

10/10(金)~13(月祝)10:00~17:00 HUG HUG感謝祭開催!(詳細は裏表紙をご覧ください)

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

HUG HUG世代と考える!

防災特集



9

September 2025 / vol.189
毎月20日発刊

みんなの
写真館

さちこママの
魔法のキッチン

HUG baby
PHOTO STUDIO

HAPPY BIRTHDAY

9月生まれのおともだち

一歩足を踏み入れるとそこは別世界。
悠久の時を感じる冒険の旅へ!

満奇洞・井倉洞

読者プレゼント
ご応募は
こちらから!

子育て応援サイト
HUG TOWN



Instagram
(@hughug_town)



ご自由にお取りください

TAKE
FREE



HUGHUG限定のおトクなキャンペーン!!

多ポーズ撮影

和装1着・洋装1着

ヘアメイク着付け

額付き
A4サイズ
プリント



写真もついた おめでとうプライス
ぜ〜んぶセットでご主役お一人

いつでも
9,900円

大決算
セール
9月限定

ご兄弟姉妹 洋装1着

お支度(ヘアメイク込)
和装は2,200円でお着替え可能

大決算
セール
9月限定

「データ」だって沢山残せるプランがいっぱい!! 全撮影画像データプラン

衣装1着のライトプラン

全撮影
画像データ **30カット付!**

※スタッフセレクト

【撮影料金込み】

和装1着 or 洋装1着

大決算
セール
9月限定

ご兄弟
姉妹
洋装1着

ヘアメイク着付け

お支度(ヘアメイク込)
和装は
2,200円でお着替え可能



すべてセットで
ご主役お一人

平日

33,000円

土日
祝

39,600円

※プランはお一つお選びいただけます。※ご主役お一人の価格となります。※9,900円プランはお一家族様一回のご利用となります。※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。※ご兄弟姉妹のお支度は小学生・150cmまでの衣装が対象。※ヘアカタログ掲載以外のヘアスタイルや基本のメイク以外は有料となる場合がございます。※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。

商品購入に使えるポイントがついたおトクなバック(平日55,000円 土日祝66,000円・商品購入ポイント30,500円分付き〜)もございます

大決算
セール
9月限定

全撮影画像
データプラン
おトククーポン

平日**55,000円**バック
2,000円引き

平日**77,000円**バック
4,000円引き

平日**99,000円**バック
6,000円引き

その他おトクな
753全撮影
画像データプラン
詳細はコチラから



参拝用着物レンタル予約は**前撮り撮影順!**

日を改めてしっかりお参りを
したいあなたにオススメ!

**9月末までに
撮影&レンタルの
ご成約で▶**

お出かけ日	平日料金	土日祝料金
9月	5,500円	7,700円
10月	7,700円	9,900円
11月	9,900円	13,200円
12月	7,700円	9,900円

※9月中の撮影とレンタルご契約でのキャンペーン価格となります。※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。※レンタルは撮影店舗でのお支度となります。※別途撮影料金。※衣装はレンタル当日の返却となります。※参拝用着物レンタル:10/4〜12/14の土日祝日のお支度は時間帯により追加料金がかかります。また足袋をお忘れの際は550円で購入となります。

ログインなしで
簡単WEB
予約!!

24時間いつでも
ご予約



TOTAL STUDIO
FOSSETTE

www.fossette.jp

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 9:00~18:00



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 9:00~18:00

完全予約制
美容室・撮影スタジオ内
のお客様による撮影はお
断りさせていただきます。

※広告有効期限は2025年9月1日〜9月30日まで。※ご予約は撮影を希望される店舗へお願いいたします。※配送手数料は一律900円。お客様にご負担いただいております。※料金は全て税込表示です。

まずは簡単WEB予約!
④24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、西条プールパル店 熊本:東バイパス店、イオンタウン西熊本店 福岡:福岡西店

TOTAL STUDIO
FOSSETTE
トータルスタジオ フォセット

shichijosan
753

大決算 Sale

9.1 MON ▶ 30 TUE まで

大決算セール限定
選べる3つのクーポン

おひと家族につき1つ

1 選べるクーポン

7歳女子限定

3着目衣装追加
制服or洋装

無料

全撮影画像データ(2着)
プランの方

2 選べるクーポン

撮影画像データ

**10カット
プレゼント**

全撮影画像データ(2着)
プランの方

3 選べるクーポン

商品購入に使える
ポイント

**1,000円分
プレゼント**

七五三本格シーズン直前!
残暑も特典で賢く乗り越え!

超オトクな決算特典は
9月が

ラスト

チャンス

ガチャに
チャレンジ!

3歳限定
撮影
頑張った
みんなに

まだまだある〜!!

大決算おトクな
HUGHUG限定
キャンペーン♡





photo：竹内 真由
@yasuragi.baby
model：真優織(まゆり)ちゃん(3歳)
織緒楠(りおな)ちゃん(10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

※本誌掲載の写真・イラスト・記事等の
無断複写および転載を禁じます。

CONTENTS

- 06 一歩足を踏み入るとそこは別世界。
悠久の時を感じる冒険の旅へ!
満奇洞・井倉洞
- 11 HUG HUG世代と考える!
防災特集
- 16 子育てファミリー必見!
HUG HUGおすすめセレクション
- 22 **HUG baby**
PHOTO STUDIO
- 25 3分なぞときミステリー
- 25 クロスワードパズル
- 26 歯科医師ママの健康通信
子どもの姿勢が気になる…
キッズヨガははじめませんか?
- 27 歯のお悩みQ&A
- 27 パコちゃんと博士のなぜ?なに?質問箱
- 28 さちこママの魔法のキッチン
ヘルシーでボリューム満点!
カリふわアーモンドおからナゲット!
- 28 まちがいさがし
- 29 家計を応援! 節約レシピ
- 30 ママスクール～お金のセミナー大集合～
- 31 おつりはいくら?
- 31 FP角山の ちょっとためになるお金の話
- 33 **教育コラム**
マーチングの伝統が園児にもたらすもの
- 35 つみきもんだい
- 36 とけいのよみかた
- 37 むすんでみよう
- 38 ことばさがし
- 39 ひらがなめいろ
- 39 なんばんめ?
- 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**
9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:8/20(水)～9/19(金)

8/30土 31日

11:00～17:00

●会場／場内イベント広場
●対象／小学生以下のお子様
●各日先着100名様

この夏最後の思い出づくり

鮎まつり

鮎のつかみ取り体験&塩焼きプレゼント

アンケートご協力の方に塩焼き引換券を差し上げます。
モデルハウス1棟ご見学の上、引換券にスタンプを押してお引換ください。
※期間中、一家族1回2匹、お一人様は1匹。※お子様のみの参加は、ご遠慮ください。

手づかみで捕まえよう!

何匹つかめるかな?

すばしこーあゆを

焼きたて～おいしそ～

その場で焼き立ての「鮎の塩焼き」もお召し上がりいただけます。

各日先着100名様

2025.08
第16回
column

えりさ先生の「こどものための歯並び教室」

きもと・まなべ
歯科クリニック

“口呼吸” がもたらす歯並び以外の影響【パート2】

「口が開いている姿、なんだかぼやっとして可愛いよね」 そう思うこと、ありませんか?
でも実は、その“ぼかん”と開いた口のまま過ごす習慣が、お顔の成長バランスを変えてしまうことがあるのです。

★お顔からわかるセルフチェック【5つのサイン】

お子さんに、こんな“お顔のサイン”はありませんか? もしかすると、それは「呼吸の癖」が関係しているかもしれません。

- ・写真を撮ると、口が開いて写っていることが多い
- ・上唇が“富士山型”になっている(中央が尖っている)
- ・口角が下がっていて、怒っていないのに不機嫌そうに見える
- ・顔全体がタレ目っぽく、ほほが下がって見える
- ・鼻の下(人中)が長いような気がする

これらに当てはまる場合、実は顔の真ん中(中顔面)の育ちがゆっくりになっているサインかもしれません。

★顔の中心が育たないと、息の通り道が狭くなる?

顔の中心には、鼻の通り道や舌の居場所があり、そこが十分に発達しないと、舌が奥に下がってしまいます。すると、空気の通り道(気道)が狭くなり、呼吸が浅くなるのです。これは「いびき」や「寝苦しさ」につながるだけでなく、睡眠の質が下がることで、集中力や成長ホルモンの分泌にも影響する可能性があります。

一見かわいらしい“お口ボカン”の裏側に、体の深いところからのサインが隠れていることがあるのです。

呼吸は見えないものですが、「お顔の変化」から、そっと教えてくれているのかもしれない。

きもと・まなべ
歯科クリニック
TEL 086-462-3031
〒701-0111 岡山県倉敷市上東 358-5

診療時間	月	火	水	木	金	土	日/祝
9:00～12:00	●	●	●	/	●	●	/
14:00～18:30	●	●	●	/	●	★	/

休診日: 木曜・日曜・祝日
★: 土曜日午後は 17:00 まで

詳しくは WEB より

第7回 お宝クイズ

モデルハウスにかくされたお宝を探してプレゼントをGET!!

8/31日

10:00～17:00

まで好評開催中!

1等

Amazon
ギフトカード
(1万円分)

2等

子ども商品券
(3,000円分)

3等

グリコお菓子箱
or
お菓子袋
(お子様の人数分)

※本キャンペーンは【山陽新聞岡山住宅展示場】による提供です。本キャンペーンについてのお問い合わせは Amazon までお受けしております。【山陽新聞岡山住宅展示場】キャンペーン事務局【086-239-3434】までお問い合わせいたします。※Amazon、Amazon.co.jp およびそのロゴはAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

※期間中、一家族1回のチャレンジになります。※小学生以下のお子様連れファミリー限定企画ですが、お子様だけの参加はご遠慮ください。
※1・2等の当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※予告なく賞品が変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

有名住宅メーカーのモデルハウスが、みなさまのご来場をお待ちしております!

ママとパパとワタシにやさしい展示場。

山陽新聞岡山住宅展示場

<主催> 山陽新聞社 <後援> 岡山市・住宅金融支援機構中国支店・岡山県建築士会 <企画・運営> 山陽新聞事業社

住まい咲く CLICK!

授乳室あります

センターハウス
TEL.(086)239-3434

岡山市南区藤田673 ●センターハウス 10:00～18:00 ●休休日/毎週水曜日

※各プレゼントはなくなり次第終了いたします。予めご了承ください。
各イベントの詳細はホームページをご確認ください。またモデルハウスは水曜日以外にも定休日の場合がございますので、各モデルハウスにお尋ねください。

※満奇洞・井倉洞ともに、ベビーカーなどを押しながらの入洞はできませんので、事前にご了承ください。

★満奇洞・井倉洞に行く時に、最低限気を付けておきたい服装について

滑りにくい靴

足元は整備されているので、本格的な装備は不要。水で濡れている地面が多いので、できるだけ滑りにくい靴を！



頭を守るもの

天井が低い場所では、鍾乳石に頭をぶつけて怪我をする危険も。帽子があれば、怪我も水滴も防げて便利。



濡れてもいい服

鍾乳洞内部の気温は低いものの、湿度があるため半袖でも快適。冷え性の方は念のため、何か1枚羽織るものを。



その1

満奇洞

住所 新見市豊永赤馬2276-2		
お問い合わせ 0867-74-3100		
営業時間 8:30～17:00(入洞は～16:30)		
駐車場 普通車100台(無料)		
入洞料		
大人	¥1,000	高校生 ¥1,000
中学生	¥800	小学生 ¥500



洞内の至る所に水たまりや地底湖があるので、きれいな水鏡になるスポットを探すのも楽しい。



足元はよく整備されていて、転倒の心配は少ない。一部鍾乳石上を歩く場所は要注意。



洞内の休憩所に設置された気温計。年間を通して15℃前後で夏は涼しく冬は暖かい。



妖しさと美しさ満点！異世界に迷い込んだような不思議な空間を楽しもう！

満奇洞は、その名の通り「奇」妙な造形美に「満」ちた神秘的なスポット。さまざまな形の鍾乳石と、それを色とりどりに照らし出すLED照明によって、妖しくも美しい空間を作り出しています。全長は約450mとそこまで長くないものの、迷路のように入り組んでいるので、初めての方は何度もぐるぐる回ることになるかも？ 極彩色に染まった満奇洞の探索は、子どもにとっても興味深い非日常体験です。時には興味津々に、時にはおっかなびっくり、探検を楽しむ子どもたちの姿が洞内のあちこちで見られます。

満奇洞の
ここが
おすすめ！

1.写真映えMAXのLED照明

現在の満奇洞の神秘的なイメージを決定的にしたLED照明は、2014年に設置されました。現在では、写真映えスポット・コスプレイヤーの方々の撮影場所としても利用されています。LED照明は一定時間ごとに色が切り替わるので、同じ場所でも少し待ってから撮影するとまったく印象の違う写真を撮ることができます。

2.多種多様な鍾乳石

リムストーン(畦石)、ストロー(鍾乳管)、フローストーン(流れ石)、カーテン(石灰幕)などなど……。満奇洞は、鍾乳石の種類の多様さから「洞窟の博物館」と呼ばれることも。見る場所見る場所で色も質感も違う鍾乳石で満たされていて、見飽きることがありません。

3.散策にちょうどいい長さ

歩き疲れず回れる程度の長さなので、お子様がまだ小さいファミリーにもおすすめ(もちろん高齢の方にも)。腰を曲げないと通れないくらい天井が低い場所も多いので、あまり無理をせず、頭上に気を付けて探索を。

竜宮

満奇洞の最奥部に位置する最も大きな地底湖。「竜宮橋」という真っ赤な橋がかかり、さらに奥には恋人の聖地に認定された「恋人の泉」が。

満奇洞

makidou

岡山県指定天然記念物

全長：約450m

高低差：ほぼ0m

所要時間：約30分

泉水

満奇洞奥の比較的大きな空間には名前が付いた3つの地底湖があり、「泉水」は最も入口近くに位置している。奇妙な形に成長したつらら石がレインボーのLED照明でライトアップされていて神秘的な雰囲気。

井倉洞

ikuradou

岡山県指定天然記念物

全長：約1,200m

高低差：約90m

所要時間：約40分

瀬戸の海

水たまりよりも、青くライトアップされた周辺の岩が幻想的で美しい。岩の表面の波のような模様は、岩を流れる水に含まれた石灰分が蓄積してきたもので、田んぼの畦(あぜ)のような形なので「リムストーン(畦石)」と呼ばれる。

涼しい！
楽しい！



一歩足を踏み入るとそこは別世界。
悠久の時を感じる冒険の旅へ！

その2 井倉洞

住所			
新見市井倉409(付近)			
お問い合わせ			
0867-75-2224			
営業時間			
8:30～17:00(入洞は～16:30)			
駐車場			
普通車300台(無料)			
入洞料			
大人	¥1,000	高校生	¥1,000
中学生	¥800	小学生	¥500

圧倒的なスケールの洞内は冒険感満点！ 水が形作った驚異の造形に大興奮

井倉洞は、高さ約240mの絶壁の内部に形作られた鍾乳洞。洞内はもちろん、周辺の風光明媚な眺めも魅力の一つです。長さ約1,200m、高低差約90m。長い洞内には名前の付いた鍾乳石がおよそ30。多種多様な鍾乳石を楽しみながら頂上まで登る前半、ゆるやかな下り坂を下る後半、どちらも違った趣があります。距離が長めでアップダウンもあるので、どちらかと言うと体力のある子ども向け。道中には椅子やベンチがたくさん置いてあるので、歩き疲れたら無理せず休憩を。



