

ことま

チャレンジ!
SUMMER

療育への
第一歩

新連載

絵本専門士
かよちゃん先生の
あんな絵本、
こんな絵本

七五三キャンペーン

fs

13大特典

七五三前撮り 撮影プラン

詳しくは
こちら▶



早割
8/31
まで

- 1 撮影料**無料**
 - 2 撮影衣装**着放題**
 - 3 ヘアメイク**無料**
 - 4 着付**無料**
 - 5 衣装の持ち込み**無料**
 - 6 衣装のランクアップ**無料**
 - 7 ご兄弟姉妹衣装2着まで**無料** ※7歳
洋装衣装は120cmまで
 - 8 パパママ
 - 9 お参り時レンタル衣装代 **50%OFF**
- 【お1人様撮影時着物レンタル+着付】
平日**無料** 特別価格土日祝日1,100円 (税込)

手ぶらで
OK!

嬉しい撮影特典プレゼント

- 10 A4サイズデザインフォト**プレゼント**
- 11 待ち受け画面1枚**プレゼント**
- 12 次回撮影時家族写真プレゼント**LINEクーポン**
(入園入学卒園卒業・十歳の祝い・十三参り)
- 13 よくがんばったて賞メダル**プレゼント**

※8/31(日)までに撮影およびご購入の方が対象です
※お写真の購入が必要です(1枚目は1人写し、衣装のお着替えも含みます)
※待受画像は1家族1枚となります ※プレゼント品はご購入いただいた画像で作成します

半額!

期間中の撮影で!
秋のレンタル着物がおトク!

無料相談会

お試し撮影会

完全
予約制

参加費
無料

★ 七五三体験会だけの楽しいイベントが盛りだくさん! ★

洋装衣装でのヘアセット & 撮影体験! 撮影したL版写真をその場でプレゼント!
カメラマンが特別な瞬間を残します♪

七五三体験会

開催日 **7.5 Sat** **7.12 Sat**

奈良本店・真美ヶ丘店

富雄南店



七五三無料相談
衣装見学 & 試着



洋装衣装無料
プロのヘアセット付き



スタジオでお試撮影

詳しくはこちら



ファーストステージ
中山寺店

キャンペーン期間 **2025.9.30まで**

オープン協賛キャンペーン

家族写真キャンペーン

撮影料金 通常3,300円が

今だけ限定 無料

- 【撮影データ特別価格】
★5カットデータ 10,000円 (税込)
(通常価格 26,500円)
★2カットデータ 5,000円 (税込)
(通常価格 11,000円)

※期間中、1家族様1回の参加となります。
※ペットと一緒に参加の場合は
事前にお知らせください。

詳しくは
こちら▶



職業体験



対象: 3歳から7歳までのお子さま

真美ヶ丘店 奈良本店・富雄南店
開催日 **7.24 Thu** **7.25 Fri**
参加費 **1,000円 (税込)** LINEお友だち登録で **500円 (税込)**

- 特典
①オリジナル社員証をプレゼント!
②写真3枚入りのA4サイズデザインフォトをプレゼント
③パパママのスマホで撮影OK



ハイハイレース



対象: ハイハイができる未歩行のお子様

真美ヶ丘店 奈良本店・富雄南店
開催日 **8.2 Sat** **8.14 Thu**
参加費 **無料!**

- 特典
①LINEで送るデータ1枚
②パパママのスマホで撮影OK



お近くの店舗はこちら! ご予約はtelまたはwebページより

全店駐車場完備

ファーストステージ

www.firststage.co.jp open: 10:00-18:00 定休日7/8・15・22 8/5・12・19

fs
FIRSTSTAGE

奈良本店

奈良市四条大路1丁目3-43
TEL 0742-32-1500

☎ 0120-768-655

富雄南店

奈良市石木町100-1
イオンタウン富雄南E棟2階
TEL 0742-52-7600

☎ 0120-527-567

真美ヶ丘店

北葛城郡広陵町馬見中5-6-23
TEL 0745-54-2400

☎ 0120-438-655

下見・相談のみもOK!
お気軽にご相談ください

「こどもま見たよ!」
のご予約で

WEB予約は
こちら



24時間予約受付中

写真入り
キーホルダー
プレゼント

この機会をお見逃しなく!

※ご購入写真で作成 8/31(日)までに
撮影、お写真選びの方が対象です

7/3
(木)~
スタート

コパンスイミングスクール学園前

NEWOPEN!

わくわくが
いっぱいの
スミングスクール!



子どもスイミング



1日お預かり



水上遊具



公式マスコット
コペンちゃん

今だけの超おトクな
先行入会キャンペーン

お急ぎください!

〈締切〉

6/29 (日)まで

入会金

通常価格6,600円(税込)

¥0

事務
手数料

通常価格1,100円(税込)

¥0

ICカード
発行手数料

通常価格2,200円(税込)

¥0

さらに!

指定水着
& キャップ

+



プレゼント!

今なら

希望の
クラスが
選べる!

入会予約は
こちらから!



1 「できた」を増やす!/
段階別レッスン

お子様の泳力別にグループを分け、ステップごとに成功体験を増やし、やる気を引き出します。



水慣れ キッズ ジュニア 選手育成 など

2 泳ぐだけじゃない!/
イベントいっぱい

コパンでは年間を通じてお子様が楽しめるイベントを実施しています。



スキー キャンプ 水上遊具
ドッジボール大会 クリスマス会 など

3 忙しいパパママに嬉しい!/
保護者様をサポート

忙しい保護者さまをサポートする便利なサービスも多数ご用意しています。



WEB 振替 欠席予約 バス送迎
1日お預かり(学童保育)サービス など

COPIN

コパンスポーツクラブ学園前

【住所】 奈良市学園朝日元町2-689-1 (コパン受付窓口)

【入会お手続き時間】

6/30まで 月水木金10:00~19:00 土日祝10:30~15:00

7/2以降 平日10:00~20:00 土11:00~18:00 日11:00~16:00

☎080-1604-8028



7月
無料体験
受付中!



CONTENTS

3-9

チャレンジ! SUMMER

16-17

やさしさの育て方

18

新連載



絵本専門士かよちゃん先生の
あんな絵本、こんな絵本

20-23

療育への第一歩

26-27

イベント・プレゼント

表紙撮影

Other cut >>>

表紙
モデル

りのんちゃん(2歳) ここねちゃん(4歳)

撮影
場所

おふさ観音(樺原市)



2025 9.28 日

午前の部 10:30開演(9:30開場)

午後の部 14:00開演(13:00開場)

なら100年会館中ホール

JR奈良駅すぐ【0歳児から入場可、有料駐車場有】

チケット

【入場料】大人・子ども(2歳~)ともに500円

・WEBチケット購入は高の原音楽芸術協会HPから

第2回

親子de コンサート

Program

第1部 プロの演奏を聴こう!

- ピアノ独奏 大橋美帆
- ハープ独奏 竹本真由美
- ジャズ演奏 宮川真由美 他

第2部

・どうぶつたちと歌遊び、リズム遊び

午前の部

・おんがくえほん「だるまさんと」他

午後の部

- ・弦楽四重奏との共演
- ・けいはんな親子コーラスの演奏



主催:高の原音楽芸術協会 助成:子どもゆめ基金

お問合せ

高の原音楽芸術協会事務局 Tel:090-2437-1429

Webマガジン

ことまま web



ことままSNS

Follow me! /

楽しい話題をお届け!

#ことまま #co_to_mama #cotomama



Instagram
@co_to_mama



「ことまま」7-8月号 2025年6月25日発行

発行人 若林 良仁

印刷・製本 株式会社西川印刷

【発行】

地域情報ネットワーク株式会社 ことまま編集室

〒630-8113 奈良市法蓮町986-2

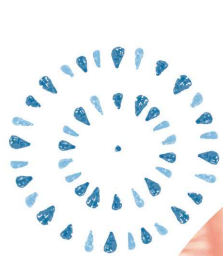
TEL.0742-23-0163 FAX.0742-27-1039

E-mail.info@co-to-mama.com

本誌の記事、写真の無断掲載を禁じます。

《個人情報の取り扱いについて》

皆様からお送りいただいた個人情報は、地域情報ネットワーク㈱で管理しております。
誌面及び読者プレゼント発送以外の目的で利用することはありません。



夏の
ドキドキ
みつけた

きやんとるキッズ



リッケンスポーツクラブ



チャレンジ! SUMMER

はじめて顔をつけて泳げた日、
鉄棒で足が上がった日。
ほんの少しの“できた”が、
子どもの心と体をぐんと育ててくれます。
夏の水遊びスポットをはじめ、
いろんな「体験」をご紹介します。
あっという間に過ぎる夏、いっぱい遊んで、
ちょっぴり成長する夏、
見つけてみませんか？



スイムピア奈良



青空キッチン



太陽キラリ☆夏が来た! 水と遊ぼう!

夏の楽しみといえば、やっぱり水遊び!親子でわくわく♪水遊びスポットをご紹介します。
ゴミや使用済みオムツは持ち帰るなど、マナーを守って気持ちよく遊ぼう。



2

三郷町

プール

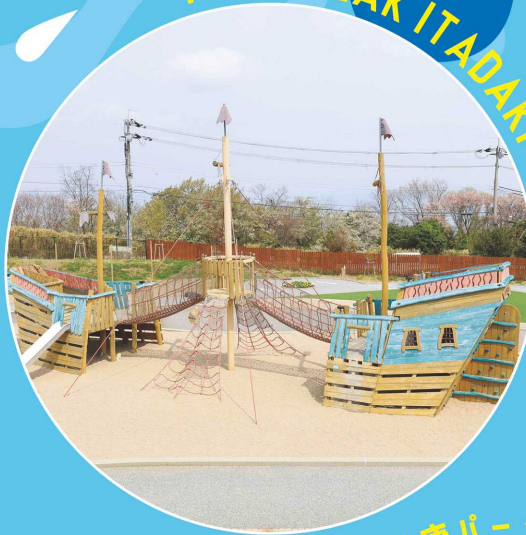
三郷町ウォーターパーク 屋外プール



流れるプールやスライダー(身長制限等有)、幼児用プールなどがあり、小さな子どもたちも笑顔になれる遊び場です。軽食も販売しています。



PLAY PEAK ITADAKI



1

生駒市

水遊び
ゾーン

標高642mの生駒山上にある天空の遊び場。「アドベンチャー・レイク」では湖をイメージした浅瀬で水遊びや砂遊びが楽しめます。



4

橿原市

公園

東竹田近隣公園 親水広場



夏は親水広場が大変にぎわっています。家族みんなで楽しみましょう!



