

子連れOK! イベント情報

6/7(水) 10:30~12:00 親子絆

ゆるゆる子育て実践法セミナー
～子どもの持つ能力と可能性を最大限に引き出す驚きの子育て法～

右記イベントDMまたは(有)耕犁グループ(TEL:0573-43-5077)まで
お問い合わせください

会場:瑞浪市民公園(瑞浪市明世町)
お問合せ: 右記イベントDM または TEL:090-9910-3037 まで

5/7(土) 16:00~21:00

瑞浪暮らしの彩りナイトマーケット

右記イベントDM または TEL:090-9910-3037 まで
お問い合わせ

会場:瑞浪市民公園(瑞浪市明世町)

「孝見さ寮」で楽しむ朝時間

ちよと早起きして家族でモーニング。親子の座面が高めのので、1歳半の娘もそのまま座って食事できました。ドリンク代(500円)だけ付いて、トースト・フルーツ・ヨーグルト・フルーツ・ジュースは、ご主人がお客様のニーズに合わせて準備して下さいます。ササタのドリンクは自家製のものです。おまりの美味しさに思わず買って帰っちゃいました。ご予約は、お電話またはお申し込みのうえです。

孝見さ寮 岐阜県中津川市新子川11-144 TEL:0573-68-8358
営業時間: 9:00~17:00(モーニング 9:00~11:00) 定休日: 月、火

ココ行ってきました!

hugma編集部

hugma編集部が話題のスポットやイベントに
行って、また目線でもレポートします!
今回は、お店の雰囲気から素敵な喫茶店「孝見さ寮」
へ。ボリューム満点のモーニングをいただきました!

ママたちに夢を聞いてみました

笑顔のママ 増加中!

結婚してから、開業、移住、出産と、盛りだくさんな3年間でした。これからは仕事だけでなく育児を楽しみつつ、笑顔あふれる家庭にしていきたいです!
恵那市 ちさとさん

実家に眠っていたピアノが我が家へ、子供達とのお家時間、また弾き語りになりました。
中津川市 あやさん

編集後記

3月8日にhugmaリサイクルマルシェを開催しました。久しぶりのイベント。コロナ禍で来てくれるか?無事開催できるのか?ドキドキでした。当日、来てくれたママ達や子ども達の笑顔が見えたり、お話ししたり、楽しかったです。やっぱり直接顔を合わせてお話しできるっていい!! 「またやってほしい」との声もあり、開催できたらいいと思います。今回、服を寄付してくれたみなさん、木Pointさん、みんなで子育てドロップスさん、ご協力本当にありがとうございました!!
(編集部・せみ)

hugma 2022年5・6月号 (年6回発行)

編集: 太田 礼子/堀 洋美/佐藤 昭子/繁澤 あゆみ
黒田 文/瀬井 智子/矢野 舞子/石田 善也
藤井 真也
デザイン: 原 房枝/木村 隆/村本 志保

あなたのメッセージを載せてみませんか?

50×50mmのメッセージを1枚5,000円で掲載できます

ハンドメイドなど個人販売の宣伝に

お子さんの記念日のお祝い

お店の宣伝やイベント告知

お問い合わせ: hugma公式LINE 友だち登録をお願いします
メール: hugma.fp@gmail.com

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 私たちから目指すSDGs

子育て世代に心のゆとりを

中津川市認可小規模保育園 家庭保育園 <<> 看護師総務 水野 麗華

「育児に100点満点はない。どれだけ頑張っても誰にも褒められない。母親だからやるのが当たり前なんだよね。」
5年前に友人から言われた言葉を今でも思い出します。託児所と幼稚園に二人の子どもをそれぞれ送り、仕事が終わればお迎え。その足で買い物、夕飯の準備、お風呂、寝かしつけ。夫の帰宅は毎晩遅く、まさに「ワオ」育児の日々でした。その経験が、保育所運営に関わる上で私の強みになっています。母親も1人の人間です。仕事でも子育てでも趣味でも、何か生き甲斐があってもいいと思っています。ましては家庭で母親が育てない後々子どもに悪影響を及ぼすという「3歳児神話」たるものが存在しました。現在では育児観も多種多様であり、「こうあるべき」というものは存在しないと思います。当園は0~2歳児対象の未就園児で、0~2歳児は「愛着形成が最も大切な時期であり、それが意欲や自立心につながる。後の人格形成や人間関係の相手は両親、祖父、祖母、保育士など、誰でもよいのです。愛着形成を築くには、子どもと過ごす時間の「量」ではなく、「質」が重要です。子どもと接していても、なかなか愛着形成は築かれませんが、子どもと関わる大人の心のゆとりから、質の良い愛情が生まれます。園長や職員も思い思いに、当園が今年度から開始した「完全手ぶら登園」も、保護者の皆さんに少しでも心のゆとりを持っていただくことが最大の目的です。「仕事が休みなら家庭で保育をしてください」「仕事が早く終われば早く迎えに来てください」という保育所からの要望が今まで当たり前の当たり前になりました。時代背景やニーズを把握し、最高のサービスと最高の保育を提供する。子どもも、親も、職員も、幸せがいっぱいある園を目指し、日々精進しています。そんな想いを乗せた新しい園を、令和5年4月に中津川市内(駒場)に開園予定です。

家庭保育園 <<> 千寿0015 中津川市手賀野175-75 TEL 0573-65-3762
ご感想、ご意見お待ちしています

Instagram

ママが発信! 地域のお役立ち情報誌

hugma ハガマ

Take Free vol.11

春が来た! お外へ出発!

野草ライフの師匠・あいこさんに教わる外遊び。野草を摘んでクッキングも!