ダンジョンのような細く長い道が続く。よく見ると、足元の鉄板や石段などの上に石灰分が蓄積し、鍾乳石のような波目模様ができている場所も。百年後には完全に鍾乳石になるかも？

数十m級の滝やホールなど 縦方向のスケールにも注目

井倉洞の内部には3つの滝があり、その一つ「地軸の滝」はなんと高さ約50m！ 地底とは思えないスケールの大きさに圧倒されます。現在観光できる井倉洞の上には、まだまだ未開発の鍾乳洞が続いているそう。今後開発されれば、いつか見ることもできるかも……？



①「こうもり岩」。翼を広げたこうもりに見える。②「ささやきの間」。石筍が、顔を寄せ合ってヒソヒソ話をする人の顔のように見える。③洞内のあちこちに設置してある休憩所。拭く用のタオルも。④入口の橋(阿里佐橋)の下は高梁川。上流なので水も澄んでいる。



くらげ岩など

「くらげ岩」や「こうもり岩」が点在する、高さ約30mの巨大なドーム。最初に井倉洞を調査した探検隊はここより先には進めなかったが、後に開発が進み現在の観光洞が完成した。



ユニークな名前の鍾乳石がいっぱい！ 名前の由来を考えてみるのも楽しい。

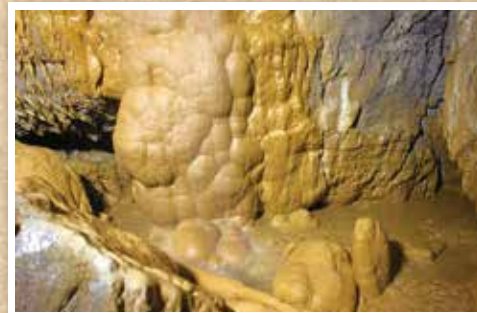
満奇洞には名前の付いた鍾乳石がなんと30以上。どれもユニークな名前が付けられています。「なるほど」と思うものもあれば、「どの辺が?」と思ってしまうものも。名前についての解説の看板などは置かれていないので、子どもと一緒に、どうしてそういう名前なのか考えてみては？



①「竹すだれ」。緑の苔に覆われて余計に竹らしく見える。②「東吉原」。石柱で区切られた小部屋の内側がライトアップされている。ちなみに東吉原は京都の漁師町。③「五百羅漢」。仏陀のもとに集まった500人の弟子たちのこと。地面から突き出た石筍をたくさんの人に見立てたもの。④「千枚田」。リムストーン(畦石)の模様がまるで棚田のよう。⑤「ナイアガラの滝」。言い得て妙だが、和風の名前は中々で少し浮いているような気も。⑥「仁王の脚」。仁王は仏教の守護神で、仏敵(仏教の教えに背く者)を踏みつけている像が多い。確かにたくましい仁王様の脚のように見えなくもない。

★鍾乳洞ってどうやってできたの？

鍾乳洞は、大昔のサンゴや小さな生き物の死がい何億年も積もって固まった「石灰岩」でできています。石灰岩は少しずつ雨水に削られ、小さな穴が開き、穴と穴がつながり、やがて大きな洞窟が形作られます。それとともに、水に溶け出した石灰分が洞窟の表面にさまざまな形の鍾乳石を形成し、気が遠くなるほどの長い時間をかけて現在見られる鍾乳洞ができあがります。鍾乳石の成長はとてもゆっくりで、1cm成長するのに100年以上かかると言われています。途方もない時間の流れを感じられるのも鍾乳洞の魅力の一つです。



つらら石

石灰分を含んだ水が天井から垂れた時、天井に残った石灰分が、時間をかけてつらら状に大きく成長したもの。



石筍

天井やつらら石から滴り落ちた水滴に含まれた石灰分が床に蓄積し、タケノコのように高く成長したもの。



石柱

下に向かって伸びるつらら石と上に向かって伸びる石筍が、成長の末に繋がって1本の柱状になったもの。





9月1日は「防災の日」です。
「防災の日」は、台風、高潮、津波や地震などの災害についての認識を深め、それらの災害に対処する心構えを準備するためとして、1960年に制定されました。
また、9月1日の「防災の日」を含む1週間が「防災週間」と定められています。

防災の日が9月1日に制定されたのは、1923年に大被害をもたらした『関東大震災』に由来しています。9月1日は、関東大震災が起きた日なのです。
昨今、大雨などの自然災害が多くなっていますが、もしもの時でも大丈夫なように「物資の準備」と「心の準備」を心掛けるようにしましょう。



HUG HUG世代と考える！ 防災特集



いつ災害が起きるか不安な要素が多い昨今の日本。
お子さまがいるHUG HUG世代のファミリーは、日頃から最悪の事態を想定して防災リュックを準備したり、部屋を掃除するなどして、災害に備える事とまずは自分が無事でないとお子さまも守れないという事を肝に銘じておく事が大切です。
今回の防災特集は、元消防士の現場の声をまとめたものです。
いざという時、冷静に何をすべきか、お子さまを交えて一緒に考えていきましょう。



緊急地震速報が 鳴ったらする事



- ✓ ホイッスルを首からかける。
※がれきに埋もれた時、居場所を知らせる為に家族分用意しておきましょう。
- ✓ 玄関までのすべてのドアを開ける
※地震で家がゆがみ、脱出できなくなる可能性も。
- ✓ 机の下にもぐり
4本脚の対角線の脚を持つ
※通称:さるのポーズ
- ✓ 外に逃げる



普段から しておく事

- ✓ 断水時にトイレや掃除に使うため、お風呂の水をためておく
※小さなお子様がいるご家庭では、溺死事故につながる恐れがあるので注意。
- ✓ 高い家具の固定
- ✓ 防災リュックの準備



防災リュックの中身

防災リュックの中身は季節や家族構成で変わってくるので、半年に1回は中身の点検をしてオムツのサイズなども交換しておきましょう。
特に持病がある方は、薬の準備も忘れずに。
小銭は、被災者同士で必要なものを物々交換する際にあると便利です。



- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ 簡易トイレ | ☐ 防寒着・雨ガッパ | ☐ 小銭 |
| ☐ ライト | ☐ 居場所を教えるホイッスル | ☐ オムツ(必要な方) |
| ☐ モバイルバッテリー | ☐ お皿 | ☐ 生理用品(必要な方) |
| ☐ 水(500ml×3本程度) | ☐ 非常食 | ☐ 薬(必要な方) |



TOTAL STUDIO
FOSSETTE

Maternity

photo

今しか残せない神秘的な姿を…

トータルスタジオフォセットは
2025年で創業91周年を迎えました
この大きな節目に、
これまでご利用いただいた
皆様に感謝の気持ちを込めて
期間限定ではございますが
無料にてご案内させていただきます

ご夫婦
でも！



お一人
でも！



ご家族
でも！



おーい！
元気に
でておいでー

HUG HUG読者様限定

撮影料金

マタニティドレス1着

全部ダウンロードOK！

全撮影画像
データ10カット

※スタッフセレクト

左記が
すべてセットで

全日

無料！

※ヘアセットは5,500円で承っております。

さらに！ 生まれてくる赤ちゃんの事前撮影予約で
赤ちゃん写真で作る世界に一つだけのママと赤ちゃんの大切な成長記録

母子手帳カバー プレゼント！

通常価格 3,000円

※母子手帳カバーは赤ちゃん撮影時に、フォセットオンラインシステムにて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。※全撮影画像データプランご利用の方に限ります。※全撮影画像データプラン以外をご利用の方は500円割引もしくは商品購入にご利用いただける500円分のポイントをプレゼントさせていただきます。



TOTAL STUDIO
FOSSETTE

www.fossette.jp

トータルスタジオ フォセット

下中野店

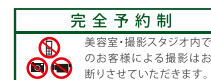
Tel.086-242-0753

岡山市北区下中野357-103 [ゆめポイント有]

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]



完全予約制

美容室・撮影スタジオ内
のお客様による撮影はお
断りさせていただきます。

※有効期限は2025年9月1日～9月30日まで。※ご予約は撮影を希望される店舗へお願いいたします。※配送手数料は一律900円お客様にご負担いただいております。※料金は全て税込表示です。

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！





水難事故

おぼれた人を見かけたら**自ら助けず**にすぐ119番！
訓練をした人間でなければ救助は不可能です。



溺れた人を見つけた時に、私たちができる事

- 1 溺れている人を見つけたら、まずは大声で付近の人にそのことを知らせてください。
- 2 119番に通報し、発生場所、発生した時間、溺れている人の人数、服の特徴(Tシャツや水着の色など)を伝えましょう。
- 3 浮力のあるものを溺れている人に向かって投げてください。

空の2リットルのペットボトルに、重りとして少しだけ水を入れます。
準備ができたなら、溺れている人に当てるつもりで、下手投げで投げてください。
当てるつもりで投げるのは、溺れてパニックになっている人にペットボトルに気付いてもらうためです。
どの災害でも、冷静な判断と素早い行動が命を救います。



消防士さんからのアドバイス

日頃から、「今ここで地震がきたら」など頭の中でシミュレーションをする癖をつけましょう。
旅行先でホテルに宿泊したらまず部屋から出て
どちら側に非常口があるかを家族みんなで確認しましょう。



豆知識

HUG HUG世代からよくある119番内容

- | | |
|---------------------|----------|
| ① 熱性けいれん(発熱、インフル含む) | ③ 交通事故 |
| ② 一般負傷(転倒のケガ、誤飲) | ④ 先天性の病気 |

「熱性けいれん」をおこしたら、救急車を呼び、嘔吐物で窒息しないように体を横向きにして、
痙攣している時間、左右対称に痙攣しているか部分的に痙攣しているかなど
落ち着いて観察する事。動画で記録しておくことと医師に説明する際に役立ちます。



いざという時のために… 取り扱い防災グッズ



(左)防災用特殊蓄光テープ 4,000円
(右)オリジナル防災リュック 15,000円



※暗闇で発光する蓄光テープは、ドアノブや段差、防災リュックの場所を示すなど、いざという時の目印になります。

ご注文は
LINEから



お話をしてくれた人
堀脇泰治さん

倉敷市消防局で18年間働いた後、独立起業して現在は「株式会社防災ネットワーク」の代表取締役。
過去に500回以上登壇、聴講者が1万人を超える防災講演活動をしている。山陽新聞、読売新聞、KSB、FMくらしきなどのメディアにも出演多数。
「助かる命を増やす」というミッションを掲げ、法人の防災コンサル、オリジナルの防災リュックの販売など、防災全般を担う。



火災について

火災による死亡原因のトップは一酸化炭素中毒によるもので、
家具などが燃える時に出る黒い煙は、**一息吸っただけで気を失います。**
火が付いてから、消火できるリミットはたったの**8秒。**
素人が消せる火の高さは**30cm**です。
キッチンでフライパンから火が上がり、天井に火が移ったら消火は諦めて逃げましょう。
換気扇まで来たらアウトです。



火事だと気が付いてあなたが一番にすることは、火を消す事ではなく外に逃げる事です！

消防士さんからのアドバイス

- check 01 ほこりに引火する事もあるので、コンセントは奥までぐっと挿すか、使わないなら抜いておきましょう。
- check 02 火元が見えないと発見が遅れる為、部屋の中は普段から片付けをしておきましょう。



【意外と知らない火事の話】

火事の後には原因調査が始まり、一旦焼けた家財道具を外に出し、火元を調べます。
住人は親戚宅に身を寄せるか、しばらくホテル生活が始まります。
火災保険は、隣家が火災を起こしても、自分の家の分は自分の保険を使う事になるので、自分が起こした火災でなくても、火災保険に入っていないと泣き寝入りという現状……。
保険に入る際は、内容をよく確認しておきましょう。



消防士さんのおすすめアイテム

キッチンにあると安心な消火スプレーは、小型で軽量の携帯型の消火器具です。
火災初期の小さな火を素早く消すことができ、操作も簡単で誰でも使いやすいのが特徴です。
スプレーは日頃使い慣れているので、慌てても焦らず使うことができます。

ホームセンターなどで購入できます

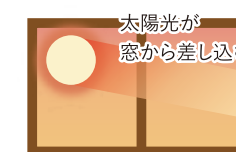


お子さまと考える

火事のミステリー

あるマンションでソファーに置いてあった人形が燃えるという火災が発生。
原因は、窓辺に置いていたクリスタルの置物だった！

窓辺にガラスやクリスタルを置くと、虫眼鏡で火を起こすのと同じ原理で太陽の角度によっては火が付き、収れん火災を起こす恐れがあります。
収れん火災は日差しの強い夏場特有のものというイメージがありますが、冬場は空気が乾燥しているうえに、太陽の角度が低く、部屋の奥まで光が届くため収れん火災が発生しやすいので注意が必要です。



太陽光が窓から差し込む

クリスタルの置物に光が集まる



※「収れん火災」のイメージ



読者アンケート結果

HUG HUG読者の方に、おすすめの防災グッズや災害の時に役に立つテクニックなどを聞きました。家族のことを思った準備品も、HUG HUG世代ならではの知恵ですね♪

食品用ラップフィルム

食事の時、皿に巻いてその上で食べると、食後もラップを捨てるだけで洗い物をしなくてOK!!
また、ケガをした時にも患部を保護できます。

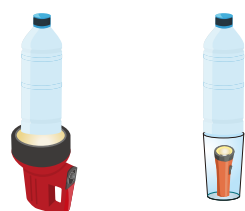


警視庁SNSより



ペットボトル&ライト

警視庁のSNSで見たんですけど、懐中電灯の上に水を入れたペットボトルを乗せるだけで、光が乱反射して周りを照らすことができるみたいです。
懐中電灯が小さい場合は、コップに入れるとうまくなります。火を使わないので安全です。



ペットボトルはラベルを外してね。
コップを使う場合は、安定感を確かめて。

水だけで炊ける非常食ごはん

アルファ米がスプーン付きで1食分ずつ個別包装されていてとても便利。
お湯なら15分、水なら60分でふくらみ上がります。白米やドライカレー、五目ごはんや炊き込みご飯など種類も豊富です。



<< 尾西食品 >>
アルファ米 非常食 (5年保存)

笛&懐中電灯

倒壊時などに自分の居場所を音で知らせる事ができます。
また、懐中電灯は光で知らせる事ができるので、セットで準備しておく◎



羊羹

カロリーも高いし、美味しいのでオススメ。
長期保存できるのもウレシイです。



液体ミルク&専用アタッチメント

赤ちゃんが急にグズリ出してもこれさえあれば安心。お湯がない場合も多いので、粉ミルクよりも早くあげる事ができます。
災害時でない普段でもサッと授乳ができるので、重宝します。



<< 明治 >>
ほほえみ らくらくミルク
(写真はアタッチメント装着時)

携帯簡易トイレ

瞬時に液体をジェル状に硬化し、漏れを防いで臭いもカットしてくれるので、車内でも使うことができます。最近では、100円ショップにも置いてありますよ。



<< ケンコー >>
携帯ミニトイレ プルブル

おしりふき

赤ちゃんにはもちろん、掃除やお手拭きにも使えて便利です。



身分証明書のコピー

大規模な災害が起こると、通帳やカード、印鑑がなくても身分証明書だけでお金を引き出せる特別な措置を取られることがあります。
通帳やカードが津波で流されたり、家が崩れてどこにあるかわからなくなった場合も、コピーを防災バッグの中に入れておくだけで安心です。