3

大和
郡山市

プール

まほろば健康パーク ファミリープール



流れるプールやスライダー、バケツプールなどがあり、小さな子どもも安心して楽しく遊べます。軽食もあり!



4

東竹田近隣公園 親水広場

- ※ 7月下旬～9月中旬
- ※ 噴水稼働時間 10:00～15:00
- ※ 施設営業時間 9:00～21:00
- 📍 橿原市東竹田町124-1
- 💰 無料
- 🅑 無料(26台) ※駐車場に限りあり
- ☎ 0744-22-6011 (ひがしたけだドーム)
- ※ ペットの入場不可



3

まほろば健康パーク ファミリープール

- ※ 7/19～8/31
- 🕒 9:00～16:30 (閉館時間 17:00)
- 📍 大和郡山市宮堂町310番地
- 💰 大人(中学生以上) 860円、
4歳～小学生 420円、3歳以下は無料
※ 小学3年生以下は18歳以上の付き添い要
- 🅑 無料(550台)
- ☎ 0743-59-0036



2

三郷町ウォーターパーク 屋外プール

- ※ 7/ 5、6、12、13、7/19～8/31、9/6、7
- 🕒 9:30～16:30
- 📍 三郷町勢野西1丁目2番4号
- 💰 町外在住/大人(高校生以上) 1200円、
小・中学生 600円、65歳以上 1200円、
町内在住/大人(高校生以上) 700円、
小・中学生 300円、65歳以上 100円、
町内・町外在住いずれも小学生未満無料
※ 年齢、住所がわかる本人確認書類の持参を
- 🅑 無料
- ☎ 0745-34-2355



1

PLAY PEAK ITADAKI

- ※ ～11/30 ※ 平日基本休園(一部営業日あり)
- 🕒 10:00～17:00 または
10:00～18:00 (夏休み期間のみ)
- 📍 生駒市菜畑2312-1 (生駒山上遊園地内)
- 💰 保護者 600円、
中学生以上(保護者除く) 1500円、
2歳～小学生 1500円、1歳 600円
※ 小学生以下は保護者の付き添い要
- 🅑 1500円/台 ※ 土・日曜、祝日および
繁忙期は特別料金(2,000円)となる場合あり
- ☎ 0743-74-2173
(生駒山上遊園地)



授乳室

シオムツ替え

でべい入場

みつえ青少年旅行村

6

宇陀郡
御杖村

自然

滑り台やボブスレーなどの遊びが満載！釣り堀（ニジマス、イwanaなど）やあまごのつかみ取り、温泉も楽しめる家族に人気のキャンプスポットです。



葛城市

公園

二上山のふもとに広がる自然公園です。夏になると水辺のテラスが水遊び場に変身！水が浅いので小さな子どもでも安心して遊べます。



二上山ふもと公園（ふたかみパーク）



五條中央公園 親水広場



4種類の噴水による演出が楽しめる親水広場です。みんなで水に親しみ遊んでいただけます。隣に大型のふわふわドームもあります。

五條市

公園



木津川市

自然

園内を流れる川は水深も浅く、小さな子どもでも安心して川遊びしていただけます。鳥のさえずりや川のせせらぎ、緑あふれる自然の中でゆったりとお過ごしください。



山城町森林公園



川遊びのまえにチェックしておこう！

- ☐ ❶ 遊泳禁止場所、遊泳禁止発令時は泳がない
- ☐ ❷ 雷が鳴っているときは遊ばない
- ☐ ❸ 川に流れてしまった道具は追いかけない
- ☐ ❹ 大きな岩や石の上に乘らない、素足はケガの危険も
- ☐ ❺ 中州や急流部、川底が見えない場所に近寄らない
- ☐ ❻ 消波コンクリートブロックなどの人工物のそばで遊ばない
- ☐ ❼ 川沿いの草がおいしげっているところでは遊ばない

増水

雨やダム放水で、川の水が急に増えます。枝などが流れてきて危険。

岩や障害物などの近く

渦のような逆さ流れ（反転流）が発生します。流されやすくなり危険。

川に倒れこんだ木

大雨や強風で木が倒れこんでいると、ひっかかったり流されやすくなり危険。



奈良 YMCA

監修 全国YMCAアクアティック事業部 WaterSafetyハンドブック2025



8

山城町森林公園

- ※ 年中無休
- L 8:30～17:00（総合案内所）
- 📍 木津川市山城町神童子三上山1
- ¥ 環境整備協力金／大人（中学生以上）300円、小学生200円 ※小学生未満無料 ※テントやバンガローなど施設使用料は別途要
- P 500円／台（200台）
- ☎ 0774-86-4507



7

五條中央公園 親水広場

- ※ ～9月末頃
- L 9:30～16:00
- 📍 水曜（祝日の場合は翌日）
- 📍 五條市五條4丁目317-1
- ¥ 無料
- P 無料（50台）
- ☎ 0747-25-3766



6

みつえ青少年旅行村

- ※ 要予約（なつぷ予約サイト）
- 5月頃～10月頃まで
- L 日帰り10:00～16:00
- 📍 宿泊12:00～翌10:00
- 📍 火曜（夏休み期間は不定休）
- 📍 宇陀郡御杖村神末1790
- ¥ 日帰りピクニックサイト2000円（ハイシーズン 2300円）ほか ※詳細はHPに掲載
- P 有り 駐車料は施設利用料に含む（2台目以降は有料）
- ☎ HPの問合せフォームより



5

二上山ふもと公園（ふたかみパーク）

- ※ 4月～11月ごろ
- L 流水稼働時間 10:00～16:00 ※施設営業時間9:00～17:00
- 📍 火・水曜（祝日の場合は開園）
- 📍 葛城市新在家492-1
- ¥ 無料
- P 無料（117台）
- ☎ 0745-48-7800



リズム感、バランス感覚を養うだけでなくマナーやルールなどを
 体育遊びの中から自然に身につけることができると言われる体操教室。
 リッケンススポーツクラブ精華教室に潜入取材してきました！

楽しくをモットーに
 礼儀も
 大事にしています



4歳

と は 跳んで跳ねて元気キッズ ジムナスティクス gymnasticsは超たのしい！



コーチ歴15年 河村コーチ コーチ歴8年 鎌田コーチ コーチ歴3年 野口コーチ

目標！

トランポリン

いろんなスポーツに役立つ体幹
 がきたえられるよ。目線は正面
 に、カラダは真っ直ぐ、同地点
 に着地するのも大切だよ。



サーキット

くぐって登ってジャンプして、そろそろ平均台。
 たのしい！ たのしい！ の大合唱♪



柔軟体操

みんな揃って挨拶・点呼のあとは
 しっかりカラダをほぐしていくよ。
 壁倒立は自分の体重を感じてしっ
 かりと手で支えるトレーニング。



跳び箱

何といっても踏み切りが
 ポイント！助走のスピー
 ドに乗ってしっかり踏み
 切ろう。



鉄棒

補助の坂をのぼり
 ながら回転する感
 覚をつかもう。



いいこと
 いっぱい

ママの声

- ・コーチみんなが優しく、でもちゃんと叱ってくれるのがいいです。
- ・丈夫な子になってほしくて始めました。
- ・マナーやルールも教えてくれるところが気に入っています。
- ・コーチ3名の手厚い指導だから安心して任せられます。

順番待ちも
 カッコよくだよ



(取材協力：リッケンススポーツクラブ精華教室)

体操

2歳～高校生

精華町 香芝市 生駒市

冷暖房完備の充実した施設で
 楽しく子どもに自信をつける体操教室

リッケンススポーツクラブ

体力や技術、目的に合わせて幅広いクラスを用意。
 楽しくカラダを動かすのはもちろん、競技を目指すことも可能。



INFO (税込価格)

入会金3,300円/年会費1,100円
 ユニフォーム等6,600円
 □ 本科生 各クラス(2歳～)
 授業料 週1回コース 7,700円
 週2回コース 9,900円
 □ びよびよ(2～3歳)
 授業料 週1回コース 9,900円
 週2回コース 13,200円

夏の短期教室

日程 7月24日(木)
 ~7月26日(土)
 料金 3回 6,000円(税込)
 ※教室ごとで時間が異なります。

【五位堂教室】香芝市五位堂6丁目224

TEL.0745-43-8511

【生駒教室】生駒市小瀬町68-5

TEL.0743-77-0750

【精華教室】相楽郡精華町精華台3丁目12-10

TEL.0774-95-3030

9月～土 9日



五位堂教室



生駒教室



精華教室

Babyの健全な発育発達に最適とも言われるスイミング。
親子のスキンシップを図りながら楽しむ「親子スイミング教室」を覗いてきました。

親子ともに
笑顔で楽しく



8ヶ月

パシャパシャ すいすい スイミング swimming



コーチ歴7年の西川コーチ・コーチ歴30年の山本コーチ
子どもの笑顔と水が好き過ぎて陸には上がれないコーチ陣

① レッスン前

自由に水遊び



まずは
一緒に

② 水慣れ

手・腕・おなか・ほっぺ・頭、徐々に水に触れて慣らしていくよ。
ママのバタ足を見たあとは「ボクもわたしもやってみる!」



1才7ヶ月

④ おわりに

あっという間の45分。
ハイタッチでバイバイ



とんとんとんとん
ひげじいさん♪

③ ヘルパーつけてサーキット

つり輪にトンネル、滑り台、日替わりメニューでたのしもう!



ひとりで
できるもん!



2才



いいこといろいろ



ママの声

- ・「水が怖い」という感覚が芽生える前から始めたのが良かったです
- ・ぐっすりたっぷり眠ってくれる間に用事を済ませられます
- ・ママのダイエット効果は予想せぬご褒美でした

スイミング
のメリット

- ・体温調節機能を向上させるので気温変化が原因の風邪をひきにくくなる
- ・気管支をはじめとする呼吸機能の改善・強化に大きな効果があり、喘息の運動誘発性発作の低減につながる
- ・水の刺激で皮膚が丈夫になる
- ・血液循環が活性化、平衡感覚が養われる etc.