Instagram更新中



88 - THE 3RD+ PLACE -

近所・気軽に出入りできるお洒落な「第三」
「第三」が、中津川市の新しいランドマークです！

88

急ぎの方
・個性豊かな食料
・フットカウンセリング
・シューズ販売
・産後ケア
・ダイエット
・トレーニング etc...

■OPEN 平日 9:00~19:30
土曜 9:00~19:00
■CLOSE 日曜・祝日・休日
■TEL 0973-22-1997
お洒落な食料・インテリア
お洒落なインテリア・雑貨
お洒落な雑貨

家族のつながりを
やさしくえがく

出張撮影
ニューボーン・家族写真・七五三
百穀レンズ

ママたちに
たがらぬ愛を
とけてます

hyatoklens.com

HAPPY MOTHER'S DAY

美味しいもの 素敵なギフトで
感謝の気持ち 伝えよう♡

母の日ギフト
お祝いギフト
お祝いギフト

岐阜県東濃地区のフォトスポットを巡って写真を撮る

Tono camera club
東濃カメラ倶楽部

写真家カメラレッスン情報をお届けする
無料LINE

子どもの日常を写真に残そう！

月曜日の
フォトレッスン
写真家
カメラ
レッスン
情報

東濃カメラ倶楽部の詳細はこちら

春が来た！ お外へ出発♪

外ではカエルたちが元気に鳴いています。
暖かくなると動き出したくなるのは虫も人も同じみたい。

難しく考えなくていい、身構えなくていい、
子どもとの外あそびを、
「野草ライフコーディネーター」の
まつおあいこさんと体験してきました。

足元の草たちが、キラキラの宝物になる！
野草ライフコーディネーター・あいこさんと春のおさんぽ

教えてくれたのは・・・
まつお あいこさん with まゆだまマユ

野草ライフコーディネーター/絵本作家
13年前、中津川市阿木に移住。
子どもと散歩しているうちに野草に夢中になる。
お蚕から育てた繭玉で「まゆだまマユ」という
オリジナルキャラクターを作り、
まゆだまマユと草花との写真を
日々、インスタグラムで紹介中。
インスタはこちら →

タンポポにスイセン・・・黄色いお花は人気
※スイセンは毒があるのでお口に入れないでね！

大きめの葉っぱと小枝、枯れ葉で作った
即席おさんぽバッグ！

まゆだまマユ歩きだけど、ハシコを登ってみる。
「ダメ」の回数が減る気がするから、外は不思議。

子どもと同じ目線で、大人は何を見つけたかな？

あいこさんに学ぶ！ 奥深き野草の世界

食べられる！春の野草リスト

- ノカンゾウ・・・
春に出る新芽が食べられます。野菜炒めにおすすめ
- オオイヌノフグリ・・・
小さくて青い花。ちらし寿司やデザートへのトッピングに！
- ヨモギ・・・
中心の、柔らかい新芽をそのままパクリ。
ミネラルたっぷり！

△ 食べられない毒草にご注意！！

- ・野草の中には、命に危険を及ぼす毒草もあります。
- ・素人では見分けが付きにくい野草もあります。

迷ったら食べない。確実に見分けられるものだけを食べてね！

野草クッキングレシピ

野草のおむすび

【作り方】
①ハルジオンの若葉を細かく刻む。
②炊いた白飯に、塩と①を混ぜて握る。
③仕上げにスミレやオオイヌノフグリを飾る。

野草ホットケーキ～豆腐クリームチーズ風添え～

【作り方】
①通常のホットケーキの生地を作る。
②野草をトッピングしてから焼く。
＜豆腐クリームチーズ風＞（材料）一晩水切りした豆腐、
オリーブオイルなど油大さじ2、塩小さじ1/2、こしょう少々
【作り方】全ての材料をミキサーで混ぜ、ホットケーキに添える。お好みで甘味を加えても○。

お外さんぽに参加したママたちの感想

野草は身近なところにあつたのに、今までは
どれを食べていいかわからなかった。
これからは家でも楽しみたいです！
(中津川市・はなさん)

とにかく、面白かったです！
庭先で、あそびの流れで、野草を摘んで、
作って、食べたいです。
(中津川市・さきさん)

野草遊びは親もリフレッシュになりました(^_^)
自然の中で子どもと一緒に
体を動かすのが楽しかったです！
(恵那市・まいさん)

まゆだまマユと野草への愛に満ちた、あいこさんの写真絵本。
中津川市の図書館などで手に取れます。読み聞かせにも！

『まゆだまマユとはるのななくさ』
『あきのななくさ・おすきなふくは?』
(まつおあいこ作 いしだえほん刊)

SARAE PHOTO STUDIO

パースディ・お宮参り・七五三・家族撮影など
節日の記念撮影承っております。

お問合わせ：TEL 050-3390-3018
saraiestudiostudio@gmail.comまで

個別農業体験受け付けています

Hirukawa Hills Farm

facebook.com/kano.tomoko

Nympha

HAIR+BEAUTY
Nympha

@nympha2009

カフェ楽

住所：海津市町費町96-2
(海津市民公園内)
電話：0572-26-7277

営業時間
モーニング
9:00~11:00 平日
8:00~11:00 祝日
ランチ
11:00~14:00
L.O.
16:30
17:00

デザート
プレート
ご注文ください
※1部はご注文15分のみ有効
※別途送料 84円/30

広1年コースへも
500円以上の給付書

イラスト
イラストママ卒業

・人と比べて落ち込む
・自分が好きになれない
・子供や夫にイラストしちゃう
・勝手に罪悪感を感じる
カードコーディングをすることで
イラストが楽しく、
次には得意に描けるまで、子供には
褒めてもらえるようになります！

オンラインのもの
◆お子様連れ大歓迎!!
◆体験セッション90分
3,000円〜初回無料

イラストママ卒業
藤(enihi)代表 橋本 穂菜