学校や会社、病院の連絡先

最近は、スマホの中に電話帳が入っているため、電話番号を覚えていない人も多いはず。大切な連絡先は、紙に書いて防災バッグの中に入れておこう。



キッズ防災セット

子ども用のリュックサックに、水や食料、カイロや雨具などの役立つ便利グッズがたくさん入ったセットがお気に入り。キャラクターものもあります。



リュックの中にタオルを詰めれば枕としても使えるよ。

<< ナカガワ >>
くまモンの非常持出しリュックセット

折り紙

避難場所では何かと暇。子どもの時間潰しにもなるので。



新聞紙

ガレキの中は危険なので、折りたたんだらスリッパにもなるし、冬場には防寒にもなるから。



避難所持品チェックリスト <一例>

避難所で2〜3日間過ごす時に必要な持ち出し品リストです。
リュックサックなどにまとめ、すぐに持ち出せる場所に用意しておきましょう。

防災セット

- ☐ ヘルメット・防災ずきん
- ☐ スリッパ
- ☐ ホイッスル
- ☐ 軍手・ビニール手袋
- ☐ 防寒着・雨ガッパ
- ☐ 防寒保温シート
- ☐ 身分証明書
- ☐ 懐中電灯・予備電池
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ スマートフォンの充電器
- ☐ 予備のモバイルバッテリー
- ☐ 万能ナイフ
- ☐ 筆記用具(油性ペン・ノート)
- ☐ 使い捨ての食器・箸など

飲料水・食料品

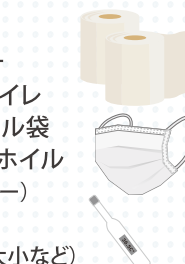
- ☐ ペットボトルの水
- ☐ カップ麺・缶詰
- ☐ 塩分タブレット
- ☐ ビスケット
- ☐ ゼリー飲料

救急用品

- ☐ ばんそうこう
- ☐ 包帯
- ☐ 消毒液
- ☐ 眼鏡・コンタクトレンズ
- ☐ 常備薬など

衛生用品

- ☐ マスク
- ☐ 手指の消毒液
- ☐ ハンドソープ
- ☐ ウェットティッシュ(大判)
- ☐ ドライシャンプー(水のいらないシャンプー)
- ☐ ウェットタオル
- ☐ 洗面用具(歯みがき・洗顔セット・タオル大小など)
- ☐ 体温計
- ☐ 簡易トイレ
- ☐ ビニール袋
- ☐ アルミホイル



+ 子どもがいる方

- ☐ ミルク
- ☐ 抱っこ紐
- ☐ 哺乳瓶
- ☐ 子どもの靴
- ☐ 離乳食
- ☐ 親子手帳
- ☐ 紙おむつ
- ☐ おもちゃ
- ☐ おしりふき
- ☐ 迷子札

+ 女性の方

- ☐ 生理用品
- ☐ 基礎化粧品
- ☐ サニタリーショーツ

+ 妊婦のいる家庭

- ☐ 清浄綿・新生児用品
- ☐ 脱脂綿
- ☐ ガーゼ
- ☐ サラシ
- ☐ 母子健康手帳

+ 要介護者のいる家庭

- ☐ 成人用おむつ
- ☐ 障害者手帳
- ☐ 補助具等の予備
- ☐ 常備薬
- ☐ お薬手帳のコピー

ローリングストックを心掛けよう

非常持ち出し品の保管には、普段から少し多めに食料や加工品を購入しておき、使った分だけ買い足す事を繰り返す「ローリングストック法」がオススメ!!



【ローリングストックしやすい備蓄品例】

(食料) 水、米、缶詰、インスタント麺、レトルト食品、栄養食品、お菓子
(日用品) トイレットペーパー、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ、ラップ、アルミホイル、洗顔料、生理用品

スマホの省エネな使い方を心掛けよう

- ☐ 必要なとき以外はなるべく使わない
- ☐ 「低電力モード」「バッテリーセーバー」に
- ☐ 画面の明るさを落とすか「ダークモード」に
- ☐ 画面の自動オフの時間を短くする
- ☐ 使わないアプリは終了・プッシュ通知オフ
- ☐ 通信環境が悪い時は「機内モード」に
- ☐ 家族で順番にスマホを使うようにする

予備のモバイルバッテリーも準備しておこう



ハザードマップを確認しよう

ハザードマップとは、災害の危険度を予測し、その被害範囲を地図上に表したもので、地域における災害への備えの強化、住民の災害時の避難や危険回避といった自主的な行動を支援する事を目的に作成されています。

ハザードマップには地震や津波災害のほか、水害、土砂災害などを対象にしたものがあり、避難行動の時ははじめ、災害学習、防災情報の整理といった目的に応じて利用できます。

岡山県のハザードマップ一覧はこちら



おかやま防災ポータル

<https://www.bousai.pref.okayama.jp>

岡山県 防災





北海道から来た 大人気のパン屋さん

北海道産の小麦、野菜、乳製品をふんだんに使った
焼き立てのパンと北海道のソウルフードをお楽しみください




今年も!

カレーパン グランプリ®2025 最高金賞受賞!



**2年連続
最高金賞受賞!**



**北海道産牛の
カレーパンフォンデュ**



6年連続受賞!



**海老
カレーパンフォンデュ**



**9月1日より販売
新商品!**



**十勝コーンとヒレピコ勝
ペーコン焼きカレーパン**



**9月1日より販売
新商品!**



**チーズとトマトの
北海道デニッシュカレーパン**



暑い夏を
カレーパンで乗り切ろう!!

HUG HUG読者様限定

期間中(8/20~9/19)

何度でも 10%OFF

使える デジタルクーポン

※レジにてクーポン画面をご提示ください

**ペンギンベーカーリー
岡山インター店**

☎086-250-7768

〒700-0017 岡山市北区伊島北町9-20
8:30~19:00(売り切れ次第営業を終了)

岡山インター1
岡山市立
山手中学校

← 一宮 すき家 津島京町家

餃子の王将
ペンギンベーカーリー
岡山インター店





ドイツの森

赤磐市

おかやまフォレストパーク ドイツの森



**おかやまフォレストパークドイツの森
ペア招待券プレゼント!!**

詳しくは、P48のプレゼントページから応募してね

四季折々の花がお迎え

親子で一日中楽しめるテーマパーク

ドイツの農村をイメージした緑に囲まれたテーマパークです。園内では芝滑りやカーカート、足滑ぎボートのほか、SNSで話題!! 高さ10mの#大きな森のブランコも楽しめます。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、ミニバタ、ウサギ……今年生まれた赤ちゃん動物たちとの触れ合い体験もでき、動物好きの子どもにもはたまらない経験に。楽しいイベントも盛りだくさん!

岡山県赤磐市仁徳中2006

Tel 086-958-2111

◎(平日) 10:00～17:00 (土・日・祝) 9:30～18:00

※9/14(日)は花火大会のため～21:00

㊦ 水曜 ※9/2(火)まで無休 ㊦ 2000台

📷 doitsunomori 🌐 @doitsunomoriofficial

おかやまフォレストパーク
ドイツの森



イベント情報はこちら





エムズ ヴィエノズリエ

M's viennoiserie

岡山市

パン好き待望!



日々の暮らしに、至福のひとつを
クロワッサンとデニッシュの専門店

岡山市南区の芳泉高校前にOPENしたクロワッサンとデニッシュの専門店「M's viennoiserie」はケーキ屋さんのような対面スタイルが新鮮です。フルーツが宝石のようにデコレーションされたデニッシュは、フルーツの甘さを引き立てる絶妙なクリームがクセになる美味しさ!!

フランス産のバターを使用したクロワッサンは、サクッとした食感と口に広がる芳醇なバターの香りがたままりません。

 HUG HUG読者限定! 

20%割引券プレゼント!!

詳しくは、P48のプレゼントページから応募してね

岡山県岡山市南区泉田 4-16-26

TEL 050-8885-4874

※ 9:00~16:00 ※ 日曜・第2・4日曜 (P) あり

ご予約、お取り置きは☎電話・DMにてお気軽にご連絡ください

 m.s_viennoiserie

リョーベラン
泉田店

岡山南警察署
M's viennoiserie

ハルカ
湯島店

岡山県立
岡山芳泉高等学校

バンズ泉田店

M's viennoiserie

南公民館





ベネッセの英語教室 BE studio

はもにいい倉敷教室

倉敷市



「はもに」は
Kids/Babyコースに
登録します



こども英語教室

9月無料体験キャンペーン

**最大
2回!**

体験特典

ポスター、体験レッスンDVD、
ブックレット&お菓子詰め合わせを
プレゼント!

Baby

(1歳～3歳未満の子)

月謝 6,600円(税込)

Kids

(年少～年長)

月謝 7,700円(税込)

Elementary

(小1～小4)

月謝 7,700円(税込)

Intermediate

(小5～小6)

月謝 7,700円(税込)

Advanced

(中学生)

月謝 7,700円(税込)

お気軽にお問い合わせください

☎0120-941-821

無料体験レッスンから始めてみませんか？

https://www.harmony-k.jp/english

岡山県倉敷市羽島666-1

Tel 086-434-9039

☎ 11:00～19:00 (日・月・祝を除く)

 bestudio_harmonykurashiki



ベネッセの英語教室 BE studio は
あもにいい倉敷教室は、社会医療法
人創和会はあもにいい倉敷が株式会
社ベネッセビスタジオと提携して
運営しております。



Arrows体操教室

倉敷市



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!

「多くの子どものため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。

ブラ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

〔Arrows 玉島教室〕 岡山県倉敷市玉島阿賀崎1-10-1 (玉島交流センター体育館)

◎ 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 (倉敷スタジオ教室)

◎ 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

◎ 土曜 (9:00~17:00 【計6クラス】) ◎ 2歳~小学6年生対象





音楽教室 いろおとridori

「やりたい」が
「できた」にかわる



● 月・火・水・土 開講中!!

- ・ベビークース(3ヵ月頃～)
- ・知育リトミックコース(1歳・2歳)
- ・ドレミげんばんコース(年少)
- ・キッズピアノコース(年中～)
- ・個人ピアノコース(4歳～)

子どもの「やりたい!」を引き出す 楽しさ満載のリトミック教室♪

元小学校の音楽専科の先生が行う、思わず笑顔になる楽しいレッスン! いろおとridoriでは、コーチング資格をもつ講師が、音楽的なだけでなく「非認知能力」もぐんぐん伸ばしています。

乳幼児期は、脳の発達と人間性の土台づくりにとって、とても大切な時期。だからこそ「楽しく学ぶ経験」が重要です。

生後3ヵ月の赤ちゃんから参加OK! リトミックを通して、お子さんの「やりたい!」「できた!」を引き出し、自信と笑顔があふれる時間を過ごしませんか?

体験レッスン受付中!!
お申し込みは公式LINEから♪

岡山県倉敷市林144-1(植松駅近く)

⑩ 10台  [irooto_ridori](#)



いろおとridori

大洲 林 丸亀製麺 水島インター



LINE



子育てママ必見!

セミナー・食事・駐車場含め、参加者の負担金や商品の勧誘は一切無し!

参加費・駐車場
無料

定員
20名

お1人でも
ご夫婦でも

初心者にも
わかりやすい

参加特典&プレゼント

セミナー後、
新イタリア料理
「コーザ・ボレ」の
Aランチ付き

※食事内容は予告なく変更になる場合がございます



※写真はイメージです

目から鱗のお金のセミナー

長寿化による「人生100年時代」のこれから。
自分らしくゆとりのある人生を送る為に、
国の制度・保障を正しく知り、「お金」に関する正しい知識をもちましょう。
セミナーでは、講師が

「家計節約」「教育資金」「住宅ローン」
「資産運用」「クレジットカード活用」などについて、
知って得するノウハウをお教えます。

しっかりお勉強した後は、美味しいランチを楽しみましょう♪

✓ 1つでも当てはまった方は参加をおすすめします!

- なかなかお金が上手に貯まらない
- ライフプラン(人生設計)を真剣に考えたい
- 子どもの教育費を効率的に貯めたい
- 「資産運用」に興味があるけど、難しそう
- 住宅を購入するとき、ローンの組み方はどうしたらいい?
- NISA・iDeCoって何?

なつやま ときよ

講師 夏山豊起 先生

全国各地で社会人や子育てママ向けの講演を年間300回以上実施する大人気のファイナンシャルプランナー。プライベートでは2016年に住宅を購入し、2人の娘のパパでもある。
教育費や住宅購入、資産運用など、実体験に基づいたライフプランニングが好評。

お問い合わせ

TEL.090-4655-3128 (的場 9:00~22:00)
okayama@lifechoice-woman.com

※参加希望日・氏名・電話番号をお知らせください。

詳細・お申し込み



会場

後楽ホテル
(岡山県岡山市北区平和町5-1)

※提携駐車場「アミティ西川」限定
駐車場無料(ホテル建物東側)

岡山駅
ビックカメラ・イコット
●ニコト
高島屋
みずほ銀行
●イオンモール岡山

9:45~ 受付開始
10:00~11:20 セミナー
11:45~ ランチ・自由解散

※連絡なしのキャンセルはご遠慮ください。次回以降お断りさせていただく場合がございます。
※夏山先生のセミナーを一度受講された方の二回目の受講はできません。
※保険会社および保険代理店で営業職をされている方のご参加はご遠慮ください。
※個人情報はお問合せに対する対応業務、及び当社サービスのご案内、各種情報のご提供などに利用させていただきます。
※本セミナーの申込対象年齢は20歳以上(学生不可)となります。
※15分超えられた場合はご入場できません。

注意
事項

[主催] 株式会社Blue Flame



静岡県

山陽自動車道



山陽本線



岡田県青少年教育センター 関谷学校



「キッズチャレンジキャンプ」
参加者募集中!