(取材協力: まほろば健康パーク スイムピア奈良)

スイミング

6ヵ月~2歳児

大和郡山市

親子のスキンシップを図りながら
自然に水に慣れて体力がつく



スイムピア奈良

親子スイミング教室

クラスのある月・水・金のどの曜日に何日も受講可。お弁当会・工作の日etc.
楽しいイベントも盛りだくさん。顔をつけないければメイクのままでもOK!



INFO

(税込価格)

受講料 7,150円(1ヵ月)
対象 6ヵ月~2歳児と保護者
(3歳でも未就園児であればOK)
クラス 月曜日・水曜日・金曜日
(自由出席制)
時間 11:30~12:15
指定用品 スイムキャップ(880円)
*キンダー、キッズなど
多数プログラムあり

TEL.0743-57-2782

大和郡山市宮堂町310番地

①無料駐車場完備

スイムピア奈良

検索



「ことま見た」で

7月もしくは
8月の1ヵ月間 **無料**
(月内何度でも参加可)

その後、ご入会の場合は

初回登録料 **無料**
1,100円

*夏休み中は小学3年生くらいまでの兄弟の
同伴可(指導は無し、同じプール内で遊べます)

ことま
特典

先着
10組



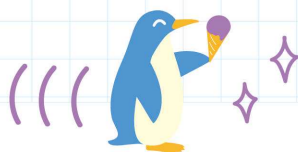
夏休み特別版

材料を混ぜて冷やすだけの簡単レシピをご紹介します。
ブルーベリーのさっぱりとした味わいで、夏のだるさを吹き飛ばそう！



ママと作ったよ！

◇ ヨーグルトで簡単！ ◇ ◇ ブルーベリーアイス ◇



〈材 料〉(4人分)
冷凍ブルーベリー 100g
牛乳or豆乳 100g
A 水切りヨーグルト 100g
※プレーンヨーグルトから作ります
ブルーベリージャム 大1~2 (約276kcal)

栄養計算: 管理栄養士 金村悦子



〈水切りヨーグルトの作り方〉

- 1 プレーンヨーグルトをサクッと混ぜる。
- 2 キッチンペーパーを2枚重ねて、1に蓋をするようにかぶせ、輪ゴムでとめる。



- 3 ボウルに大きめのザルをのせ、その中に2の容器ごと逆さに置く。冷蔵庫に半日~1日置いて水を切る。★容器は斜め45度に傾けてね。

ホエイは栄養豊富なので、捨てないで！ホエイを使ったレシピはこままWebで公開予定

〈作り方〉



つめたー!!

- 1 冷凍ブルーベリーを厚手のビニール袋に入れ、自然解凍する。
- 2 袋の口をしっかりと閉じて、手でもみながらブルーベリーをつぶす。Aを加え、さらによくもむ。★麺棒で押し伸ばしてもOK！

段々、
むらさき色に
なっていく~



- 3 冷凍用の保存容器に流し入れ、ジャムを入れて軽く混ぜる。
- 4 冷凍室に入れ、30分ごとにスプーンで混ぜ、好みの固さになったら完成♪

ヨーグルトのパワー

栄養は牛乳とほぼ同じだけど、ヨーグルトは乳酸菌の力で体にうれしい働きをしてくれるよ。

- ・おなかにやさしい
- ・栄養が吸収されやすい
- ・腸内環境を整える

※参考: 農林水産省HP



また
イチゴでも
やろう~!



協力: りくくん(5歳)

ママ's voice

麺棒も良いですが、感触を楽しむためにも手でつぶすのがオススメです。とても簡単な工程で、5歳の息子は「もうおわり?」とノリノリでした♪ヨーグルトの色が変わる様子も楽しんで、五感で楽しめるクッキングだなと感じました。

さらに
詳しい内容は
ブログで



hp

「作り方2」では、色が変わっていく様子や、冷たさや柔らかくなっていく感触の変化が楽しめますよ。ぜひお子さんと一緒に作ってみてくださいね!

青空キッチン
ROZORA KITCHEN
奈良生駒校 ☎090-3923-8689

3歳~小学生向けの食育スクール開講中!
体験レッスンのお申込みはHPをご覧ください♪

林 光子 キッズ食育トレーナー・食育指導士
奈良県出身。3人の子育てと介護の経験から“食の大切さ”“本当の食”に興味を持ち、自宅料理レッスンスタート。子どもの“食育”の大切さを感じ、キッズ食育トレーナーの資格を取得。『青空キッチン奈良生駒校』主宰。【明るいキッチンが子どもを育てます!】をモットーに活動中。





少人数のアットホームな遠足

体験の風をおこそう

貸切バスで行くよ

きんぐの初めてのデイキャンプ遠足

2025年7月12日(土) 8:30~17:30

プログラム

- 泳がない川遊び(水鉄砲や魚とり等)
- テントを立ててみよう
- 野外炊飯

対象 年少以上

定員 10名

参加費 11,000円/人(税込)

※7月5日以降キャンセル料必要

場所: 森林公園やすらぎ村

奈良県吉野郡下市町西山550

※JR奈良駅・大和八木駅 発着

指導者: 富永岳先生 京都府キャンプ協会: キャンプディレクター資格1級

その他: この活動では、子どもゆめ基金への報告のために写真撮影を行います。〔(株)国立青少年教育振興機構が保有する個人情報等の適切な管理に関する規程〕に基づき、子どもゆめ基金助成業務以外の目的には使用されません。

お問い合わせ・主催

運動苦手な子向け 少人数たいそう教室

きんぐキッズ

お申込みは、公式LINEから

Mail/candlekids.nara@gmail.com

HP/https://candlekids.net

LINE





2025

サマープログラム参加者募集

園児のキャンプ

川あそび・高原あそび・キャンプファイヤー

8/3(日)~1泊2日

海のキャンプ

カヌー・カヤック・磯遊び・オーシャンスイム

8/9(土)~2泊3日

山のキャンプ

シャワークライミング・野外炊さん・キャンプファイヤー

8/17(日)~2泊3日

公益財団法人 奈良 YMCA

☎0742-44-2207

他にも「スポーツ集中コース」も多数あり! まずはお問合せを

QRコード

夏休み短期水泳教室

未就園児~高校生対象

泳力別にクラスを設けた短期水泳教室。お子さま一人ひとりの泳力に合わせて指導!

7/21日~START

詳しくはお電話またはこちらから▼

公益財団法人 奈良 YMCA

スイミングスクール

☎0742-47-8822 奈良市西大寺南町14-27

QRコード

木津川市・奈良市

スイミング

3歳~

コパンスイミングスクール

見学・体験お気軽にお問合せください!

この夏、泳げるようになったら! 夏の短期教室開催!

「スクールに通う前に雰囲気を知りたい」「普段は通えないけどスイミングは習ってみたい」このような子どもにピッタリ! 短期間で上達できる水泳教室。

夏短期教室受付中! 詳細は各店舗HPから

サントウン店

- 3日間コース
- サマースクールなど

高の原店

- 7・8月短期教室
- 1ヶ月体験など

学園前店

- 7月オープン
- 無料体験開催!

QRコード

QRコード

QRコード

こまま特典

入会金(通常6,600円)→0円

【コパンスイミングスクールサントウン】

木津川市相楽台9丁目15-2

☎平日・土曜・祝日 10:00~20:00

☎日曜日、月末最終日、年末年始 他

☎0774-72-5965

【コパンスポーツクラブ高の原】

奈良市右京1-4 サントウンプラザひまわり館5階

☎月火水金 9:30~23:00/土 10:00~21:00/日祝 10:00~19:00

☎木曜日、月末最終日、その他

☎0742-93-9915

NEW 【コパンスポーツクラブ学園前】

奈良市学園朝日元町2-689-1

☎月水木金 10:00~19:00/土日祝 10:30~15:00

☎火曜日、月末最終日、年末年始 他

☎080-1604-8028

まちがいさがし

うえのえと したのえを よくみると 5つのまちがいが あるよ！
ぜんぶ さがしてみよう！

なつやさい

Pumpkin
 Corn
 Zucchini
 Cucumber
 Bell pepper
 Tomato

なつさやい

Pumpkin
 Corn
 Zucchini
 Cucumber
 Bell pepper
 Tomato

①えのえ (う) ②あはちや ③キウリがナスに ④パティカの色 ⑤と

英語にチャレンジ!

Alpaca アルパカ
 Bear くま
 Cat ねこ

早くから英語に親しむことで遊びながら
自然に楽しく英語を身につけよう♪

奈良県
英語etc
0歳〜

ヒッポファミリークラブ

家族みんなで学べる♪世界のことで遊ぼう!

赤ちゃんがことばを話していくのと同じプロセスで楽しく多言語を身に付けていく。子どもも大人も何語でも話せる可能性を秘めたユニークなプログラムが魅力。

0120-557-761 (平日10:00~17:30) 詳しくはコチラ

【開催地域】
高の原、学研北生駒、生駒、平群、三郷、五條、十津川
各会場詳細、見学、体験はホームページ、電話で随時受付中!
7月開催「親子で体験できる多言語講座」受付中!

INFO (税込価格)

- 入会金 1世帯 10,000円
- 月会費 1世帯 12,000円+会員1名につき1,200円×人数
例) 家族4人の場合 16,800円 (1人当たり4,200円)
- 全国のオンライン・リアルとも、好きなだけ参加可能
- 1か月無料体験 (月内なら何回でもOK)
- スピーカー無料貸し出し
- 試聴音源プレゼント

ことまき特典

生駒市・王寺周辺
英語
0歳〜

サリーズイングリッシュスクール

Sally's English School

登美ヶ丘校・ファースト生駒校・セカンド生駒校・王寺校 ご見学・体験レッスン随時募集中!

中学生までに英検®3級〜準1級合格実績!!

講師募集中
事務・営業募集中
イベントスタッフ募集中

聞く・話す・読む・書くをバランスよく取り入れ、会話だけでなく英検®や受験にも対応。合格実績毎年多数! 経験豊富な一流講師陣の指導で楽しく英語力が伸びる。多読や家庭学習もサポート。リーズナブルな月謝で驚くほど上達!

