
(公社)岡山宅地建物取引業協会会員
(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員
中国地区不動産公正取引協議会加盟
〒700-0975 岡山市北区今4丁目9-36-202 TEL.086-250-7966 FAX.086-250-7965



お問い合わせは[ビ・ウェル大元一丁目]販売準備室
0120-090-898
◆営業時間/10:00~19:00 ◆定休日/火・水曜日(祝日は営業・水曜が振替休日)
HPからもお問い合わせいただけます。https://www.kano-kensetsu.com
かのう建設 で 検索 または2次元コードからアクセス▶

HUG HUG 1月号 読者プレゼント

協賛店様から読者プレゼントをご提供いただきました!(お店の詳しい情報はp14~15に掲載!)
応募は下記のURL宛にお願いいたします。

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。

<p>1</p> <p>おかやまフォレストパーク ドイツの森 ペア招待券 5組10名様</p> <p>お花畑と大空に包まれる大迫力のブランコ体験、 ハイジのブランコ登場! 生まれ変わったドイツの森 大に行こう。</p> <p>提供:おかやまフォレストパークドイツの森</p>	<p>2</p> <p>池田動物園 親子ペア招待券 5組10名様</p> <p>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!</p> <p>提供:池田動物園</p>	<p>3</p> <p>防水キッズスニーカー ランランRAIN 3名様</p> <p>ブラック・イエロー・ホワイト(選択不可) 16.0~23.0cm(ハーフサイズ無) 応募時にご希望のサイズ・お子様の性別をご通 格ください。</p> <p>提供:株式会社 丸五</p>	<p>4</p> <p>店舗 で受取</p> <p>ガトーショコラホール 15cm/2,600円(税抜)相当 2名様</p> <p>濃厚なフランス産チョコ使用の生地にアツサリ生ク リームをたっぷり詰めたケーキを美味しくどうぞ! 当選者は1か月以内に前日予約の上、ご来店ください。</p> <p>提供:洋菓子社 Hashimoto</p>
<p>5</p> <p>飛電「ペトコンラーメン倉敷」 2食入り3バックセット 5名様</p> <p>倉敷市の人気ラーメン店「ペトコンラーメン倉敷新 京」とのコラボレーション商品。岡山県内を中心とし たスーパー・量販店にて発売中です。</p> <p>提供:株式会社飛電</p>	<p>6</p> <p>青少年自然の家 グッズ3点セット 3名様</p> <p>「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とハンダナ、ポケット 双眼鏡をセットで。外遊びのおともに!</p> <p>提供:国立吉備青少年自然の家</p>	<p>7</p> <p>アロマセラピー 全身トリートメント40分 3名様</p> <p>天然の精油をお好みに合わせてブレンドし、お身体 をゆっくりと流します。 (妊娠中の方・お子様連れOK)</p> <p>提供:SEINE JOIEN セーニョア</p>	<p>応募期間 2023年 12月20日(水) ▼ 2024年 1月19日(金)</p> <p>今月号の発行日から、 次月号発行日の前日となります</p>

応募はワンステップでとっても簡単! 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://hughug-town.com/present>

応募期間:2023年12月20日(水)~2024年1月19日(金) ※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。



p25の3択クイズのこたえ

時計は人生を象徴し、「あなたが人生で大切に考えているもの」を表します。
A:歴史の長いアンティーク時計が表すのは「過去」。Aを選んだあなたは、過去のように揺るぎない確実性・堅実さ・
正確性を大切にしています。/ B:時刻表示のあまいアナログ時計が表すのは「未来」。Bを選んだあなたは、
形のない未来のような可能性・希望・展望を大切にしています。/ C:時間の正確なデジタル時計が表すのは「現在」。
Cを選んだあなたは、今現在の生の実感や感情、周囲の人達との関係性を大切にしています。

p25のクロスワードパズルのこたえ

タテのカギ		
1 イノシシ(猪)	7 インチ (inch)	14 ミコトノリ(詔)
2 ナウル(Nauru)	9 ケツセイ(血清)	15 オオリカ(降泥鳥賊)
3 タタリ(祟り)	11 ハブ(波布)	16 マンドリル(mandrill)
4 ナワ(縄)	12 イデン(遺伝)	19 ライバル(rival)
5 カサカサ(笠筒)	13 カムイ(kamuy)	23 ブコ(納)

ヨコのカギ		
1 イナダ	11 ハカ(墓)	20 アリ(蟻)
3 タナカ(田中)	12 イセ(伊勢)	21 イド(井戸)
6 ノウ(脳)	13 カブ(蕪)	22 ノブ(knob)
7 イタワサ(板わさ)	14 ミデアム(medium)	24 イマバリ(今治)
8 シルクネリ(知る権利)	17 コン(紺)	25 リヨクカ(緑化)
10 ツチ(土)	18 オイラン(花魁)	26 ルル(Lulu)

A=オ B=ト C=シ D=ダ E=マ 答え:オトシダマ

p28のまちがいさがしのこたえ

①ピンクと黄緑の配色が逆 ②絵馬に桜の花が描いてある
③団子の串が出ていない ④だるまの目が描いてある ⑤扇子の色が違う
⑥鈴が取り付けられてある ⑦龍の着ぐるみに翼が付いている

第5回

HUG HUG住宅フェア

実家の
リノベーション
どうすれば?

家づくりって
何から
始めるの?

新築と中古
どうやって
選べば良い?

安い価格で
良い家は
建てられる?

おうちの 大相談会

〈随時更新〉

1/21日 10:00~17:00

入場無料



新築・リフォーム・リノベーションの住宅会社、住宅設備メーカーが大集合!
世界に1棟の新築住宅から、高品質・好立地で低価格な中古住宅まで勢ぞろい。
お子様も楽しめる催しを用意して、皆様のお越しをお待ちしています!

会場:イオンモール倉敷
(1Fセントラルコート)



TOTAL STUDIO
FOSSETTE

バルーン アート

バルーンアーティスト・
たっしーさんが、かわいい
キャラクターなどのバルーンを
プレゼントします!

※アーティストの休憩時間(不定期)など、バルーン制作を受け付けられない時間がございます。

スタンプ ラリー

会場内のブースを回って
スタンプをすべて集めた方に、
もれなくかわいいキャラクター
グッズをプレゼント!

※商品の種類は、品切れなどの都合により変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

無料 写真撮影会

HUG HUG3月号の表紙と
中ページにて全員掲載。さらに
SNSフォローで撮影データ
(1カット)をプレゼント!

※表紙写真の選定は弊社編集部にて行います。表紙の場合、お名前のお名前・年齢を記載いたします。

■主催:おやこ情報誌HUG HUG / 株式会社岡山広告

Tel / 086-236-9012 (受付...月曜~金曜 9:00~18:00)

E-mail / info@hughug-town.com URL / https://hughug-town.com