キッズチャレンジキャンプのテーマは、「仲間と協力してキャンプを楽しむ」です。
 テント設営や野外炊事などキャンプの基礎知識を学び、キャンプで知り合った仲間とともに、役割分担をしてミッションを達成する喜びを味わいます。



【開催日】
2025年10月11日(土)~13日(月祝)2泊3日
【参加費】 8,000円/人

※詳細は後日ホームページでお知らせします。

岡田県備前市関谷784
 Tel 0869-67-1427 Fax 0869-67-1645
<http://shizutani.jp/> info@shizutani.jp
 @534tocoyi

※公式LINEを登録の上、お申し込みください ➡

関谷学校
検索





DANCE STUDIO bloom one

岡山市



多彩な講師陣とジャンルの多さ 教室の雰囲気の良さが人気♪

ちびっこHIPHOPクラスでは、恥ずかしがらず元氣いっぱい踊れるように、使用楽曲も子どもらしい明るい曲を選曲♪ダンスの楽しさを感じてもらえる内容にしています。

ダンスを通じて礼儀も身につけ、初めての習い事にピッタリ! bloom oneでは初心者から上級者まで幅広く対応。多彩なジャンルから自分のスタイルや興味に合ったダンスを見つけられます。

■ちびっこHIPHOP(3歳半~小学1年生)

曜日	回数	時間	レッスン料
火		19:30~20:15	
金	月4回	16:30~17:15	5,700円~

岡山県岡山市北区野田屋町2-6-3
ニユービルマンション
Tel 086-230-5822
<https://bloom-one.net>





お問い合わせ依頼予約は
こちらから



 [dancestudio_bloomone](https://www.instagram.com/dancestudio_bloomone)

飛竜

岡山県内全域

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「トコラーメン 倉敷新京」のトコラーメンとのコラボレーション商品と、鶏ガラを贅沢に炊き出したスープが特長の、岡山市と倉敷市に店を構える人気ラーメン店「中華蕎麦かたやま」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。

トコ 飛竜

岡山市北区撫川941-1
Tel 086-293-1171
<http://www.hiryumen.co.jp>

希望小売価格:498円(1パック2食入/税別)



フォトグラファー

竹内真由

岡山市 倉敷市

#お子様の「今しかない瞬間」を やさしくふんわり切り取ります



保育士としての経験を活かし、フォトグラファーとしても活躍している2児のママでもある竹内さん。お子様の魅力を引き出し、ありのままの表情やその場の雰囲気も含めて撮影します。

ニューボーンフォト、お宮参り同行撮影や、ご自宅での撮影も可能。ぜひお気軽にご相談ください。



⇒ HUG HUGの表紙になるかも！

出張撮影 ¥18,000(税込)

＼ 今月のHUG HUG表紙を撮影／

Instagramで撮影した写真の投稿をしています。ご依頼やご質問は、DMまたは公式LINEよりお気軽にお問い合わせください。

 @yasuragi.baby
  @dcc2056m






岡山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、岡山県全域の幼稚園や保育園、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掛け情報

季節のお出掛け情報はもちろん、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

086-236-9012 (おやこ情報誌「HUG HUG」編集部)

株式会社岡山広告 〒700-0945 岡山県岡山市南区新保603-5

HUG HUG hugジュニ

ママさんでも 学生さんでも

おやこ情報誌「HUG HUG」
中学受験情報誌「hugジュニ」

スタッフ大募集!

取材ライター SNS運用
DTPデザイナー / オペレーター

「HUG HUG」「hugジュニ」編集部では、現在、スタッフを大募集中です!! クリエーターのみなさん、ママさん、学生さんなど年齢は問いません。一緒に地元のファミリーを盛り上げませんか!? 外注スタッフとしての活動でもOKですし、アルバイト契約、正社員契約など働きやすい形態に対応しております。

職種は、取材ライターやDTPデザイナー、SNS運用作業など誌面制作にご協力いただける方を募集しております。

ご興味のあるフリーランスの方、ママさん、学生さん、制作会社の方、まずは編集部までご連絡ください!

※経験者のみの募集となります

お気軽にご連絡ください。メールでもインスタのDMでもOK!

086-236-9012 (おやこ情報誌「HUG HUG」編集部)

info@hughug-town.com

株式会社岡山広告 〒700-0945 岡山県岡山市南区新保603-5

子育て応援サマ HUG TOWN

ママ・パパ目線の情報がギュッと集まる
子育てファミリーに優しい街

誌面設置場所はここら

HUG TOWN(公式ホームページ) トップページの最下部にある HUG HUGの「詳しくはこちら」ボタンをクリック!

HUG HUG詳細ページを下にスクロールしたら、ページ中央部に市町村ごとに誌面設置場所を記載しています。

<https://hughug-town.com>

おやこ情報誌「HUG HUG」が運営する、子育て応援サイト「HUG TOWN」が誕生!! 「住宅・土地」「病院」「学校・教育」「習い事」「行政」が集まった子育てファミリーに特化した街ができました。ここに集まれば全てが揃う、そんな街です。

HUG HUG誌面とも連動しており、最新号はもちろん、バックナンバーも充実しています。

戸建て施工数全国 No.1 人工芝専門店 芝キング

全国30拠点以上で活躍中!

圧倒的安心感! ローコストで最上級パフォーマンス!

お庭の変化でお家全体が明るくなる!

お庭のお悩み

草抜き地獄...天然芝の手入れ...
害虫の発生や侵入(蚊・クモ・ゴキブリ等)
せっかくのお庭が活用できてない...

解消

緑あふれるお庭を手軽に実現!
もちろんメンテナンスフリー!
グリーン効果で毎日リラックス

Before After

お家の景観を

圧倒的格上げ!

もう草抜きの必要はありません!
業界初! 10年保証書発行

国内検査機関で有害物質含有試験合格、耐久性・抗菌性証明、防災認定取得

どこにも売っていない! 他芝では真似できない!

★世界が注目★
芝キングターフ

とろけるECO芝
圧倒的おトク感とシルク感!

★最上級ローコストパフォーマンス! 100%リサイクル可能!★
2025年1月より新登場!

一般ブランド人工芝
耐久力: 2~7年
色合い: 深緑で不自然
ひと目で偽物と分かるものが多い

芝丈35mm
色合い: 自然な新芽色
まるで天然芝

HUG HUG見ました! なんと! 各芝 基本施工料 10%OFF!

ご予約が大変混み合っておりますので、順次現地調査承ります! ぜひお早めにご予約ください。

ご用命は今すぐこちらへ **0800-123-1511**

現地調査 お見積り 無料!

お急ぎの方はこちら **080-8981-6034** 担当/吉村(直通)

営業時間 9:00-18:00
岡山店公式LINE 簡単! 見積り依頼

リアライブ株式会社 芝キング 岡山県正規販売代理店 【所在地・展示場】岡山市南区海岸通2丁目1-33-4

岡山ワイズベビー教室、出張致します!

保育園、幼稚園、地域の子育て広場など、乳幼児が集まる場で開催します♪

お問い合わせはこちらまで 086-238-4618



9月5日(金)に操南子育て支援センターですよ～

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?

～赤ちゃんのために歯科ができること～

私たちが提供する的是お口のケアだけではなく、

育児の不安を相談し
心が軽くなるお手伝い。

たくさんの情報から
我が子に合った知識を選択。

食事、呼吸、姿勢を育む
講話や体験。

おけいこ感覚で
親子で触れ合う時間を。



お口育てしよ♪

★熟睡できるお口育て

『寝る子は育つ』とは言いますが、『お口が育っている子はよく寝られる』も確かです。唇のしまり、舌の力、噛み合わせ、顎の大きさ、気道の広さは眠りの質に影響します。

- *いびきをかく
- *目の下にクマがある
- *仰向けで寝られない
- *眠りが浅い

乳幼児期からこれらに当てはまる子はぜひ相談を。そして、講座を受講し、自分で寝られる子になろう♪

寝かしつけが楽になり、
親子でぐっすり
眠れる秘訣をお伝えします♪
zoom参加も可能です。

ねんね教室に参加しよ♪/睡眠教室

★9/30(火)10:00～開催!

費用 1,500円
(当院患者様と友達紹介者は500円引き)

講師 小川 エリカ
乳幼児睡眠コンサルタント/元小学校の先生
5・3・1歳の3人子育て中♪ぐっすりおねねや子どもへの声かけ・かわりを工夫することで日々大変が少しでも楽しいに変わるお手伝い。
“ひだまり”のようなほっと安心できる場所を目指して活動中!



WARAリズム 体幹エクササイズ♪

★9/12(金)・9/26(金)開催!

時間 10:00～/11:00～
費用 1回1,000円
(当院患者様と友達紹介者は500円引き)
講師 今石 由美
歯科助手/保育士/歯科食育士
WARAリズムアドバイザー
一般社団法人日本歯固め玩具協会認定講師

0歳からの身体作りを親子で
ぜひ体験してください♡



くつの会

靴の選び方や
履き方のポイントをお伝えします!

★9/16(火)開催!

対象 0～3歳頃
時間 10:00～
費用 1,500円
(当院患者様と友達紹介者は500円引き)
持ち物 普段よく履いている靴



要予約 ご興味のある方はお電話またはInstagramのDMへ♪



OKAYAMA_Y's



日本小児
歯科学会
専門医

日本小児
口腔発達
学会理事

日本小児歯科学会認定
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

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、ぜひご連絡ください。

- ・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!

子ども歯並び説明会開催!

無料 9/20(土)12:30～
10/19(日)9:00～/11:00～



【ご予約・お問い合わせ】 WEB予約ができるようになりました

お子様の歯科デビュー、むし歯や歯並びが気になる方、
しばらく歯医者さんにかかってない方、歯の治療が苦手な方、
お気軽にご予約ください。



※ただし、以下の方はお電話でのご予約をお願いいたします。

ご相談がある方

再来院の方

土曜日の診療をご希望の方

当日の診療をご希望の方(痛みがある・出血している等)



診療が終わったら
コインをゲット!
電車を
走らせるよ♪



一緒に輝くスタッフ募集中

ブランクがある方、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。

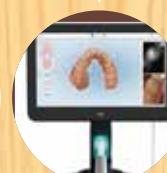
目立たない
矯正



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



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。

OKAYAMA_Y's

KYUJIN





遥斗(はると)ちゃん(8カ月)・紬(つむぎ)ちゃん(2歳)

お姉ちゃんが持っているものが魅力的に見えるみたい(笑)



陸斗(りくと)ちゃん(3歳)

ニコニコ 色んなポーズができるようになったね!



瑠夏(るか)ちゃん(1歳)

ドイツの森に行ったよ!



実紅(みく)ちゃん(2歳)

ケンカもするけどやっぱりお姉ちゃん大好き♡



愛希斗(あきと)ちゃん(8カ月)

早くソフトクリームが食べたいね!



愛莉(あいり)ちゃん(3歳)・真衣花(まいか)ちゃん(1歳)

いつまでも仲よし姉妹でいてね!



空(そら)ちゃん(3歳)

最近、虫探しが好きな空ちゃん♪でも、虫怖〜って逃げちゃうの



大輝(たいき)ちゃん(10カ月)

ご飯が大好き! いつもいっぱい食べてくれてありがとう♡



仁絆(に絆)ちゃん(11カ月)・理仁(りじん)ちゃん(11カ月)

双子ちゃんHappy Birthday これからも仲良くそだってね♡



朔也(さくや)ちゃん(2歳)

1年ぶりのアンパンマンに会いに来たよ♡



蒼生(あおい)ちゃん(3歳)・七菜(なな)ちゃん(7カ月)

妹をいつも大事にしてくれるお兄ちゃん。これからたくさん遊ぼうね♡



空(そら)ちゃん(11カ月)

つながり立ち出来るようになったよ。いろんな所に手が届くね。



詩(うた)ちゃん(2歳)

はじめてのすいかわりをしました



凛(りん)ちゃん(2歳)・權(かいは)ちゃん(1歳)

りんちゃん七五三で姉弟撮影♡ がいくん泣いちゃったけどいい思い出



ゆかりちゃん(3歳)・ゆりあちゃん(11カ月)

甚平着てみたよ! 願いごとが叶いますように☆



結架(ゆいか)ちゃん(8カ月)

初めての外でたち嬉しそうだなにより!



陽仁(はると)ちゃん(3歳)

アイスをコロコロ!



一嘉(いちか)ちゃん(9カ月)

たくさん食べて、たくさん遊んで、元気に大きくなってね♡



律斗(りと)ちゃん(6カ月)

元気いっぱいおおきなあれ!



里桜(りお)ちゃん(2歳)

美味しい桃を収穫しました



結遥(ゆいは)ちゃん(3歳)

七夕の日、天の川は見えなかったけど夜の散歩楽しかったね☆



結衣(ゆい)ちゃん(2歳)

ひまわり畑、綺麗だったね! 目をキラキラさせていて楽しかったね!



莉煌(りおん)ちゃん(2歳)・紫煌(しおん)ちゃん(0カ月)・竜煌(りゅうき)ちゃん(3歳)

6月19日に誕生したしおんちゃん! はじめてのスリーショット♪ りゅう兄ちゃんもりおん姉ちゃんも可愛がってくれて嬉しいね♡

メールかホームページにてご応募ください

【必要事項】
件名を「はぐべび」
メール本文に、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】 baby@hughug-town.com
【応募締切】 2025年8月31日(日) 24:00 (毎月末締め切り)



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 ゆめポイントたまります
☎ 086-242-0753
岡山県岡山市北区下中野357-103
OPEN 9:00~18:00 (火曜定休) (駐車場完備)

倉敷店 ゆめポイントたまります
☎ 086-426-5753
岡山県倉敷市田ノ上1125-1
OPEN 9:00~18:00 (火曜定休) (駐車場完備)

完全予約制
スタジオまたは美容室でのお客様による撮影はお断りさせていただきます。

プリント料金(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

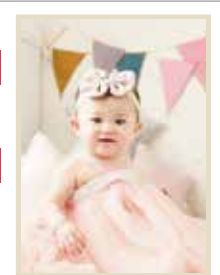
※ご予約は撮影を希望される店舗をお願いします。※全イベント撮影用衣装・小物及び背景は店舗によって異なる場合がございます。※商品配送料は一律900円です。※料金は全て税込表示です。

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!

HUG HUG 10月号(9/20発刊)に掲載される0歳~3歳の赤ちゃん写真を募集中!

10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。

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

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

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!

10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送信ください。
先着45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8月末までです

3分なぞときミステリー

3分で解けるお手軽ミステリーで、頭の体操にチャレンジしよう!
あなたの推理力で、下の文章の中に潜む謎を解き明かしてください。

夏休み明け、太郎君は先生に呼び出された。
先生は、太郎君が提出した自由研究に疑問があると言う。
先生「太郎君、君の自由研究のテーマは何ですか?」
太郎君「はい、『虫の観察』です!」
先生「でもこの写真は、どう見ても人間に見えますけど」
太郎君「はい、僕のお兄ちゃんです!」
先生「お兄ちゃんは虫じゃなくて人間でしょう?」
太郎君「でも、お母さんが『お兄ちゃんは虫だ』って」
先生「お母さんが!? お母さんとお兄ちゃんは仲が悪いの?」
太郎君「いいえ、悪くないと思いますけど」
先生「お兄ちゃんは何をしている人なの?」
太郎君「大学生で、今は夏休みだから帰って来てるんです」
先生「なるほど……。太郎君、君は勘違いをしています」
太郎君がお兄ちゃんを虫と勘違いした理由は何でしょうか?
(正解はp48をご覧ください。)



クロスワードパズル

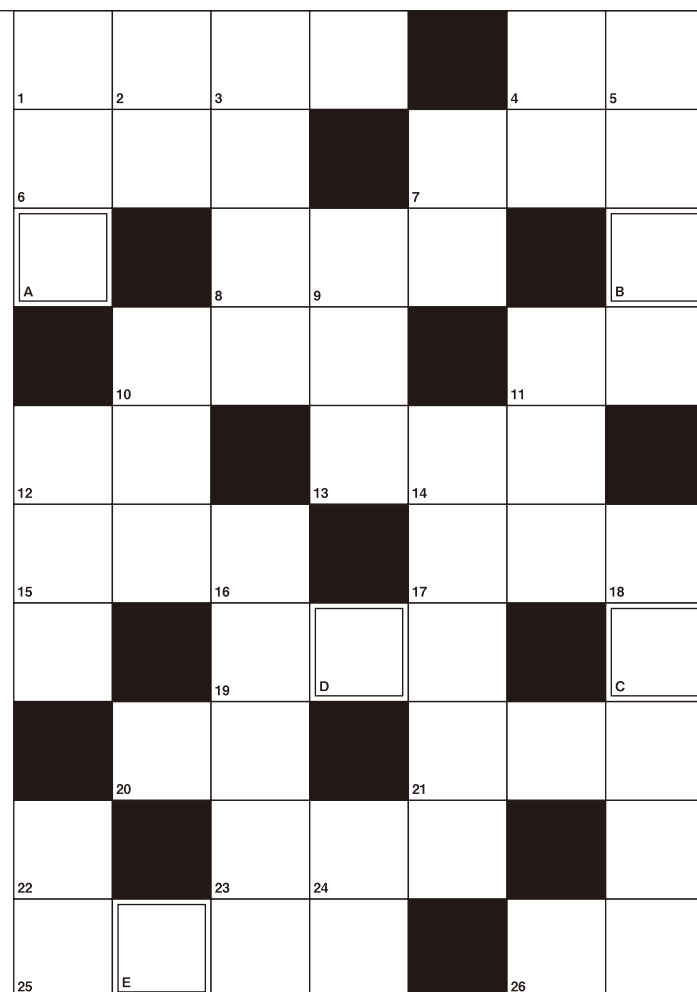
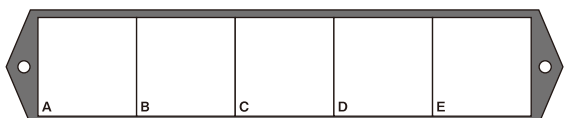
タテのカギ

- 1 日本の夏が暑い原因
- 2 ロバとウマの掛け合わせ
- 3 ○○○○にも三分の理
- 4 哺乳類しかかけないもの
- 5 赤色の花。子どもの頃、蜜を吸った人は多いはず
- 7 秋に咲く花。日本の国花
- 9 軽くあぶってマヨ+七味で
- 10 脂の乗った若いサケ。下手な大トロより高いらしい
- 11 魚の締め方のひとつ。活け締めより一段下のイメージ
- 12 アイヌが信仰する霊的存在
- 14 秋の雲。正式名は巻積雲
- 16 サルモネラ菌に注意。海外ではあまり食べないらしい
- 18 三大洋と言えば、太平洋、大西洋、あともう1つは?
- 22 頭皮の保湿不足のサイン
- 24 最近ではグミの方が人気?