INFO (税込価格)

格安の月謝5,500円から!!
【開講クラス】ベビー/年少〜年長/小学生/帰国子女/中高生/大人
サマースクール参加者募集中!
7月29日(火)〜8月9日(土)

英検® 準会場認定教室

- ◆講師はネイティブ・バイリンガル流ベテラン陣
- ◆驚くほど誰でも必ず伸びる上達メソッド
- ◆多読・発表会・参観・懇談・中間期末テストあり
- ◆ハロウィンなど楽しいイベント盛りだくさん!
- ◆英語上達に欠かせない親身な個別サポート

0743-73-0012 (日・月休み)
※電話に出られないことが多いのでHPのお問合せフォームをお願いします

【登美ヶ丘校】生駒市鹿ノ台南2丁目3-2 鹿ノ台中央ビル2F (登美ヶ丘駅から車で3分) 有
【ファースト生駒校】生駒市北新町11-1 AOIアートビル101 (生駒駅北へ徒歩2分)
【セカンド生駒校】生駒市元町1-4-6 (生駒駅南へ徒歩2分)
【王寺校】生駒郡三郷町信貴ヶ丘1丁目1-15 (信貴山下駅徒歩10秒)

※日・月

奈良市
英語
1歳10ヶ月〜

ダクール インターナショナル プリスクール

DUCHOOL International Preschool

奈良県初の本格的なインターナショナルプリスクール

ダクールでは、子どもたちの未来を本気で考えて、「非認知能力」を育むことにフォーカスしている。様々な遊びや体験を通して学び、世界を舞台に明るく生き抜く力の根幹を築く。アフター学童クラスも無料体験受付中! まずは見学に行ってみよう。

INFO (税込価格)

認可外保育施設保育料無償化の対象園
ショートステイ 9:00~14:00
ロングステイ 7:30~18:00

- 就園前クラス 47,300円〜
- 年少から年長クラス 56,100円〜
- アフタースクールクラス(英語学童)

対象: 年長、小学生 (英会話力チェックあり)
料金: 17,500円〜
学童コース 週2回〜 (15:30~18:00)
送迎バス相談可
日本語課外教室あり

英語環境の中で園生活を楽しんでいる子ども達。自分らしい自己表現ができる子どもになるよう取り組んでいます。

0742-53-8711
奈良市富雄元町1丁目14-17 イオカビル 3月〜金 8日・祝
見学・体験随時受付中!

ダクールインターナショナルプリスクール 検索



絵本

—読み聞かせの効果—

TAM ギャラクシー教室
金子昭子先生



「子どもの心が豊かになる」といわれている読み聞かせですが、具体的にはこれらの効果があります。

- ①「もしかしてつぎは…?」「ぜったい〇〇だな」と続きを考えることで想像力が育ちます。また、登場人物の気持ちを想像することで感情が豊かになります。そこで感じた経験は、実生活で相手の気持ちを思いやる力に繋がります。
- ②今まで知らなかった言葉を知り語彙力が高まります。絵が描かれているので、言葉への理解がより深まっていくのも絵本の大きな特徴です。
- ③夢中になっているうちに集中力が高まります。最初は短い話から、徐々に長い話を読むことができれば、集中力の持続にも繋がります。

また、読み聞かせはコミュニケーションを図るための大切な時間でもあります。片手間ではなく、しっかりと時間を掛けることで、子どもは深い愛情を感じることができ情緒の安定や自己肯定感の高まりにも繋がっていきます。たくさんの絵本を読んであげてくださいね。



TAM なら入試前の志望校対策がばっちり！

年長児 志望校別

体験テスト

6/17 火

受講料
8,800 円(税込)

年長児 志望校別

夏期講習会

7/25 金

受講料
30,800 円(税込)

内容 ペーパーテスト・個別・行動観察・面接・運動など

対象校 立命館小 / 同志社小 / 同志社国際学院小 / 京都聖母学院小
京教附桃山小 / 近大附小 / 帝塚山小 / 奈良学園小

※志望校ごとに実施日程が異なります。詳しくはお問合せください。

～ その他夏の講習会スケジュール ～

7/25 入試直前 基礎力 応用力 講習会

7/20 単元別強化講習会
思考・言語・面接など 6 領域

8/1 夏期講習会
年少さん、年中さんの復習に

講習会にはお得なまとめ割、早割もございます。
詳しくは教室までお問合せください。

難関私立小・国立小合格者

2025 年度 541 名



TAM ギャラクシー教室

〒612-0074 京都市伏見区桃山井伊掃部西町5番地 2

075-623-2255

【受付時間】10:00～18:00(日・祝除く)

●名神南インターチェンジから車で約 10 分



Happy Café

パパ・ママに
そっくりやん!

ママが毎日食べるほど好きなキムチや梅干しを3歳5歳兄弟も好んで食べる
ところ。
(ととまる)

お腹空いたらイライラするところ。
(あやちん)

2歳の娘が1年生の兄に「おかえり。手洗っておやつ食べたら宿題な!」と言いつ放った瞬間。あ、私だわ!と我に返る瞬間でした。
(りっこ)

長女の髪質が母と一緒にゴワゴワ剛毛で、風呂上がりは「メリダとおそろしの森」みたいになります。(たけちびみ)

タレ目、丸顔!食欲旺盛!(ハム太郎)

パパに似て半額もののラベルついている物が好き。
(いちご)

いびきがそっくりで音を奏でていた。

(えがおびより)

とてもパパに似てるんで心配。(いづ)

息子は私にそっくりでよくコピーだと言っていました。性格は亡き主人に似て優しいです。
(けいこけい)

煮物など汁がある料理があると、汁を飲み干してしまうところ。
(ウエジ)

2番目と4番目の娘は、目を半開きで寝ること多し。ふと横を見るとパパも半開きで寝てるー!!!
(4人のママ)

「味見させて」と、味見でお腹いっぱいになる息子(3歳)がママと一緒にだった。
(さゆ)

「〇してねー」とお願いすると、「後でね」と言っですぐしなところ。
(りよ)

素直に謝らないところが私に似ていると夫に言われました。
(きにら)

「やったらいんちゃう?、たべたらいんちゃう?」言葉使いです。ママやパパの言葉そのまま話しますね。
(みおん)

まつ毛が長くて、まつ毛の手入れをするところ。
(パウパウ)



ママさんの夢叶えませんか？応援企画！

参加費
無料

子育て中の
パパ・ママ
「プレパパ・ママ」
も歓迎

教育費、保険、老後資金…モヤモヤをスッキリ解消！／

これからのために 知っておきたいお金の話

子育て世代が知っておきたい「お金の基本」をわかりやすく解説。ハッピーライフプランを作成します。

各定員

30名
(先着順)

対面

開催日時

7月14日(月)

10:00～12:00 (開場9:45)

場所

ミグランス

(檀原市役所分庁舎) 檀原市内膳町1-1-60

信頼感・安心感は
やっぱり対面！



【セミナー内容】

教育費って
どれくらい
かかるの？

ライフプランを
立てるには？

保険、NISA、
iDeCoなどの
制度の選び方

お金に関する
個別相談もOK！

オンライン

Zoom

7月19日(土)・23日(水)

10:00～11:30

顔出しなしでも、大丈夫です！

おうちから
だから楽♪



お申込み

講師の公式LINEより、直接申込み

①お名前 ②参加日

※ご質問お問合せもこちらのLINEからお願いします。



お子さんとのかけがえのない時間を楽しみながら、ご自身の将来、叶えたい夢も大切にしませんか？どちらもあきらめない暮らしを、一緒に考えましょう。

講師

きったが 橘高 雪絵

ユニバーサルライフ株式会社。
「お金の小学生」本の監修、ファイナンシャルプランナー2級、
証券外務員1種
専業主婦歴15年の先輩ママ。やりくりや節約術には定評がある。

／ 教えて、先生 ／

悩めるママの質問コーナー

「お金のこと、しっかり考えないといけないけど、よくわからん！」って思っているママも多いはず。
頼れるお金のプロのファイナンシャルプランナー橘高雪絵先生に教えてもらいました。

Q1

アプリを使って家計管理を試みましたが、
いつも三日坊主。

家計簿などはつけた方がいいですか？

(33歳ママ)

三日坊主、すごく分かります！家計簿がストレスになったら逆効果ですよ。

「家計簿＝毎日細かくつけるもの」と思わなくて大丈夫です！
実は、毎日つける家計簿よりも「お金の流れをざっくりつかむこと」のほうが大事だったりします。たとえば、「今月はどこにたくさん使ったかな？」とふり返るだけでも、ムダ遣いに気づけたり、「来月はもう少し食費をおさえようかな」と意識が変わったりします。お金を「記録」するより、「気づく」ことが、家計を整える一歩になるんです。

CHECK! //

Q2

お金を銀行だけに預けているのは
ダメですか？

投資は怖いし、面倒な感じがします…

(38歳ママ)

「投資は怖いし、面倒」って思う気持ち、すごく分かります。
リスクがあると聞くと、避けたくなりますよね。

銀行預金は安心ですが、今は金利がすごく低いので、お金の価値がじわじわと下がっていくのが気になるところです。例えば、お米やガソリン代など、価格の上がり方が大きくて、10年前と同じ金額で同じ物を買えなくなっていますか？お金を増やしていかないと、同じ物を購入出来なくなってしまいます。とはいえ、いきなり投資を始める必要はなくて、まずは「どんな選択肢があるのか」「自分にはどんな方法が合っているのか」を知ることが大事です。



のびていく
君と一緒に。

くもんの先生、はじめませんか？

教室は週2日から 収入サポートあり 充実の研修体制

【優先的に募集している地域】

香芝市(下田・旭ヶ丘・関屋小校区) 天理市(前栽・樺本小校区)
桜井市 橿原市 北葛城郡王寺町・広陵町(広陵西小校区)
奈良市(青和・東登美ヶ丘・登美ヶ丘小校区・高の原駅周辺)
生駒市(生駒・沓分小校区) 大和郡山市(郡山南小校区) 名張市
教室として使用できる物件も募集中！

※55歳までの方をお待ちしております。

※教室は「ご自宅」や「貸会場」で開設することができます。

※くもんの先生のお子さまは公文式を無料で学べます。(ご自身の教室の生徒になる場合に限りです。)

※教室開設時に「開設認可料」110,000円(税込)が必要です。



地域	日程	時間	会場
奈良市	7/4(金)	10:00~11:30	公文教育研究会 奈良ランチ (近鉄大和寺駅北口より徒歩1分) ※他日程も多数ございます。
	7/9(水)	14:00~15:30	
	7/17(木)	10:00~11:30	
	7/23(水)	17:00~18:30	
	7/31(木)	14:00~15:30	
web 説明会	7/14(月)	10:30~12:00	公文式 新大宮北教室(近鉄新大宮駅北口より徒歩3分)
	7/2(水)	10:00~11:10	他の日程でも多数実施中! ご自宅からお気軽にご参加ください Zoomでの開催となります。 お申し込み後、 詳細をご連絡いたします。
	7/4(金)	10:00~11:10	
	7/8(火)	10:30~11:40	
	7/9(水)	14:00~15:10	

※前日17時までにご予約ください。 ※お子さまと一緒にご参加いただけます。

お問い合わせは 0120-834-414 受付時間 9:30~17:30
フリーダイヤル 土・日・祝日を除きます

公文教育研究会 〒631-0821 奈良市西大寺東町2-1-63 サンワシティ西大寺5F

まずはホームページをチェック！

くもんの先生

検索

KUMON

どんなもんだい!?

夏の無料体験

受付中

実施期間：7月17日(木)～8月23日(土)

もうすぐ夏休み! KUMONがお子さまのやる気をはぐくみます!

上記の期間中の1週間、教室で計2回まで、公文式学習を体験(無料)していただける機会です。

◎期間中、各教科につき参加は一度です。◎教室で直接ご予約いただけます。

※実施期間末ごろのご予約の場合は、教室での体験が1回となる場合があります。

KUMONの算数・数学、英語、国語

1教科から学べます。

対象 ▶ 幼児、小学生、中学生、高校生以上

＜「夏の無料体験」の後、継続して学習される場合＞

●月会費(1教科)／東京都・神奈川県：幼児・小学生7,700円、中学生8,800円、高校生以上9,900円。
上記以外の地域：幼児・小学生7,150円、中学生8,250円、高校生以上9,350円。

※会費につきましては各教室の所在地に準じます。

※英語学習開始時には、専用リスニング機器「E-Pencil」6,600円(税込)を
ご購入いただきます。

●公文式の教室は入会金が不要です。●会費は教材費、消費税を含みます。

KUMONで学んだ方は1,000万人を超えています。

※1976年度以降の入会者数累計(KUMON独自調査)

KUMONを無料で
体験できるチャンスです。
この機会にご予約を!

ご予約は
こちら

0120-372-100
受付時間 9:30~17:30 土・日・祝日を除きます



公文教育研究会 奈良ランチ
〒631-0821 奈良市西大寺東町2-1-63
サンワシティ西大寺5F

KUMON

くもん どんなもんだい で 検索

新規
開院 2024年6月



おとなとこどもの歯並び

中山矯正歯科・小児歯科 西大寺

Nakayama Orthodontic Clinic

大切な方に受けてもらいたい誠実で安全な治療をおこないます。

奈良市西大寺南町2番4
サンスクリット西大寺101

☎0742-93-6266



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~12:30	/	●	●	/	●	★	▲
14:00~19:00	/	●	●	/	●	★	▲

★▲…… 9:00~12:00/13:00~17:00

▲…… 第一週、第三週のみ日曜診療を行います（矯正歯科のみ、小児歯科は日曜診療はお休み）



乳歯が生え始めたときから、
なにかと気になる子どもの歯。
歯みがきや歯並び、虫歯など、
子どもの歯にまつわる
あれこれをシリーズで
中山矯正歯科・小児歯科の
中山先生に伺います。



歯科定期検診 ～歯が生え始めたら4か月に1度～

【検診の重要性】

検診ではクリーニングや虫歯のチェックはもちろん、子どもの成長に合わせたホームケアのコツや注意すべき点を伝え、歯磨き練習を行います。見た目では分からない虫歯もレントゲンを撮ると分かる場合もあり、定期的なチェックが虫歯の予防や早期発見に役立ちます。

また、虫歯だけでなく、歯並びのチェックも行います。適切な時期に適切な治療（矯正治療）を受け、正しい位置で咬合（こうごう）することにより、子どもの負担が軽減されるだけでなく歯の寿命はぐんと伸びます。歯は一生ものです。むし歯が痛くなると治療に時間がかかると子どもにとってもしんどいというえに苦手意識が芽生えます。そうなる前に、歯科医院で定期検診を受けることが当たり前だと思える大人に成長してほしいですね。

Q. レントゲン撮影は何歳から、どのくらいの頻度で受ければいいのか？被爆も心配です。

A. レントゲン撮影は乳幼児には難しいので、4・5歳を目安に1年か半年に1度くらいの頻度で行います。歯科で撮影するレントゲンは日常生活で受ける自然放射線量よりはるかに少なく、その上防護用エプロンを着用しますので安心安全に受けていただけます。

のぞいてみました！
3歳児の検診の様子

【おおまかな検診の流れ】

① 口腔内全体を診る

② 染め出し
（汚れていると着色する）

③ 鏡で確認

④ 歯磨き練習

鏡を見ながら
ゴシゴシ



⑤ ※ 仕上げポイントなど注意点を説明

⑥ クリーニング



⑦ 仕上げのフロス

⑧ レントゲン



⑨（歯並びに悩みや問題のある方は）
矯正専門医から説明



好きな味を
選んでね

⑩ フッ素塗布・終了



※仕上げ磨きのポイント

- ・「あー」と「いー」両方の口で磨く
- ・下前歯の裏や上の奥歯は磨き残しやすい
- ・フロスは必ず使用する
- ・シャカシャカと音がするぐらい適度に力を入れる
- ・上唇の裏側にある筋「上唇小帯」は、歯ブラシが当たると痛いので人さし指などでガードする



中山 雄司
歯学博士
日本矯正歯科学会認定医

中山 奈緒
小児歯科担当医

夏がピーク

気をつけよう！ RSウイルス感染症

世界中にある呼吸器の感染症です。何度も感染と発病を繰り返し、2歳までにほぼ100%の乳幼児が少なくとも1度は感染します。春から増えはじめ、主に接触感染と飛沫感染で広がります。麻疹や水痘ウイルスのような空気感染はしません。



2～8日(典型的なのは4～6日)の潜伏期間を経て発熱、鼻汁などの症状が数日続きます。多くは軽症で自然に治りますが、細気管支炎、肺炎など重症化することがあります。初回感染時は、より重症化しやすいといわれています。特效薬は無く、基本的には、対症療法(酸素投与、点滴、呼吸管理など症状を和らげる治療)になります。

感染しないためには

①接触感染対策

日常的に触れるおもちゃ、手すりなどはこまめにアルコールや塩素系の消毒剤などで消毒し、流水・石鹸による手洗いやアルコール製剤による手指衛生が重要です。



②飛沫感染対策

鼻汁、咳などの症状がある場合はマスクが着用できる年齢の子どもや大人はマスクを使用することが大切です。



厚生労働省HP参照



いろんな
お悩み、お気軽に
ご相談ください

こどもとママに やさしいクリニック



風邪や吐き下しなどの日常的な病気はもちろん、ぜんそく、アレルギー、アトピーも診察します。お子さまの様子がいつもと違うときは、まずは当クリニックへ。やさしい海の壁紙に統一された院内で、ゆっくり丁寧に診察いたします。

奈良市

のがみこどもクリニック

☎0742-43-1086 奈良市六条西1丁目12-59



〈4ヶ月・10ヶ月の乳幼児健診〉 持ち物：健康診査受診票、母子手帳
〈予防接種〉 持ち物：予防票綴り、母子手帳
病児との接触を避けた予防接種・乳幼児健診の時間を設けています。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 8:30～11:30	○	○	—	○	○	○
午後診 14:00～15:00	○	○	—	○	○	—
午後診 15:00～17:00	○	○	—	○	○	—

※祝日は休診 ※予防接種は診療時間内も随時受付しております。



のがみこどもクリニック

検索

お子様の

低身長

早めのご相談を！

身長は個人差が大きいもの。ただ、中には成長ホルモンの分泌不全などが原因の、治療できる低身長の可能性もあります。「うちの子、小さいかも…」と思ったら、目安表でチェックしてみましょう。気になることがあれば、早めの受診をオススメします。



何歳ごろ受診すればいいの？

小学校入学前までがベストです。遅くとも、小学校低学年までには受診してほしいですね。小さなお子様でも、心配があれば一度ご相談にお越しくささい。成長ホルモン治療を行う場合は、早く治療を始めるほど効果が期待できるといわれています。

治療って何をやるの？

検査の結果、成長ホルモンが足りないとい診断されれば、家庭で成長ホルモンの注射をします。病院に毎日通わなくても自宅でも本人や家族が簡単にできますよ。痛みもなく副作用も少なく安心できる治療です。

健康保険は適用されるの？

すべての検査と、ある程度以上身長が低い子ども(−2.0SD)の治療には健康保険が適用されます。健康保険適用分は「子ども医療費助成制度」の対象になり、窓口負担は一部負担金(1医療機関ごとに月額500円)となります。さらに低い子ども(−2.5SD)には国の助成金もあります。

※この制度は各市町村が条例に基づき実施する制度であるため、各市町村によって異なる場合があります。具体的な内容については、お住まいの市町村にお問い合わせください。



低身長の目安 (cm)

	年齢	標準身長	低身長(−2SD)
男の子	3歳	93.3	86.4
	3歳半	96.9	89.5
	4歳	100.2	92.5
	4歳半	103.5	95.3
	5歳	106.7	98.1
	5歳半	110.0	100.9
	6歳	113.3	103.8
	6歳半	116.7	106.8
女の子	7歳	119.6	109.5
	7歳半	122.5	112.2
	8歳	125.3	114.7
	8歳半	128.1	117.2
	3歳	92.2	85.5
	3歳半	95.9	88.8
	4歳	99.5	91.9
	4歳半	102.8	94.8
	5歳	106.2	97.7
	5歳半	109.5	100.6
	6歳	112.7	103.4
	6歳半	115.8	106.1
	7歳	118.8	108.8
	7歳半	121.7	111.4
	8歳	124.6	113.9
	8歳半	127.5	116.4

城山台クリニック

☎0745-32-6668 生駒郡三郷町城山台1-4-4

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～12:00	○	○	—	○	○	○	—
18:00～20:00	○	○	—	—	○	—	—

※祝日は休診



お子様の身長のこと、
なんでもご相談ください。
丁寧に説明します。
まずは早期受診を！

医学博士・MENZAメンバー
院長 荻田 卓

ホームページから
初診受付が
できます！



城山台クリニック

検索



やさしさの育て方

できるならば、やさしい人に育ってほしい。そう願うパパやママは多いと思います。どうすれば、やさしい人に育つのでしょうか。奈良教育大学の大西先生に伺いました。

POINT!