ヨコのカギ

- 1 海上に火が見える怪奇現象
- 4 「リネン」の原料になる植物
- 6 ○○○→ハマチ→ブリ
- 7 ○○○乗車…乗車駅と降車駅の切符だけを買う不正乗車
- 8 エビやカニのクリームスープ
- 10 「やかん」を英語で何と言う?
- 11 全ての生き物のつがいを集めて船に乗せたすごい人
- 12 アクアリウムの掃除屋
- 13 1868年~1912年
- 15 「貉」。アナグマの別名
- 17 「ジャンボタンシ」は通称名、「スクミリンゴガイ」は○○○
- 19 毒蛇。焼酎に漬けることも
- 20 「シタビラメ」の岡山の呼び名
- 21 greatやexcellentより控えめ
- 23 緑色の頭が目立つ水鳥
- 25 英語だと「eraser」
- 26 半分以上脂肪でできた臓器

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!



歯っぴー☆ はなちゃんフェス

日時 令和7年9月21日(日)
8:50~ / 9:30~ / 10:10~の3部制
場所 はなふさこどもデンタルクリニック
(岡山市南区浦安本町51-1)

歯医者さんにな
ってみよう!

オリジナルの
かざぐるまを
作ろう

おおきな
はなちゃんを
描こう

はなちゃん
広場で
遊ぼう

先生これって
どうなの?
相談コーナー

対象 歯医者さん体験→3歳以上 / その他何歳でも可
受付 完全予約制(令和7年8月18日(月)~予約開始)
駐車場 当院の敷地内駐車場

*すべてのブースに人数制限がございます。先着順となっております。お早めにご予約ください。
*小さいお子さまも広場で遊んだり、お絵描きをしたりできますので、どなたでもご参加ください。
*その他何かございましたら、当院のInstagramにて発信しておりますのでご覧いただくか
医院へ直接お問い合わせください。

くわしくは
Instagramを
チェック!



診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
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。



Instagram

ホームページ

歯科医師ママの健康通信

vol.44

心身ともに健やかな笑顔を育てるニュースレター

子どもの姿勢が気になる…キッズヨガははじめませんか？

1 現代社会は日常生活が便利になったことで、体を動かす機会が減り、都市化や少子化などにより、子どもたちが身体を使って遊ぶ場所も少なくなっています。最近では、姿勢が悪い・片足で立てない・スキップができない・やる気がないなど心身ともに心配な子どもが増えています。

2 ヨガでは自分自身の身体を使い、自分自身の身体や心を知り、本来子どもの持つ自然な生きる力を育てます。続けていくと、大地をしっかりと踏みしめられる足の土台ができてくるので、背骨が安定し、本来の姿勢に戻っていきます。初めはカチンコチンだったりグラグラだったり……子どもはそれを楽しみながら、身体の使い方を得ていきます。スポーツ競技と違い優劣はなく、その子にとって必要な部分に働きかけるので、どの動きの支えにもなります。

3 呼吸にも意識を向けられるよう、呼吸のガイドをします。「自分の心」と書いて「息」です。深く呼吸できるようになると、子どもたちは安定し、集中力が付いていきます。



和気歯科医院では、矯正治療中に姿勢や呼吸を改善する目的でキッズヨガのレッスンを取り入れています。キッズヨガ講師の資格を取得したスタッフが楽しく心身を育んでいます。気になる方は無料歯並び相談も行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

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。

- ①授乳や離乳食の相談
 - ②姿勢や呼吸の育て方
 - ③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

岡山ワイス
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

〒700-0945 岡山市南区新保1318-10

〈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

<https://www.wake-clinic.com/>

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



歯のお悩み Q&A

A 誤飲などが起こらないよう注意して見守りましょう。

Q 1歳の子どもの口に入れてたり噛んだりするのは困っています。できればやめさせたいのですが、どう対応するのが正解でしょうか。

1歳頃からは他の視覚など他感覚器の発達とともに徐々に口に入れることなく色々なもので上手に遊べるようになってきます。

これは脳の発達にとってとても大切な過程なので、お家の中ではなるべく誤飲が起こらないように環境を整える、外ではよく見ておいてお口の中に入れてはいけないものを入れないように言葉による声かけとともに口の中に入れないよう優しく止めてあげましょう。

赤ちゃんは、食べ物はもちろんそれ以外のおもちゃや身近にあるもの、外では砂、植物など手あたり次第に口に入れる時期がありますね。

これは発達の段階で必ずあることです。人間の感覚器の発達は、触覚から発達していくと言われています。触覚は妊娠2～3カ月くらいには出現してきて、胎児はお腹のなかでも指をしゃぶったり、羊水をなめたりしています。

産まれてからは、4カ月から6カ月頃になると手を口に持っていくようになり、7カ月から1歳前後くらいでは手にしたものを口に持っていく、何でも口で確認する時期となります。



ブリード歯科 院長
そやま せいじ
曾山 聖二 先生

平成17年 ブリード歯科開業。子どもが大好きで、大切な歯をムシ歯から守るため、一緒に楽しくがむるクラブ『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。



ブリード歯科

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 19:00	●	●	●	／	●	14:30 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。

パコちゃんと博士の / なぜ？なに？質問箱

パコちゃんのふとした疑問に、博士が分かりやすく答えてくれます！

夜見る夢と、将来を思い描く夢、夢には2つあるけど、英語のdreamにもその2つの意味があるんだって！これって偶然？

偶然でも何でもありません。元々、日本語の「夢」には夜見る方の意味しかなかったんだ。一方で、英語の「dream」には両方の意味があった。明治時代に英語が日本に入ってきた時、将来の方の意味の「dream」に「夢」という訳語を当てたんだ。将来の夢なんて、夜見る夢と同じくらい不確かなものだって思ったんだろうね。



日本って昔「黄金の国」って呼ばれてたんだよね。何で金なんて採れない日本がそんな詐欺みたいな呼ばれ方をしたの？

昔は本当に黄金の国だったからだよ。岩手県に「中尊寺金色堂」という金箔張りのお堂があるんだけど、あの辺の川では昔砂金が大量に採れていたんだ。もちろん、黄金の国と呼ぶには大げさかもしれないけど、原因は探検家のマルコ・ポーロが、噂話を真に受けて、本の中で「黄金の国」って紹介したことなんだよ。



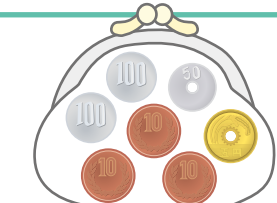
おつりはいくら?

スーパーのレジではらう おかね を〇で かこんで、
おつりがいくら になるか けいさん しよう。

レジでお金を
はら
払ってみよう!



だい 1 もん

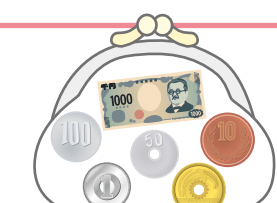


はらう
おかね 円

円 - 217円 = 円

こたえ おつり 円

だい 2 もん



はらう
おかね 円

円 - 731円 = 円

こたえ おつり 円



ファイナンシャル・プランナー
FP角山の

FINANCIAL PLANNER KAKUYAMA'S MONEY COLUMN

vol.52

ちょっとためになる お金 の話

政府は「貯蓄から投資」を促進して
おります。制度上の優遇策を設けるこ
とによって、預貯金を投資に回し、より効
率的に運用してもらうことを目指して

日本金融資産は、2025年3月
末時点2195兆円で、その6割は60
歳以上が保有していると言われていま
す。なぜ65歳以上……と思われる方も
多いと思います。

まず、対象者ですが、新NISAは18
歳以上が対象だったのに対して、プラチ
ナNISAは65歳以上が対象になりま
す。なぜ65歳以上……と思われる方も
多いと思います。

①対象者
②対象商品

2026年から開始が検討されてい
るようです。
現行の新NISAと何が違うのか見て
いきましょう。

前回もNISAについて話し
ました。今回はプラチナNISAです。

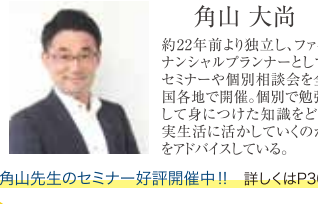


「かくさんの
知って得するお金の
ちょっと良い話」
毎月第4水曜日
16:10頃～約5分
次回は8月27日(水)です

※若干時間が前後する可能性があります

好評を頂いております第4回目ラジ
オ出演の詳細です。

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22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

最後までお読み頂きましてありがと
うございました。また、良かったら、来月
も見てください。

「ここまで聞くともNISA」
「プラチナNISA」とも良い制度に
思えますが、懸念点も色々考えられま
す。また、次回以降でお伝えしますね。

現在、夫婦2人の公的年金の受給額
は22万円〜25万円(厚生年金の場合)、
それに対して老後の最低限の生活費は
23万円と言われております。
今の年金収入だけでは老後の生活費
が不足する可能性があり、毎月の安定
した収入を期待する声をよく聞きます。
公的年金のプラスαになり、老後の生活
費を補えます。また、現行のNISA
と別枠で、非課税投資枠が設定される
予定です。

いると思われれます。
次に対象商品です。新NISAでは
上場株式、ETF、投資信託が対象で
したが、「毎月分配型投資信託」は対象外
でした。プラチナNISAではこの「毎
月分配型投資信託」を非課税投資対象
に加わることが検討されています。
この導入には老後もらえる公的年金が
関係していると思います。

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

日 時 9/11 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)
くらし健康福祉プラザ
場 所 (倉敷市笹沖180)
102研修室



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を定評。資産運
用セミナーや個別相談会を岡山中心
に開催。

●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?



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!

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。



近日開催のイベントの情報も
Instagramでお知らせ!!

Instagramで おすすめ情報発信中!

HUG HUGのInstagramでは、
岡山のおすすめ最新情報を発信しています。

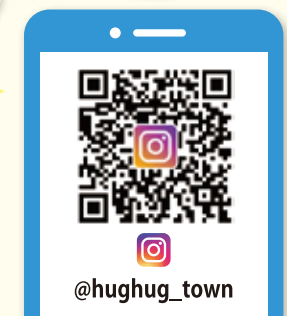
新しいお店が
オープンした!

おすすめ
イベント情報

ママやキッズに
嬉しいサービス!

使って便利な
子育てグッズ
etc...

皆さまのフォローを
お願いいたします♪
もちろん、
誌面やイベント
などに関する
投稿も大歓迎です!



@hughug_town

〒701-1143 岡山市北区吉宗856
TEL : 086-294-5400
E-Mail : elem@asahijuku.ac.jp

つみき も ん だ い

つみきの かず は ぜんぶ で いくつ かな？ かず を かぞえて かいてみよう。

つみきの かず は こ	つみきの かず は こ	つみきの かず は こ
つみきの かず は こ	つみきの かず は こ	つみきの かず は こ

Labo Party 英語こども教育 ラボ・パーティ

ラボ・チューター(指導者)になりませんか

絵本、キャンプ、国際交流を通じて、子どものことばと未来を育みます。
単なる英語の知識を教えるのではなく、コミュニケーション力や社会力も育てるラボ教育は、これからの社会を生きる子どもの可能性を広げます。
子どもの未来を担う教育活動に、みなさんの知識と経験を活かしてみませんか！

A B C
岡山県
全域

0歳～
小学生

こども英語教室

岡山地区 ラボ・チューター説明会

日 時	9月2日(火)、3日(水)、4日(木)、5日(金)、6日(土) 全日10:00～11:00 ※終了後30分程度Q&Aタイムをとります
申込締切	参加希望日2日前の正午まで
申込方法	ラボ・チューター紹介サイト(右QRコード➡)から 「ご質問・事前のご連絡」欄に 「岡山説明会 9月〇日希望」とご記入ください

ラボ・チューター説明会
申し込み・
資料請求は
こちら

ラボっ子(会員)も募集中

0～3歳児の親子グループから、幼児、小学生、中高大生のグループがあります！ぜひお近くのラボ・パーティを体験ください

**お近くの
教室検索は
こちら**

ラボ教育センター(西日本事務局)
大阪府大阪市北区曽根崎新地2-6-12 大阪小学館ビル4F

0120-808-743

訊き手

中川大

NAKAGAWA Futoshi

おかやま住宅工房

第四回

須浪亭商店

須浪隆貴

SUNAMI Ryuki

民藝を訪ねて

現代の「用の美」をめぐる対話

Visiting Japanese Folk Crafts

Dialogue over contemporary "beauty for use"