1. お金や欲しがっている物をご褒美に与える（物的報酬を与える）のは、やさしさを育てる意味では逆効果になるので控えましょう。「ありがとう、嬉しいよ」といった言葉や抱きしめる等の愛情表現で応えてあげましょう。
2. 子どもが「〇〇ちゃんと一緒に砂場でお山をつくれてうれしかった」などと言ったときは「今日は〇〇ちゃんと一緒に遊べてうれしかったね」と、言葉で共感することで、意識させてあげることが大切です。



国立大学法人 奈良国立大学機構 奈良教育大学
学校教育講座 幼年教育専修 准教授 大西 賢治

「やさしさ」って
なに？

ことまま…先生、そもそもやさしさって、どんなものなのでしょう？

大西先生…そうですね、大人と子どもでは少し違ってくるのですが、幼児期のやさしさは「共感する・思いやる・親切にする」ことだと考えられます。幼児の場合の共感するとは、たとえばお友だちが泣いているのを見ると悲しくなるといように同じ気持ちになることから始まります。お友だちの喜怒哀楽の感情を理解して寄り添うことで、広い意味だとお友だちの考えや意見を受け止めることも含まれます。また、人をおもんばかることは、やさしさとしては非常に重要なことなんです。これらの気持ちが積み重なって「やさしさ」が「親切にする」という行動として表れてくると考えられています。

は親切にすることが目に見えるやさしさなんです。でも、うちの子どもはおもちゃを独り占めしたりして、お友だちにも貸してあげることができないんですが、やさしくないってことなんですか？

大西先生…いいえ、違います。人はみんなやさしさの素質を持って生まれてきます。生物のなかでは最もやさしさを備えています。やさしさや親切行動は成長とともに自然に発達し、変化します。はじめは、家族やお友だちなどの好きな人に対してだけ向けられていたやさしさが、自分に親切にしてくれた人にも広がり、さらには他人に親切な人にも広がります。（イラスト説明）幼い時期には、まだ上手にやさしさを表現できない場面も多くあります。今はまだ発達の途中ですから、やさしくないなんてことはありません。大丈夫ですよ。

ことまま…やさしさって、みんなが生まれながらに持っているものなんですね。

では、最後にもって生まれたやさしさを育むにはどうすればよいのかを教えてください。

他人にやさしい人にやさしくする

例

BちゃんにやさしくしているAちゃんを見たCちゃんはAちゃんにやさしくします。





「やさしさ」を 育てるために 3つのポイント

① 実際に親切にしている場面を子どもにたくさん見せたり聞かせたりする

大きな親切でなくともかまいません。洗濯物をたたんでいる人を手伝うなどの小さいことで十分です。家族で助け合うほか、幼児向けのアニメや絵本の内容もやさしさや親切的行動を表現したものが多くあるのでオススメです。



② 愛着形成

幼少期よりしっかりと愛されて育った経験がやさしさに繋がります。自分自身が満ち足りているほどやさしい気持ちになります。私たち大人も自分に余裕がないと人に親切にはできませんよね。

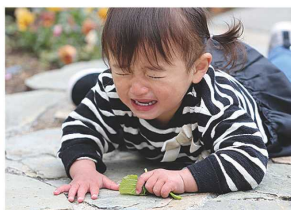
③ 早くから規範化しない

自分から親切にしたいと思いは始める前

に「今度はあなたがしてあげよう」や「した方がいいよ」などと促すのは控えた方がいいですね。やさしさではなく「規範」* になってしまいます。自分の中に自然に規範が形成されるまで待ちましょう。幼児期中期から後期になって、子どもが自分からおかえし的なことをしたいと言いだしたとき（自然発生したとき）は手伝ってあげて、適度なおかえしを教えるといいですね。たとえば、大人になって誰にでもむやみにやさしくすることは自分を守る意味からも良くありません。また、豪華すぎる物品や過度な親切などもよくないですね。無制限なやさしさや親切ではなく、常識的で適度な行動や量のおかえしを幼児期からの経験の積み重ねで身につけていくことが大切になります。

*「規範」とは

人が社会（自分がいるコミュニティ）の中で、どう振る舞うべきかを示すルールや価値観のことです。幼児期を通して、子どもは大人の言うことやお友だちの様子から徐々に規範を学んでいきます。



ちよこつと 雑学

海外のやさしさ 十人十色

多様な文化や価値観を持つ人々と共に生きていくグローバル社会では「やさしさ」は大切なキーワードです。その国のやさしさには、その国の歴史や文化、価値観が表れています。いろいろな国のやさしさをピックアップしてみました。（諸説あり・ことま調べ）

アメリカ

相手を思いやる気持ちをハッキリ伝えることが大切

・自信やポジティブさもやさしさの一部と考えられている

・見知らぬ人にも気さくに話しかけたり、ドアを開けて待つてくれたりする

フランス

丁寧なあいさつやマナーを守ることがやさしさの基本

・お店に入るときは必ず「ボンジュール（こんちは）」と声をかける

・「あなたの考えを尊重する」姿勢で、むやみに干渉しない上品なやさしさ

タイ

穏やかな態度と笑顔がやさしさの象徴

・困っていると、すぐに手を差し伸べてくれる人が多い

・相手を怒らせたり、場の空気を乱さないよう人との調和を大切にやさしさ

インド

「お客さまは神さま」とされるほど、親切でもてなす文化

・見知らぬ旅行者にもご飯をふるまってくることがある

・困っているときは、家族のように世話をしてくれる人間味あふれるやさしさ

南アフリカ

アパルトヘイトの深い痛みや歴史を乗り越えた強くて広い心

・「ウフントウ（Ubuntu）」（私はあなたがいるから存在する）の精神が根付いている

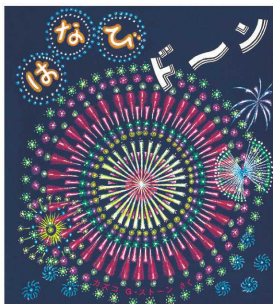
・「レインボーション（虹の国）」と呼ばれる多民族国家。11の公用語があり、民族・文化の違いを越えて尊重し合うやさしさ



絵本専門士 かよちゃん先生の

あんな絵本、こんな絵本

絵本専門士で帝塚山大学教育学部こども教育学科教授徳永加代先生が
毎号、いろいろなジャンルの絵本を紹介します。



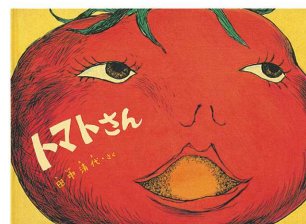
はなびドーン

カズコG・ストーン さく
童心社

「くらーい よぞらに シューツ
なーにかな」「パーン ドーン
は・な・び」……。夜空につぎ
つぎとかびあがる、色あざ
やかな花火。小さいのや、大
きいの、赤いの、黄色いの、
まるいの、星形の……。 「ド
ドドーン キラキラキラ」
など様々な音といっしょに
はじける花火に、心もばあつ
と明るくなります。色、音、
形が楽しい絵本。

かよちゃんのひとこと

花火がまるで万華鏡
のよう。変化のある
音と反復するリズム、
小さい子どもから
楽しめますよ



トマトさん

田中清代 作
福音館書店

ある暑い夏の日、真っ赤に熟
れたトマトさんが、地面に、
どつたと落ちてしまいます。
ミニトマトたちは小川へ「こ
ろころぼっちゃん」と飛びこ
んでいきますが、トマトさん
は体が重くて転がっていきま
せん。太陽に照らされている
うちに、トマトさんは、どん
どんあつくなくてきて……。
大胆かつ繊細な銅版画で描か
れた、トマトさんの迫力満点
の表情をお楽しみください。

かよちゃんのひとこと

トマトさんの表情に
心惹かれます。イジ
ジしたり悲しんだり喜
んだり・とても表
情豊かで魅力的です



スタイルいろいろ 読み聞かせ

大人向けから Baby 向けまで、絵本の種類もたくさんあるようです。
子どもと一緒に絵本選びをするのも楽しいかもしれませんね。



いっつもさん

- ・私も親に読んでもらった記憶があるので、少しでも子どもの記憶の片隅に残ってくれたら嬉しいです。
- ・寝る前や気持ちを落ち着かせたいときに読む。とても大切にしている時間。
- ・イヤイヤ期の娘に毎夜、寝る前にしています。小さい絵本を5冊くらい読んでからようやく消灯させてくれます。親としては、もう、本無しで眠りなさいという気持ちですが。
- ・昔の物語に興味を持たすのは難しい
- ・寝る前のルーティンとして読んでいます！私は読書が苦手だったので本の存在が当たり前になってくれたら嬉しいです！
- ・想像力や感受性が育つ瞬間と一緒に共有できるのが幸せです

ときどきさん

- ・今は子どもたちが私に聞かせてくれるようになりました。上手に読めていて、とても楽しいです
- ・なかなかじっとしてくれないので、あまりしていません。
- ・小学校に入るまではしていました。ホントは今もしてあげたいと思いながら日々追われていきます。
- ・3才の娘が内容を覚えて1才の弟に読み聞かせしていたのを見てびっくり。見てないようで、ちゃんと聞いていたんだと感動でした。
- ・二人目がうまれてから、どちらにもゆっくり読んであげられていない。
- ・園から借りてくる本にもうちちょっと興味を持って欲しい。借りただけで返すことが多いです。

*ことま読者プレゼントのアンケートに寄せられた声から抜粋しました。たくさんのご意見をお寄せいただき有難うございました。



「就学時健康診断」って どんなもの？

来春、
いよいよ
小学生！



ピカピカの1年生になる準備が少しずつ始まっていますね。
「就学時健康診断」は、子どもたちが楽しく小学校生活を送れるよう、
体や心の状態を把握するためのものです。
どんなことをするのか知っておけば、パパ・ママも安心して当日を迎えられます♪

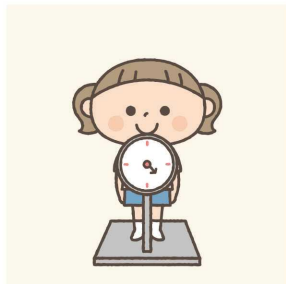
※詳細は各自治体により異なる(ことま調べ)

基本的には
お住まいの自治体の
小学校で実施

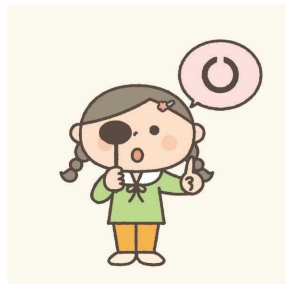
どんなことするの？

日頃、子どもの
気になる行動なども
相談してみよう

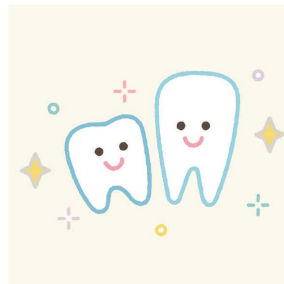
●身長・体重の測定



●視力・聴力検査



●内科・歯科の診察



●発達状況や行動の様子など



スケジュール

あまり身構えず、
リラックスした状態で
受診しよう

9～10月ごろ	就学時健康診断の通知が届く
10～11月ごろ	健康診断実施
11～1月ごろ	診断結果に関する案内が届く

通知が届いたら…

「就学時健康診断票」に、以下を記入

- 生年月日などの基本情報
- 主な既往症、
- 予防接種の記録など



先輩ママの声



就学に向けて
「うちの子、元気に
育ってるな」と
確認できて
うれしかった



子どもの行動について
気軽に相談できて、
ホッとした
気持ちになれた



メガネが
必要だといわれ、
入学前に準備できた



学校や行政の人が
相談にのってくれて、
専門機関も
紹介してくれた

気になる結果がでてても…

健康診断で、気になるこ
とが見つかれば、学校か
ら案内があります。入学
後に困らないよう、今か
らできるサポートを考え
るための大切なお知ら
せです。あわてずに、ゆっ
くり向き合っていきま
しょう。

療育への第一歩

最近よく耳にする「発達障害」という言葉。

生まれつき脳の発達が通常と違うために特有の苦しさを持つことをいいます。
そんな子どもたちが必要とする「療育」について、まずは知ることから始めてみませんか。

医療法人宗紀会

つくだクリニック

小児精神科・小児心療内科

なないろ初伝舎

児童発達支援・放課後等デイサービス

「上手にかかわって元気なおとなに」
インリアルアプローチによる個別言語訓練
人の気持ちを汲みとる力を育てる

📍 奈良市三条大路1丁目10番43号
FOREST SQUARE 2階

〈クリニック〉☎0742-36-1110

〈なないろ〉☎0742-36-7716



集団生活になじめなかったり、周
围の子どもの違いを感じて不安
になることはありませんか。
幼稚園などから指摘されたり秋
の就学前健診で指摘されることが
あるかもしれません。
そんなとき親はどうしたらいい
のでしょうか。
奈良市で子どもの発達を中心に
専門的な診療を行っている「つくだ
クリニック」院長の佃先生にお話を
伺いました。

つくだ
佃宗紀先生

子どものこころの専門医、小児科専門医、日本小児精神神経学会認定医
的確な診断のもと、プラスのイメージをもって笑顔で帰っていただける説明を心掛ける

「しんどさを軽くして ご機嫌でいてもらおう」

我が子が周りの子どもと違うと
分かった保護者の方はとても不安
だと思えます。でも、私はいつも
「たいしたことないよ、ちょっと工
夫するだけでラクになるから大丈
夫！」とお伝えしています。もちろ
ん、普通のかかわり続けるとすご
くしんどくなってしまうので、放っ
ておくのはダメですが、保護者の方
や周りの大人が、かかわり方を少し
工夫するだけで、子どもはご機嫌に
なってやる気をおこします。天真爛
漫に能力を発揮して輝きますよ。周
りと同じになる必要はありません。
たくさんある持ち味をフルにいか
せるようにしてあげましょう。そし
て、周りからの誤解や否定的な言葉
でこころが壊れていくのを防いで
あげましょう。トラブルになるのを
極力防ぐための力と経験をつけて
あげることが「療育」です。待つて
いても様子を見ていても解決はし
ません。しんどい期間が続くだけ
です。しんどさは少しでも早く軽くし
てあげたいですね。

ちょっとした工夫

よく分かるように伝えてあげよう
あいまいな言い方や「ちょっと」
「すこし」「ちゃんと」はやめよう

気になるこんな様子

※1歳半が重要な基点です。2歳から3歳になっても成長が見られずに
こんな様子が気になる場合は専門医に相談してみましょう。

指差しを
しない

抱っこを
嫌がる

言葉が
増えない

言葉が消える

※一度は言葉が出たのに、
その後、出なくなる

手を
つながない

親指と人差し指で
ものをつまめない

など

・ご機嫌でいさせてあげよう
気分良く調子に乗せて、やる気を
出させよう
・痾癪は混乱だと理解しよう
・叱る「は」教える「に」切り替えよう
失敗を叱る必要は全くありません。
失敗の原因を追究する必要もあ
りません。次に失敗しない方法を教
えてあげましょう。



環境の変化の捉え方 (後編)

「できた！」を増やす援助のコツ

進級するにつれて、スプーンが
箸に、クレヨンが絵の具にと、使う
道具も変化します。大きくなったの
だからひとりでするよねと、大人
からの見えないプレッシャーもあ
るかもしれません。子どもにとつて
は、うまくできずにイライラして、
何にイライラしているのかもつま
く伝えられなくて、大声を出した
り、物を投げたり、ちょっとしたこ
とで泣いたりしやすくなるものです。
この時期を乗り越えるには、少しづ
つ、「できた！」を増やすための工
夫が必要です。

たとえば、「ひとりでする手を洗う」
という行動で考えてみましょう。大
人は当たり前に行っている行動で
すが、「手洗い場の前に立つ」「蛇口
をひねって水を出す」「手に石け
んをつける」「ゴシゴシと両手を擦
る」「蛇口をひねって水を止める」
「手を拭く」、この行動の連続が「手
を洗う」動作です。ひとつひとつの
行動に「そうそう」、「おてて、きれ
いになったね」とほめてもらいた



式部 陽子先生



※前編は「こどもweb」をご覧ください。

ら、自分でできる部分が増えていく
と、「ひとりでする手を洗う」ができ
ようになります。

うまくできなくて結局は大人が
やってしまうことが多い場合は、大
部分を手伝ってにおいて、最後の動作
だけは子どもにしてみたい、「でき
た！」の感覚を味わうことから始め
てみましょう。手洗いであれば、最
後のタオルで一拭きだけを子ども
にしてもらうことからでも大丈夫。
少しずつ、子どものできる部分は増
えていきます。「できた！」を増や
して、子どもと一緒に喜び感覚を大
人も味わうことが大切ですね。

帝塚山大学 こころのケアセンター

完全予約制

発達に関するご相談に応じています

奈良市学園南3丁目1-3

☎0742-41-4937



どうやって受けるの？ ～療育を受けるまでの流れ(一例)～

公費の補助を利用して療育を受ける場合、市区町村発行の「受給者証」が必要です。

お住まいの市町村の福祉課、相談支援事業所などに相談してください。療育が必要だと認定されると「受給者証」が交付されます。



なないろ初伝舎で

実際に療育を受けているママの声



年長の男の子

療育歴6ヶ月

2才でも言葉が出ず、ゆっくりなのかと考えていましたが3歳児検診で療育を勧められました。療育に対する知識もなかったので、どうい
うところかも知らなかったです。実際に通い始めると、よく言葉が出るよ
うになり、お話もたくさんしてくれるようになりました。本人の好きな遊
びや興味のある遊びをたくさん取り組んでくれるので楽しく通えてい
ると思います。見学もできるので、実際にどう声掛けするのかや関わり
方などを教えてもらうこともできます。先生に相談もできるので、親のわ
たしにとってもリフレッシュして英気を養う場所として利用させても
らっています。

小学高学年の男の子

療育歴7年

発達検査で療育を勧められて以来ずっと続けています。ほとんど言
葉が出ていなかったのが、療育を勧められたときも特に戸惑いや抵抗
などはなかったです。療育を受け始めてからは、本人も楽しく通って
いるし、以前よりもだんだんと自分から発信する言葉が増えてきて、最近
では単語で伝えてくれることも多くなってきました。人に興味を持つこ
とも多くなって、言葉で自分の思いを伝えようとすることも増えてきて
います。わたしも本人の成長を見ることができると、事業所の方から話
を聞くこともできるので息子のできることを知ることがができます。子
どもを安心して預ける場所としても利用できています。

療育への第一歩

できた を育てる 療育施設

たくさん有る療育施設、
大切なのは「うちの子」に合うこと。
それぞれの療育施設の特色を知ることから
始めてみましょう。

各施設 見学・相談受付中!



上牧町 2歳～6歳

楽しい遊びを中心にした療育

療育はたっぷりの2時間。得意なことを伸ばし、苦手なことにも取り組もうとする気持ちに寄り添う。一人ひとりが自信を持って生きていける根っこを育てることを心がけている。

特徴

- インクルーシブ教育
- 少人数制

児童発達支援事業所
NPO法人コロボックル 幼児支援専門ルーム
コロボックル

北葛城郡上牧町片岡台2-13-1
ポニープラザ2F
0745-43-9908 (P) あり
9:00～16:00 月～金

奈良市 送迎あり 未就学児～中学生

育てたい、未来の力

安心できる関係の中で、コミュニケーションや、思いやり自由に表現する体験を通して、自分らしさと「生きぬく力」を育む療育を大切にしている。自宅送迎もしているので、忙しいパパママの強い味方!