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

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

●「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

「民藝を訪ねて」
特設サイト

https://ojkobo.co.jp/folkcrafts/

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

おかやま住宅工房
オフィシャルサイト

https://ojkobo.co.jp

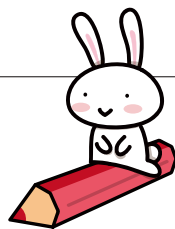
Instagram

@okayama_jutaku_kobo

「民藝を訪ねて」
特設サイト

https://ojkobo.co.jp/folkcrafts/

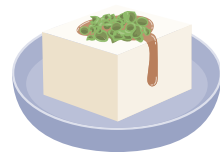
むすんでみよう



おなじ なかま の もの を せんで むすびましょう。



けいろうのひ



とうふ



がっこう



くすり



いろえんぴつ



いぬ



きょうかしょ



トリマー



ぬりえ



やっきょく



おじいちゃん
おばあちゃん



だいず

とけいの 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

「何時 何分」の
「何時」を あらわす。
みじかい はりが
2しゅう 回ると、
24じかん(1日)。

ほそなが 細長い はり

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、
「びょう」を あらわし、
1分で 1しゅうする。

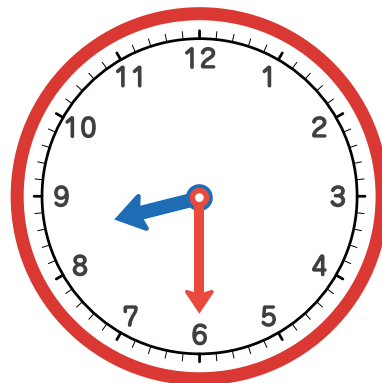
なが 長い はり

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

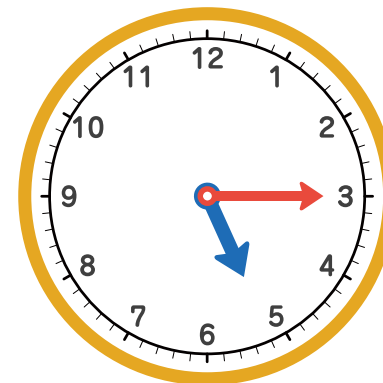
はりは みんな
みぎまわ
右回りに うごく。



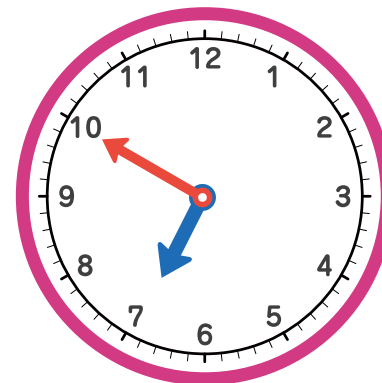
何時 何分か わかるかな? 時計を せいかくに 読んでみよう。



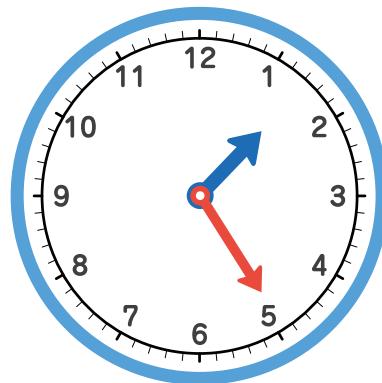
(じ ふん)



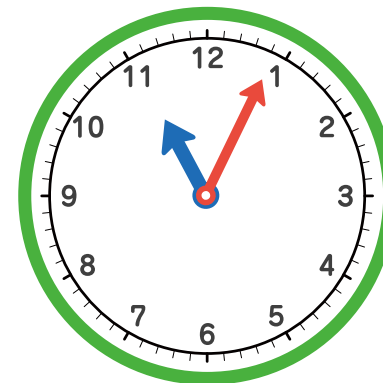
(じ ふん)



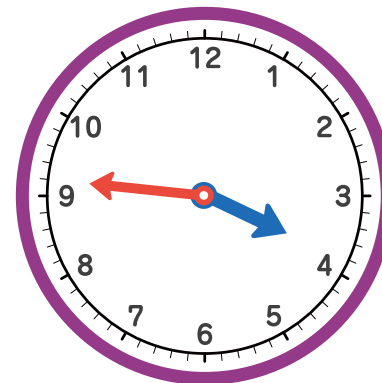
(じ ふん)



(じ ふん)



(じ ふん)



(じ ふん)

ひらがなをばんごうじゅんにならべると
ひとつのことがかんせいするよ。

スタート

ゴール

か が み り く

1 2 3 4 5

なんばんめ?

じゅんばんきちんといえるかな

まえから5ばんめのキリンの○にいろをぬろう

まえ うしろ

みぎから2ばんめまでのくつの○にいろをぬろう

ひだり みぎ

ひだりから4ばんめまでのまつぼっくりの○にいろをぬろう

ひだり みぎ

ことばさがし

かくれた ことばを みつけよう



こんちゅう



たて・よこ・ななめに **こんちゅう**の ^{なまえ}名前が

^{ぜんぶ}全部で **8しゅるい** かくれているよ。

みつけたら ○でかこってみよう! ^{もじ}文字は いちどしか つかえないよ。

ぜんぶ みつけられるかな?

も	ん	し	ろ	ち	よ	う
か	す	ず	ち	り	て	か
し	ま	せ	み	ん	あ	と
と	す	き	と	い	こ	ほ
ん	つ	う	り	ら	た	ば
ぼ	む	へ	い	る	を	つ
し	げ	く	わ	が	た	た

Q.7 中級 なぞなぞ

まんいん でんしゃ の
満員電車に乗っている人が
はいているクツって
どんなクツ?



ぜんぶ なんもん と こた
全部で何問、解けるかな? 答えは43ページだよ。

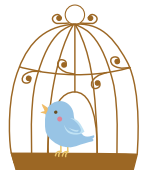
Q.8 中級 なぞなぞ 「ふみくん」さんからの問題

ほか のものを抜いていく
どうぶつ
動物ってなーんだ?



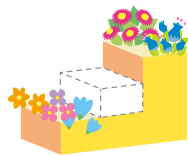
Q.1 初級 なぞなぞ

とり いえ
鳥の家にある
調味料ってなーんだ?



Q.9 上級 なぞなぞ

かいだん だん め はず
階段の2段目を外したら
ほか だん はな さ
他の段に花が咲いたよ。
どうしてかな?



Q.2 初級 なぞなぞ

あさ いちばん さいしょ
朝、一番最初に
あ
開けるふたって
どんなふた?



Q.10 上級 なぞなぞ

ぎょうざ とけい てしな
「餃子 時計 ひまわり 手品」
なにか
仲間じゃないのは
どーれだ?



Q.3 初級 なぞなぞ

けんはけんでも
いし かみ
石とハサミと紙で
できているけんは?



Q.11 上級 なぞなぞ

ママがいつもパパから
たの
頼まれるものって
どんなもの?



Q.4 初級 なぞなぞ

そら う
空にプカプカ浮いている
の もの
9の乗り物って
なーんだ?



Q.12 超級 なぞなぞ

にん
10人のアイドルが
なか よ つか でんか せいひん
仲良く使う電化製品って
なーんだ?



Q.5 中級 なぞなぞ

いぬ ねこ
犬と猫が
みち あ
道でばったり会ったよ。
おどろ
驚いたのはどっち?



Q.13 超級 なぞなぞ

おうさま すこ わら
王様が少し笑いながら
することってなーんだ?



Q.6 中級 なぞなぞ

みんなの足の下にある
あし した
9ってなーんだ?



バラの中をいっぱい走ったね♡



6/19に妹が生まれ3兄妹になりました! はじめてのスリーショット♪



バンド好きな母に連れられ和歌山へ。また会いたいなあ♡元気だね!



大好きなシャボン玉遊びのワンシーン



伸ばして遊びました。



2人ともじいじが大好き。幸せの重み。



お魚たくさん食べたよ♡



パフェ美味しかった!



元気に育てて♡



プールが大好き! いっぱい遊ぼうね♡



暑い日のかき氷最高♡ 土曜夜も楽しんだ夏だったね☆



女の子がどい表情してくれま



流れるプール、波のプール、吊り橋、バケツ...全部楽しかったね☆



自分でカレー作ったよ



お化け屋敷もへっちゃらだよ♡



かき氷 ♪ からの花火 ♪



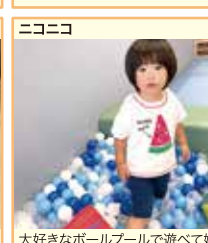
じぶんも文字はよめないけど、妹のためにがんばります



カニ弁当は最高!!



ハイハイができるようになったよ! 今日はどこに行くかなあ~



大好きなボールプールで遊んで嬉しそう♪



チョコアイス作成中♪



カッコいい消防車のおもちゃで遊んだよ!



いとことおとまり♪ずーっと一緒にうれしい♡ 楽しすぎた! ♪☆



仲良く2人でお風呂さっこ♡



毎日かわいい♡ 大好きだよ♡



嬉しそう顔で楽しいのが伝わるね♡



ハンマーヘッドシャークもいたし、ヒトデも触れて楽しかったね♡



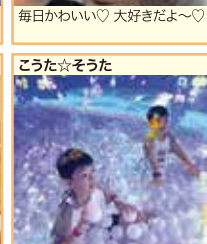
3.2.1.ジャンプ



うみちゃん



そらちゃん



こうた☆そうた



みくちゃん♡



めいちゃん♡

ホームページからの
かんたん応募で
毎月投稿してね♡

応募が多数の場合や過度な加工は、編集部にて選別させていただきます。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。また、複数のアドレスからの応募も重複掲載はなしとさせていただきます。

ご注意ください



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「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】 2025年9月5日(金) 24:00(毎月5日が締め切りです。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きます。あらかじめ、ご了承ください。
※「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。

ご応募
お待ちしております





あなたの知ってる
なぞなぞを教えてね♪

みんなが考えたなぞなぞが
「HUG HUG」に載るかも!?

＼ご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!!

A-7 きゅうくつ
窮屈(きゅうくつだから)

A-8 たぬき
たぬき(他抜き)

A-9 くだん
花壇(になったから(2文字目をとると))

A-10 とけい
時計(時計だけタネがない)

A-11 つまようじ
つまようじ(妻 用事)

A-12 とお
トースター(10 スター)

A-13 わら
クッキング(クツと笑った王様)

A-1 す
酢(鳥の家は巣)

A-2 まふた

A-3 じゃんけん

A-4 ききゅう
気球(き 9)

A-5 ねこ
猫(猫だけにcat(キャット)驚いた)

A-6 ちきゅう
地球(ち 9)

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

休日当番医表(9月)

		9/7(日)	9/14(日)	9/15(月祝)	9/21(日)	9/23(火祝)	9/28(日)
岡山市 《診療時間》 9:00～17:00	旭川東	横田内科クリニック(内科) 中区国富820-1 ☎086-272-2202	江森内科・循環器科 中区中井1-13-15 ☎086-275-7474	長井クリニック(内科) 中区円山54-18 ☎086-276-2111	畑クリニック(内科) 中区原尾島3-14-37 ☎086-272-7117	ただとも胃腸内科・外科(内科) 中区江崎79-2 ☎086-277-7572	てらだ内科クリニック(内科) 中区円山1018-3 ☎086-277-0005
	旭川西	井戸内科医院(内科) 北区今7-23-25 ☎086-241-0041	西岡外科(内科) 北区花尻みどり町9-106 ☎086-253-8808	いろどりクリニック(内科) 北区幸町3-5 アミスタ幸町B ☎086-206-1028	のなか内科腎診療所(内科) 北区野殿東町3-33 ☎086-253-5173	西下内科医院 北区津島西坂1-2-41 ☎086-253-8131	しげとし内科小児科医院(内科小児科) 南区新保397-17 ☎086-222-2627
	西大寺・上道	大上クリニック(内科) 東区東平島135-6 ☎086-297-3535	岡山西大寺病院(内科) 東区金岡東町1-1-70 ☎086-943-2211	じょうどうクリニック(内科小児科) 東区上道北方635-1 ☎086-278-7070	宇治医院(内科) 東区西大寺中3-3-24 ☎086-942-2158	岡村一心堂病院(内科) 東区西大寺南2-1-7 ☎086-942-9900	上南クリニック(内科小児科) 東区君津321-1 ☎086-948-5539
	瀬戸	あかいわ瀬戸休日内科診療所(内科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	粟井内科医院 東区瀬戸町万富622-1 ☎086-953-0617	うえおか内科医院(内科) 東区瀬戸町江尻1360-5 ☎086-952-5665	石原医院 東区瀬戸町瀬戸77 ☎086-952-0162	あかいわ瀬戸休日内科診療所(内科) 赤磐市下市187-1 ☎086-955-0393	岩藤胃腸科外科歯科クリニック 東区瀬戸町沖343 ☎086-952-1166
	一宮・津高・御津 建部・高松・足守	大守クリニック 北区槽津1203-1 ☎086-284-2777	井上医院 北区大井2316 ☎086-295-0014	えばらクリニック 北区加茂15-3 ☎086-287-3300	あしもりクリニック 北区下足守1900-1 ☎086-295-1133	鳥越医院 北区槽津706-1 ☎086-284-7211	田中胃腸科(内科) 北区小山108-3 ☎086-287-9200
	吉備・妹尾・福田	庭瀬ファミリークリニック 北区平野847-6 ☎086-903-4114	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	ふくだ医院(内科) 北区平野691-5 ☎086-293-5670	赤司整形外科医院 北区平野538-1 ☎086-293-3557	すぎはら眼科・循環器科内科 倉敷市茶屋町751-1 ☎086-428-2868
	藤田・興除・瀬崎	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	うちおグリーンクリニック(内科) 南区内尾463 ☎086-282-5722	渡辺医院(内科) 南区彦崎2869-8 ☎086-362-0363	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822	須田外科内科医院 南区西紅陽台3-1-120 ☎086-362-3221	さとう内科クリニック(内科) 南区藤田560-524 ☎086-296-8822
倉敷市 《診療時間》 児島地区・歯科 10:00～12:00 13:00～15:00 玉島地区・歯科 10:00～12:00 13:30～15:00 真備地区 9:00～13:00 その他 (常設施設以外) 9:00～12:30 13:00～17:00	常設施設	情報が変更になる 場合があります。 事前に各宿直室 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】倉敷歯科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・水島地区	八王寺内科クリニック 八王寺町174-7 ☎086-427-7800	どうみょう医院 老松町5-589-1 ☎086-427-3600	わきや内科クリニック 笹沖608-3 ☎086-421-5547	街の診療所 ふじた医院 福島674-1 ☎086-423-7717	藤井ハートクリニック 白楽町125-13 ☎086-423-8211	たけだ小児科 大島364-1 ☎086-427-5553
	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	なんば内科クリニック 児島駅前1-83 ☎086-473-7008	下津井病院 下津井吹上2-6-4 ☎086-479-9494	田嶋内科 児島柳田町862 ☎086-474-3310	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111
	児島地区・外科	—	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111	おうじクリニック【外科のみ】 児島下の町5-2-17 ☎086-474-0111	児島聖徳病院【外科のみ】 児島下の町1-1-16 ☎086-472-7557	チカ【外科胃腸科】門前病院【外科のみ】 林2217 ☎086-485-1755	市民病院 児島駅前2-39 ☎086-472-8111
	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
	児島地区・歯科	滝下歯科 児島柳田町622-3 ☎086-473-8738	上野歯科医院 児島駅前1-102 ☎086-472-1818	—	あかり歯科クリニック 児島駅前1-13-1 ☎086-472-8030	—	石井歯科医院 児島田の口5-7-30 ☎086-477-8881
	玉島地区	陽森堂宮尾整形外科医院 玉島八島1808-1 ☎086-526-5558	玉島協同病院 玉島柏島5209-1 ☎086-523-1234	藤沢脳神経外科医院 玉島勇崎587 ☎086-528-3111	新倉敷メディカルスクエア 玉島1719 ☎086-525-5001	ブライムホスピタル玉島 玉島750-1 ☎086-526-5511	尾上整形外科医院 玉島1-7-10 ☎086-522-4121
	玉島地区・歯科	吉川歯科医院 玉島阿賀崎1-2-27 ☎086-525-0755	香西歯科クリニック 玉島柏島920-90 ☎086-522-1184	—	かしわじま歯科・小児歯科 玉島柏島5036-2 ☎086-454-8461	—	井手歯科医院 玉島勇崎1009-5 ☎086-528-2500
	真備地区	源医院 真備町有井205-1 ☎086-698-5050	まきび病院 真備町箭田2387 ☎086-698-6511	—	まび記念病院 真備町川辺2000-1 ☎086-698-2248	—	呉妹診療所 真備町尾崎1600-1 ☎086-698-2220
玉野市	《診療時間》 9:00～17:00	近藤医院 東田井地1398 ☎0863-41-1061	たまの病院 宇野2-1-20 ☎0863-31-2101	田川医院 和田1-6-14 ☎0863-81-8345	井上クリニック 宇野1-12-27 ☎0863-32-0831	三宅内科外科医院 櫛ヶ原1017 ☎0863-71-2277	竹原内科医院 迫間2280-11 ☎0863-71-0101
浅口市	《診療時間》 9:00～17:00	鴨方クリニック 鴨方町深田991-1 ☎0865-44-2602	国定病院 浅口郡里庄町浜中93-141 ☎0865-64-3213	金光病院 金光町占見新田740 ☎0865-42-3211	鴨方第一内科クリニック 鴨方町六条院中1329 ☎0865-44-9333	福岡医院 寄島町3072 ☎0865-54-3177	ナガヒロ医院 鴨方町鴨方1837-1 ☎0865-44-5665
井原市	《診療時間》 9:00～17:00 ②...外科 ③...内科	小田病院 井原町582 ☎0866-62-1355 ④ 鳥越医院 笹賀町2-21-3 ☎0866-63-1656	井原市立井原市民病院 井原町1186 ☎0866-62-1133 ④ 原田内科医院 西江原町851-1 ☎0866-63-1620	② 長尾整形外科リハビリテーション科 西江原町867-1 ☎0866-62-2510 ④ 河合医院 芳井町吉井89-1 ☎0866-72-1556	② 森本整形外科医院 上出部町473 ☎0866-62-6000 ④ 井原市立美星国保診療所 美星町大倉2467-4 ☎0866-87-2525	② 菅病院 井原町124 ☎0866-62-2831 ④ 山成医院 芳井町与井44-7 ☎0866-72-0101	② 井原胃腸泌尿器科クリニック 上出部町513 ☎0866-62-2960 ④ 三宅医院 美星町星田5191-1 ☎0866-87-2303
総社市	《受付時間》 9:00～16:30 《診療時間》 9:00～17:00	あさのクリニック 中央2-3-5 ☎0866-93-8808 長野病院 金井町150-1 ☎0866-92-2361	友野内科医院 富原344-1 ☎0866-92-8822 原田整形外科医院 井手1208-2 ☎0866-94-8881	谷向内科 井手1208-2 ☎0866-94-8801 パーク統合クリニック 駅前2-17-1 ☎0866-92-3661	杉生クリニック 小寺995-1 ☎0866-92-0252 高杉こどもクリニック 井手585-1 ☎0866-94-8839	泉クリニック 井手995-1 ☎0866-94-5050 きざり整骨院・小児科クリニック 岡谷337-1 ☎0866-93-1221	みやした内科医院 真壁1231-1 ☎0866-95-2860 やまもと医院 三輪618 ☎0866-93-7773
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 藤原医院 邑久町山田庄75-1 ☎0869-24-0777	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234 内田クリニック 邑久町本庄2004-5 ☎0869-22-3020	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234 岡崎内科クリニック 邑久町山田庄212-1 ☎0869-22-3880	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234 長谷井医院 長船町土師481-4 ☎0869-26-3630	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234 おさふねクリニック 長船町土師332-1 ☎0869-26-8080	瀬戸内市民病院 邑久町山田庄845-1 ☎0869-22-1234 福元内科 邑久町福元678-3 ☎0869-24-8608

※情報は8/7現在のものです。
※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。



賢く元気にをテーマに中学受験を考える。

2023 9・10月号 Free
ご自由にお読みいただけます。 Vol.74

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)

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やかな成長・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： ねぐる、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、病気が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

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には 189 にお電話

岡山県オレンジリボンキャンペーン実行委員会
岡山県子ども福祉課内086-803-1223

岡山市おやニクラブネットワーク
おやニクラブに入りませんか?

おやニクラブとは?

小学校区または中学校区ごとにおやニクラブがあり、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、地域で育まれている活動です。

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

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(70歳以上¥600)		
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	倉敷市保健所健康づくり課けんしん係 / ☎086-434-9866		

※上記2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。
※検診については、最新情報をホームページなどでご確認ください。

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
倉敷市保健所健康づくり課けんしん係 ☎086-434-9866

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

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!!

子育て支援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

遊んで。話して。ほっと一息
ももっこステーション

▲このマークが目印

「ももっこステーション」って?

小さなお子さんとそのおうちの方たちが、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おところもあります。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

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 ゼロゼロ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 ぜろぜろなな 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 インターネット人権相談 検索

岡山地方法務局 岡山県人権擁護委員会 岡山県 岡山県コロナ差別



井倉洞① 鍾乳洞下の河原。カワゲラの幼虫がいた



満奇洞① 鍾乳洞周辺の遊歩道に露出した石灰岩



井倉洞② 石筍の形に合わせて鉄板をカットしてある



満奇洞② 「鬼の居間」。「鬼の～」は全部で3ヵ所ある



井倉洞③ 「阿里佐の宮」。縁結びのパワースポットらしい



満奇洞③ 歩道の上の鍾乳石。少し歩くのが気が引ける

今月のこぼれ話 編集後記

「9月とは言え、まだまだ暑い日が続くので、今月は残暑に嬉しい鍾乳洞を特集させていただきました。今回取材に伺うまで行ったことがなかったのですが、子どもの頃に知っていたら……と少し後悔しました。個人的には探検気分が強く味わえる井倉洞がお気に入りです。近くの食堂の、新見市特産の千屋牛を使った肉そばも結構なお味でした。もちろん、どちらもそれぞれ違った良さがあるので、よろしければぜひ足を運んでみてください。

岡山県は全国的に見ても鍾乳洞や洞窟の数が多く、満奇洞や井倉洞以外にも、観光用に整備されていない洞窟がたくさんあります。ヘッドランプやウェットスーツがないと進めないのが気軽には行けませんが、もっと知られると嬉しいです。(編集W)

HAPPY BIRTHDAY

9月生まれのおともだち

9月5日 郁花ちゃん(9歳)
9歳のお誕生日おめでとう!!
これからもみんなでいっぱい
いるんな所にお出掛けしようね!!

9月5日 大空斗くん(1歳)・叶乃空くん(1歳)
体の大きさもお顔も性格も全然違う2人だけど
元気に成長してくれてありがとう!
これからたくさん楽しいことがまってるよ!

9月4日 彩那ちゃん(10歳)
おもしろくてしっかりものの
あやなちゃん大好きだよ!

9月4日 紗奈ちゃん(4歳)
4歳のお誕生日おめでとう!!
いつも元気な紗奈ちゃんに
パパとママは元気を貰ってるよ☆大好き!!

9月8日 隼杜くん(8歳)
はたと、8歳のお誕生日おめでとう!
お姉ちゃんたちと仲良く、
毎日勉強頑張ってるね。

9月7日 松ちゃん(1歳)
我が家の炬のきちゃん♡
誕生日おめでとう
わんぱくな炬のきが大好きだよ♡

9月7日 志翔くん(2歳)
Happy Birthday☆
この1年でたくさんのご
でんようになったね。
これからも新しいことにどんどん
チャレンジしてってね!

9月6日 爽空くん(1歳)
家族のアイドル爽空くん
お誕生日おめでとう♡
これからも色んな経験をして
大きくなってね〜♡

9月6日 和央ちゃん(7歳)
お誕生日おめでとう!
これからも色んな経験を
大きくなってね♡

9月5日 唯心ちゃん(1歳)
初めての誕生日おめでとう!
兄ちゃんに揉まれながら
遅く育ってくれてありがとう♡
大好きだよ♡

9月13日 紡希くん(3歳)
これからも
元気に大きくなってね♡

9月12日 めいかちゃん(3歳)
にいに大好き!
おしゃべりでおませさん!!
やさしい女の子になってね♡

9月11日 遠己くん(2歳)
お誕生日おめでとう。
たくさんお話できるようになったね。
これからも優しいはるくでいてね。

9月11日 七菜ちゃん(1歳)
我が家のアイドルちゃん♡
毎日満面の笑みでみんなを
癒してくれてありがとう♡

9月10日 希空ちゃん(5歳)
お誕生日おめでとう!
これからも元気でいっぱい
大きくなってね♡

9月9日 凜ちゃん(3歳)
3歳のお誕生日おめでとう♡
たくさんお喋りが出来るようになって
かわいらしいちゃん♡
これからもすくすく大きくなってね

9月17日 大輝くん(1歳)
1歳の誕生日おめでとう!
ボール遊びが大好き!
パパとママの宝物♡

9月17日 綾香ちゃん(7歳)
いつも笑顔のあやちゃん
お誕生日おめでとう!
幸せいっぱい1年になりますように♡

9月15日 結利亜ちゃん(2歳)
いつも元気いっぱい
笑顔が可愛いゆりあちゃん♡
お誕生日おめでとう!

9月15日 蒼人くん(1歳)
よく笑って可愛いよ!
大好きなお兄ちゃんと
仲良くしてね

9月15日 竜煌くん(4歳)
賢いりゅうちゃん!
4歳のお誕生日おめでとう♪
妹たちの面倒をみてくれて
パパママも助かってるよ。
いつもありがとう♡

9月14日 柚月ちゃん(6歳)
誕生日おめでとう♡
お手伝い出来ることが増えて
お姉さんになってきたね(´▽`)♡

9月25日 葵葉ちゃん(8歳)
愛しの葵葉、
生まれてくれて有難う

9月24日 由依ちゃん(11歳)
由依お誕生日おめでとう♡
これからも楽しいこといっぱい
チャレンジしてね♪

9月24日 蒼悠くん(3歳)
3歳おめでとう!
これからも笑顔溢れる日々を
過ごしてね♡

9月23日 愛莉ちゃん(4歳)
4歳のお誕生日おめでとう!
いつも笑顔でしっかり者の
あいちゃん、大好きだよ♡

9月18日 茉以ちゃん(6歳)
癒やしのまいちゃん♡
これからも元気いっぱい
楽しい毎日過ごしていこうね!

9月17日 芽依ちゃん(5歳)
5歳のお誕生日おめでとう♡
助っかしがり屋でくっ
しっかり者めいちゃん♡
5歳もたくさん遊ばうね!

9月25日 葵葉ちゃん(8歳)
愛しの葵葉、
生まれてくれて有難う

9月24日 由依ちゃん(11歳)
由依お誕生日おめでとう♡
これからも楽しいこといっぱい
チャレンジしてね♪

9月24日 蒼悠くん(3歳)
3歳おめでとう!
これからも笑顔溢れる日々を
過ごしてね♡

9月23日 愛莉ちゃん(4歳)
4歳のお誕生日おめでとう!
いつも笑顔でしっかり者の
あいちゃん、大好きだよ♡

9月18日 茉以ちゃん(6歳)
癒やしのまいちゃん♡
これからも元気いっぱい
楽しい毎日過ごしていこうね!

9月17日 芽依ちゃん(5歳)
5歳のお誕生日おめでとう♡
助っかしがり屋でくっ
しっかり者めいちゃん♡
5歳もたくさん遊ばうね!

9月30日 真衣花ちゃん(2歳)
2歳の誕生日おめでとう!
愛嬌たっぷりのお姉さんだね。
大好きだよ♡

9月28日 湊丞くん(2歳)
誕生日おめでとう!
今年もいっぱい笑ってね!

9月27日 梨心ちゃん(6歳)
メイクにオシャレに興味津々!
もっとしっかりお姉さんだね。
感情豊かで優しく
妹思いな梨心ちゃん大好きだよ

9月26日 湊くん(2歳)
★祝2歳♡
日々の成長が楽しみです♡

9月26日 瑚花ちゃん(1歳)
お誕生日おめでとう♡!!
すくすく元気いっぱい育ってくれて
本当にありがとう ^^
これからも、このちゃんらしく
成長してくれることを願ってるよ☆

今月の花タロット

今月の運勢は? 8/20 水 » 9/19 金

Instagram Instagram
@greenrabbit_taro

♈ 山羊座 12/22 ~1/19

いい加減な事をしたくないという気持ちから、自分を必要以上に追い詰めています。子育てには正解はないです。何事もあなただけの道を追求してください。

ラッキーカラー: イエロー
ラッキーナンバー: 23

♎ 天秤座 9/23 ~10/23

変化より現状維持がおすすめな時期。あなたは自分が思っている以上に頑張っています。抱えきれない事は人に頼りましょう。皆、あなたを助けてくれるはずです。

ラッキーカラー: パープル
ラッキーナンバー: 1

♊ 双子座 6/22 ~7/22

新しい何かに挑戦しようか迷っている人は、ぜひ新しい一歩を踏み出して。良い成長に繋がります。センスを磨き分野なら更にすすめて。自分らしさを大切に。

ラッキーカラー: モスグリーン
ラッキーナンバー: 7

♋ 牡羊座 3/21 ~4/19

仲間と楽しい時間が過ごせそう。会話の中に悩み解決のヒントがあり、心のバランスが整いそう。お酒の飲み過ぎに注意。体調不良は放置せず、すぐ受診を!

ラッキーカラー: スカーレット
ラッキーナンバー: 21

♊ 双子座 5/21 ~6/21

あなたが放つポジティブなエネルギーに皆が吸い寄せられ、願う事は次々に叶えられていくでしょう。あなたの「感謝の気持ち」が天に届いたものです。

ラッキーカラー: オレンジ
ラッキーナンバー: 16

♉ 牡牛座 4/20 ~5/20

今は、現実を受け入れ静観しておく事。無理に動かそうとしても邪魔が入るだけです。自分を変えるほんの少しの努力で、全てがうまくいき始めます。

ラッキーカラー: レッド
ラッキーナンバー: 13

♏ 蠍座 10/24 ~11/22

優しいあなたを頼ってくる人がたくさんいて、少々頑張り過ぎている様子。気分転換に普段出掛けない場所に出掛けてみては。気分が好転しそうです。

ラッキーカラー: ピンク
ラッキーナンバー: 26

♌ 獅子座 7/23 ~8/22

経験を積み、全て準備が整った状態。自信を持ったあなたには、何者にも負けない強さと魅力と説得力があります。必ず大きな成功につながります。

ラッキーカラー: テールグリーン
ラッキーナンバー: 11

♍ 乙女座 8/23 ~9/22

時間が掛かっても地道にやり遂げる事が大切な時です。お子さまが続いて頑張っている事などは、特に認めて褒める事で心の絆が深まります。

ラッキーカラー: ポピーレッド
ラッキーナンバー: 31

♈ 山羊座 12/22 ~1/19

いい加減な事をしたくないという気持ちから、自分を必要以上に追い詰めています。子育てには正解はないです。何事もあなただけの道を追求してください。

ラッキーカラー: イエロー
ラッキーナンバー: 23

♎ 天秤座 9/23 ~10/23

変化より現状維持がおすすめな時期。あなたは自分が思っている以上に頑張っています。抱えきれない事は人に頼りましょう。皆、あなたを助けてくれるはずです。

ラッキーカラー: パープル
ラッキーナンバー: 1

♊ 双子座 6/22 ~7/22

新しい何かに挑戦しようか迷っている人は、ぜひ新しい一歩を踏み出して。良い成長に繋がります。センスを磨き分野なら更にすすめて。自分らしさを大切に。

ラッキーカラー: モスグリーン
ラッキーナンバー: 7

♋ 牡羊座 3/21 ~4/19

仲間と楽しい時間が過ごせそう。会話の中に悩み解決のヒントがあり、心のバランスが整いそう。お酒の飲み過ぎに注意。体調不良は放置せず、すぐ受診を!

ラッキーカラー: スカーレット
ラッキーナンバー: 21

♉ 牡牛座 4/20 ~5/20

今は、現実を受け入れ静観しておく事。無理に動かそうとしても邪魔が入るだけです。自分を変えるほんの少しの努力で、全てがうまくいき始めます。

ラッキーカラー: レッド
ラッキーナンバー: 13

♏ 蠍座 10/24 ~11/22

優しいあなたを頼ってくる人がたくさんいて、少々頑張り過ぎている様子。気分転換に普段出掛けない場所に出掛けてみては。気分が好転しそうです。

ラッキーカラー: ピンク
ラッキーナンバー: 26

♌ 獅子座 7/23 ~8/22

経験を積み、全て準備が整った状態。自信を持ったあなたには、何者にも負けない強さと魅力と説得力があります。必ず大きな成功につながります。

ラッキーカラー: テールグリーン
ラッキーナンバー: 11

♍ 乙女座 8/23 ~9/22

時間が掛かっても地道にやり遂げる事が大切な時です。お子さまが続いて頑張っている事などは、特に認めて褒める事で心の絆が深まります。

ラッキーカラー: ポピーレッド
ラッキーナンバー: 31

♈ 山羊座 12/22 ~1/19

いい加減な事をしたくないという気持ちから、自分を必要以上に追い詰めています。子育てには正解はないです。何事もあなただけの道を追求してください。

ラッキーカラー: イエロー
ラッキーナンバー: 23

♎ 天秤座 9/23 ~10/23

変化より現状維持がおすすめな時期。あなたは自分が思っている以上に頑張っています。抱えきれない事は人に頼りましょう。皆、あなたを助けてくれるはずです。

ラッキーカラー: パープル
ラッキーナンバー: 1

♊ 双子座 6/22 ~7/22

新しい何かに挑戦しようか迷っている人は、ぜひ新しい一歩を踏み出して。良い成長に繋がります。センスを磨き分野なら更にすすめて。自分らしさを大切に。

ラッキーカラー: モスグリーン
ラッキーナンバー: 7

♋ 牡羊座 3/21 ~4/19

仲間と楽しい時間が過ごせそう。会話の中に悩み解決のヒントがあり、心のバランスが整いそう。お酒の飲み過ぎに注意。体調不良は放置せず、すぐ受診を!

ラッキーカラー: スカーレット
ラッキーナンバー: 21

♉ 牡牛座 4/20 ~5/20

今は、現実を受け入れ静観しておく事。無理に動かそうとしても邪魔が入るだけです。自分を変えるほんの少しの努力で、全てがうまくいき始めます。

ラッキーカラー: レッド
ラッキーナンバー: 13

♏ 蠍座 10/24 ~11/22

優しいあなたを頼ってくる人がたくさんいて、少々頑張り過ぎている様子。気分転換に普段出掛けない場所に出掛けてみては。気分が好転しそうです。

ラッキーカラー: ピンク
ラッキーナンバー: 26

♌ 獅子座 7/23 ~8/22

経験を積み、全て準備が整った状態。自信を持ったあなたには、何者にも負けない強さと魅力と説得力があります。必ず大きな成功につながります。

ラッキーカラー: テールグリーン
ラッキーナンバー: 11

♍ 乙女座 8/23 ~9/22

時間が掛かっても地道にやり遂げる事が大切な時です。お子さまが続いて頑張っている事などは、特に認めて褒める事で心の絆が深まります。

ラッキーカラー: ポピーレッド
ラッキーナンバー: 31

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でお祝いします!
 誕生日月号に掲載します! (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。
 ※同日誕生日の方は、先着順での並びとさせていただきます。

【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

お誕生日	締め切り
10月生まれ	8月末
11月生まれ	9月末
12月生まれ	10月末

※お誕生日の2ヵ月前の月末になります

わたしの“いちばん”を叶える、マンションという賢い選択。

My First. ビ・ウェル 一宮

マルナカ 一宮店 目の前 / 利便性の高い 国道180号沿い / 敷地内 全戸分以上の駐車場完備

わたしが思い描いていたライフスタイルを、この街、このマンションで。風と光に満ちた暮らし。
お気に入りのインテリアに囲まれた心地いい時間。“ACTIVE & SLOW”
オンもオフも自由自在に切り替えながら便利さあふれるショッピングと、大切な子育て環境と、
ほどよい自然に恵まれて、都心にもスムーズにつながるこの一宮の街で家族の幸せを紡いでいく、



モデルルーム公開中[完全予約制]

2LDK タイプ 55.00㎡ ※1 **2,480万円～** | 3LDK タイプ 65.88㎡ **2,980万円～** | 4LDK タイプ 84.91㎡ ※2 **3,370万円～**

建築基準法上 / ※1. 1LDK+S、※2. 3LDK+Sとなります。



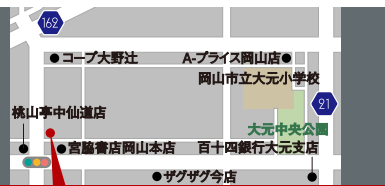
マンションならではの機能性と安心感。注文住宅のようなプランの自由度をミックスした和建設ならではのオーダーメイドシステム。

GOOD DESIGN

グッドデザイン賞 2022受賞

まるで、**自由設計**。「リアルオーダーメイド」採用

全戸分以上
敷地内駐車場完備



マンションギャラリーへのご案内

カーナビ入力 「岡山市北区今3丁目24・22」

ご予約・お問い合わせは

0120-090-898

◆営業時間 / 10:00～19:00

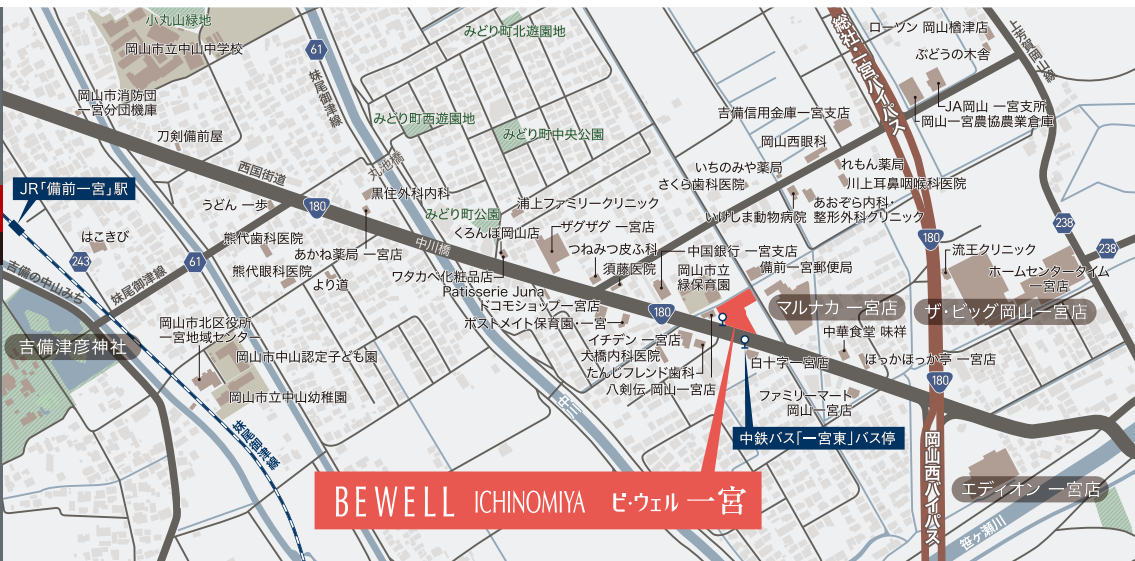
◆定休日 / 火・水曜日（祝日は営業・木曜が振替休日）

□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▶



BEWELL ICHINOMIYA ビ・ウェル 一宮

【建築概要】●名称/ビ・ウェル一宮●所在地/岡山県岡山市北区一宮字道場129番1●交通/中鉄バス「一宮東」バス停徒歩1分(約50m)●用途地域/第二種住居地域●地目/宅地●容積率/200%●建ぺい率/60%●敷地面積/1,805.27㎡●建築面積/432.33㎡●建築延床面積/3,964.41㎡●構造・規模/鉄筋コンクリート造、13階建て●総戸数/48戸●建築確認番号/第ERK-24041679号(2025年2月5日竣工)●分譲戸数/48戸●販売価格/2,480万円～3,970万円●最多販売価格帯/3,200万円台(6月)●間取り/1LDK+S～4LDK●住居専有面積/55.00㎡～84.91㎡●バルコニー面積/1.63㎡～2.75㎡●バルコニー面積/10.35㎡～13.00㎡●室外機置場面積/4.82㎡～7.20㎡●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/2026年6月末●入居予定/2026年7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/株式会社会社人社計画研究所●管理費(月額)/4,500円～7,000円●修繕積立金(月額)/3,600円～5,500円●修繕積立一時金(一括払い)/347,000円～535,000円●環境整備一時金(一括払い)/11,000円～17,000円●手付金等保証機関/株式会社四国銀行●駐車場/敷地内49区画61台(月額使用料3,500円～10,000円)●バイク置場/5台(月額使用料1,000円)●自転車置場/99台(スライドラック58台、上部ラック35台、平置き6台)(月額使用料100円～200円)●ゴミ収集費(月額)/1,540円●インターネット使用料(月額)/1,210円●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●広告有効期限/2025年8月末日

※掲載の写真は2024年12月現地周辺を撮影したものに一部CG加工を施し、図面を基に描き起こした外観完成予想図を合成したもので、実際と異なります。また、今後施工上の理由等により変更になる場合もございます。

事業主・売主・設計・施工

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

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(3)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

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.086-805-1888 FAX.086-805-1777

〒700-0975 岡山市北区今4丁目9-36-202 TEL.086-250-7966 FAX.086-250-7965

HUG HUG 9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p16～17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。



**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

お花畑と大空に包まれる大迫力のプランコ体験、ハイジのプランコ登場! 生まれ変わったドイツの森に遊びに行こう。
提供: おかやまフォレストパークドイツの森



**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



パインバスケット
(税込1,700円)
1名様

完熟パインと生クリームの逸品を美味しくどうぞ!! 当選者は1ヵ月以内に前日予約の上ご来店ください。
※飾りの果物は日替わりです!
提供: 洋菓子 Hashimoto



メロンの王様
(税込2,900円)
1名様

果物屋さんがつくるフルーツいっぱいのこだわりケーキ♪ 甘いメロンと生クリームを美味しくどうぞ!! ※飾りの果物は変わることがあります。
提供: 洋菓子 Hashimoto



フルーツいっぱい
ホール(税込3,600円)
1名様

梅&季節のフルーツをたっぷり使用した、あっさり生クリームのケーキを美味しくどうぞ!! 当選者は1ヵ月以内に前日予約の上ご来店ください。
提供: 洋菓子 Hashimoto



M's viennoiserie
20%割引券
10名様

クロワッサンとデニッシュの専門店「M's viennoiserie」で使えます。日々の暮らしに、至福のひとくちを。
提供: M's viennoiserie



飛竜「ベトコンラーメン食数」
2食入り3バックセット
5名様

倉敷市の人気ラーメン店「ベトコンラーメン倉敷新栄」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。
提供: 株式会社飛竜



**青少年自然の家
グッズ3点セット**
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!
提供: 国立吉備青少年自然の家



**ダンボール
簡易トイレ**
3名様

子どもからのお年寄りまでもしものために。災害時に安心! 簡単組立のダンボールトイレで防災対策を。
提供: RED SAFE PROJECT

応募期間

**2025年
8月20日(水)**



**2025年
9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

応募はワンステップでもとても簡単! 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: 2025年8月20日(水)～2025年9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。

読者プレゼント
応募フォーム
QRコード



p25の3分なぞときミステリーのこたえ

「『帰省中』を『寄生虫』と聞き間違えた」

お母さんが「○○(お兄ちゃん)は帰省中で……」と誰かに言うのを、太郎君は「寄生虫で……」と間違えてしまいました。もしかすると単なる聞き違いではなく、2ヵ月間の長い夏休みに実家でだらけきっているお兄ちゃんの姿が、太郎君には寄生虫のように見えてしまったがための勘違いなのかもしれません。

p25のクロスワードパズルのこたえ

タテのカギ

1…シツド(湿度) 2…ラバ(驢馬) 3…ヌスピト(盗人) 4…アセ(汗)
5…サルビア(salvia) 7…キク(菊) 9…スルメ(鰯) 10…ケイジ(蛙児)
11…ノジメ(野締め) 12…カムイ 14…イワシモ(鰯妻) 16…ナマタマゴ(生卵)
18…インドヨウ(インド洋) 22…フケ(頭垢) 24…ガム(gum)

ヨコのカギ

1…シラヌイ(不知火) 4…アサ(麻) 6…ツバサ 7…キセル(煙管)
8…ビスク(bisque) 10…ケトル(kettle) 11…ノア(Noah) 12…カイ(貝)
13…メイジ(明治) 15…ムジナ(貉) 17…ワメイ(和名) 19…マムシ(蝮)
20…ゲタ 21…グッド(good) 23…マゴモ(真鴨) 25…ケシゴム(消しゴム)
26…ノウ(脳)

A=ド B=ビ C=ン D=ム E=シ 答え:土瓶蒸し

p28のまちがいさがしのこたえ



①どんぐり帽子のヘタがない ②トンボに触覚が生えている
③背景の茂みが消えている ④どんぐりが帽子を被っている ⑤歯の線が多い
⑥バコちゃんの口元にシワが増えている ⑦落ち葉の色が違う

15年間のご愛読に感謝を込めて!!

岡山の子育て情報誌

4日間のお祭りイベント!

家族みんなで
楽しめる!お買い物の
ついでに!

HUG HUG

感謝祭

in イオンモール倉敷

入場
無料

日時 10月10日(金)~13日(月祝) 10:00~17:00

怖いけど
絶対行きたい!

おばけ やしき

ブースを回って
プレゼントをGET!

スタンプ ラリー

跳んではしゃいで
身体も元気!

ふわふわ 遊具

100ブースが集結!
お宝を探しに行こう

フリー マーケット

次の表紙は君だ!
HUG HUG12月号

表紙 撮影会

ハンドメイドの
可愛い雑貨がいっぱい!

マルシェ ...and more!!

(内容は8/10時点でのものです)

イオンモール倉敷の周年祭とHUG HUGが
コラボ! お得!がいっぱいの4日間です。

来月の『HUG HUG』10月号にて
くわしい内容をお知らせいたします。



おやこ情報誌HUG HUG/株式会社岡山広告

〒700-0945 岡山市南区新保603-5
Tel/086-236-9012(受付...月曜~金曜 9:00~18:00)
URL/https://hughug-town.com
Mail/info@okayama-ad.co.jp

最新の情報は
HUG TOWNまたは
Instagramにて
お知らせします!