特徴

- 集団療育
- 野外活動
- 自宅送迎

Anything Is Possible合同会社
ヒトツナ 西ノ京教室

奈良市七条西町2丁目1023-3
0742-81-9703 (P) 月～土
10:00～17:30

香芝市 未就園児～低学年

一人ひとりの花を咲かせよう!

「認めて、褒めて、育てる」支援で、子どもの「できた!」を育む。AIを活用して、一人ひとりに合わせた支援計画を作成。個別×小集団の活動で、「好き」や「得意」を伸ばす。

特徴

- 感覚統合
- SST
- ペアレントトレーニング

児童発達支援・放課後等デイサービス
bloom (ふるーむ)

香芝市上中196-1
0745-60-1380 (P) あり
10:00～18:00 火～土

大和高田市 送迎(片道) 1歳～

**「やってみたい!」が「できた!」に。
そして「自信」につながる。**

子どもたちに科学的知見を持って関わることで、子どもたちだけでなく、家族みんなの笑顔が増え、居場所となることを大切にしている。

特徴

- 個別療育
- 小集団療育(3～5人)

児童発達支援・放課後等デイサービス・保育所等訪問支援事業
はぐっこ園

大和高田市薬山494-11
0745-60-1345 (P) あり
8:30～17:30 月～金

橿原市 2歳～

**子どものできた!への階段を
一緒にのぼっていきましょう**

特徴

- 個別療育 2歳～
- TEACCH、インリアル・アプローチ感覚統合など
オーダーメイド療育プラン
- あとりえくれよん(大和高田市)
(放課後等デイサービス)
小・中・高
- 宿題支援、国語算数遊び、
コミュニケーション、SST、瞑想、メイン課題等

スタッフ資格

保育士、幼稚園教諭、作業療法士、小学校1種、中学校1種、社会福祉士、介護福祉士、漢字検定2級、色彩検定2級、発達検定1級、子どもアート療法士、色彩アートセラピスト、調理師免許、基本情報技術者試験、FP2級、そらぼん2段、少林寺拳法2段、認知面接、ケアマネージャー、チャイルドマインダー、手話技能検定、医療外務員1種、栄養士試験(勉・育)、子ども発達支援専門員、スヌーズレン実践研修、絵本講師、防災士、UGアドバイザー

にじいろくれよん
あとりえくれよndeマステ(大和高田市)
0744-41-6257
橿原市八木町2-7-12 9:00～18:00

インクルーシブ教育の大切さ について教えてください

最近、各方面の分野で「インクルーシブ」という言葉を見聞します。インクルーシブ教育とは、「障害のある人と障害のない人が共に学ぶ教育制度」のことで、幼児の世界でも大変重要な教育だと思われます。元気な子ども・ハンディをもった子ども・外国の子ども等さまざまな子どもたちが、障害の有無にかかわらず、保育園や幼稚園など同じ場で学び(遊び)ながら過ごすことが大切です。声をかけ合ったり、一緒に遊んだり、楽しく保育を受けることにより、どの子どももみんな笑顔になります。

大人は、すべての子どもたちが安心して日々の生活が出来るように優しいまなざしで見守るとともに、個別対応が必要な子どもには適切な援助を行います。子どもたちは多様なあり方を経験することで、互いに尊重し認め合うことを自然に身に付けます。インクルーシブ教育の原点であると思います。



コロボックル

児童発達支援管理責任者

辻井典子

教 え て

知っておきたい 療育のキホン

知っているようで
知らない療育の方法や内容。
大切さを聞きました。



保護者支援・ペアレントトレーニングの 大切さについて教えてください

ペアレントトレーニングは、子どもの困りごとの背景を知り、関わり方を見つける大切な時間です。「どう関わればいいのか分からない…」という戸惑いに寄り添うことで、親子の笑顔が少しずつ増えていきます。



bloom

児童発達支援管理責任者

吉永明世

集団療育のメリット について教えてください

集団療育の中で、子どもたちは相手を知ることと「こんなふうを感じるんだ」とさまざまな経験を通して学び、その子のペースで成長していきます。その中で、相手を大切に思う気持ちを育み自分に何ができるか、どうしたいかを考えて行動できるようになっていきます。



ヒトツナ

児童発達支援管理責任者

橋本みどり

主体的なあそびの大切さ について教えてください

子どもにとって遊ぶことは大切な時間です。誰かに言われてではなく、自分の興味や関心から生まれる遊びをすることで、「探求心」「想像力」「自信」など、その子らしく「生きる力」が育つ土台に繋がっていきます。



はぐっこ園

児童発達支援管理責任者

竹内香奈

個別療育のメリット について教えてください

個別療育では、子どもの小さな変化や気持ちに寄り添いながら、その子のちょっとしたしぐさや反応にも目を向けます。そしてその子らしい歩みを一緒に見つけ、「できたね」を大切に積み重ねていきます。



にじいろくれよん

保育士、チャイルドマインダー、
子ども発達支援専門員

今井美香

つくってみよう!

パクパクさん

ストローを引っ張ると
パクパクするよ!

紙コップを使った楽しい工作。
お菓子やおもちゃなどを入れるとプレゼントにもなるよ。



協力: ことまサポート隊 いとちゃん(4歳)、たつくん(7歳)
つむちゃん(1歳)

準備するもの



- 無地の紙コップ2個(あれば白・サイズは好みで)
- ストロー
- マスキングテープ(なければセロハンテープでもOK)
- ハサミ
- ペンやクレヨンなどお絵描きできるもの

★ 飾り付けは好みで
画用紙や毛糸、シールなど

1



紙コップに顔やからだを描いて、
自由に飾り付ける。

紙コップの内側に
マステをペタリ!



外側の同じ位置にも
マステをペタリ!



2

難しい作業は、
お兄ちゃんにし
てもらったよ!



詳細は下記の
二次元コードで
チェックしてね



ストロー(約6cm)をペタンコにつぶして、
2cmくらいの切り込みを入れて、カット。

3



切ったストローの片側の端にテープを貼り、
②の外側に貼ったテープの部分に重ねて貼る。
※なるべくコップのフチに沿うように貼ろう

ここに貼る



お菓子を入れて
大好きなお友だちに
プレゼントしたいな♡



4

完成したよ!

紙コップで作れるなんて
すごい!もっと作りたい!

Mama's Voice

子どもたちが想像以上に工作を楽しんでいてびっくり!私では
思いつかないアイデアにも驚かされ、成長を感じながら楽
しめました。身近な材料でできるのがいいですね♪

おもちゃ原案・レシピ考案

むー | わくわくウフフの工作室
@muu_tamtam



令和8年度

奈良保育学院附属幼稚園

2歳児・満3歳児
& 3歳児以上

園児募集



まいにち
たのしいよ。
わたしたちの
ようすは
HPをみてね!

- 預かり保育 早朝7:30から / 延長18:30まで
- 完全給食 / 送迎用駐車場完備
- 今年度途中からの2歳児・満3歳児クラスへの入級もできます。

体験保育「園であそぼう!」 7月5日(土)
受付/9:40〜 活動/10:00〜11:20
幼稚園の生活をミニ体験します。

合同入園説明会 7月19日(土)
受付/9:40〜 説明とあそび/10:00〜11:20
教育方針の説明&お子様と先生とのあそび
※来年度の2歳児・満3歳児クラスと3歳児クラス対象の合同説明会です。

電話、またはHPからお申し込みください

学校法人 白藤学園
奈良保育学院附属幼稚園

奈良市三条宮前町3番6号
JR奈良駅西口:徒歩6分 近鉄新大宮駅:徒歩9分 ☎0742-33-3604



てんつなぎ

すうじを 1から 20まで じゅんばんに
せんで つなぎましょう。スタートとゴールは●です。



子育ては、日々是好日。

毎日、元気で、笑顔いっぱいの子育てができるように...
悩み多き子育て中のママに、先生から子育てのヒントをお伝えします。

イヤイヤ期は成長の証、わかっていくけど...

相談

毎日毎日、何を言っても素直に聞いてくれません。小さな子ども相手に本気で腹が立ってしまう自分に自己嫌悪です。

回答

イヤイヤ期。しんどくなりますね。

でも、イヤイヤ期の到来はうまく成長している証拠です。自我も芽生え、自分のしたいことがはっきりしてくるからこそです。言葉がまだ出ない、出ても語彙力が足りなくてうまく伝えられない、わかってもらえないもどかしさが「イヤイヤ」という行動に出るようですね。まずは、叱ったり説得する前に「そうなんだね。嫌だったね」と、子どもがわかる言葉で共感してぎゅっと抱きしめてあげましょう。激しく泣いているときには、何を言ってもダメかもしれません。危険がないか確かめたら落ちつくのを待つのもいいと思います。子どももしんどいはず。落ちついたら必ずもう一度、抱きしめてあげてくださいね。

こんなこと、すでにご存知で「そんなのわかってはいるけど」といったところでしょう。今は「いつまで続くの?」と思っても「あの頃はしんどかったなあ」と、ふり返れるときが必ずきます。ママ友と共感あったり、カフェでお茶を飲んだり、誰かに子どもを預けるのが可能なら、わずかも楽しい時間を作りましょう。ストレスを発散して、心が子育て以外でも満たされたらしんどい気持ちも少しは軽減されるはず。「預けて遊んではいけない?」なんて思わずに、ママ自身が楽しんでくださいね。ママの心が軽くなりますように。



Mama
Cafe



ママカフェに参加しませんか?

お菓子とお茶で楽しくゆるーい雰囲気の中に濃い学び、「イライラして子どもにあたってしまう」「子どもがぐんぐん伸びる言葉がけって?」お気軽にご参加ください。詳細はこちらから▶



梅田 美和 先生
教育デザインラボ 石田勝紀氏
ママカフェ認定ファシリテーター
学研教室指導者

EVENT

7・8月のイベント

授乳室 オムツ替えシート ベビーカーでの入場可 託児

9・10月のイベント掲載をご希望の方

下記アドレスまでイベントの概要をお送りください。
厳選のうえ、編集部よりご連絡させていただきます。
メールアドレス: info@co-to-mama.com
締切/7月25日(金)



マルシェ・ド・ママン 奈良&大阪 同時開催マルシェ

7月12日(土)
※雨天決行、荒天中止

大和高田市



「価値を認め幸せの共有」をテーマに、約70店舗が大集結。ハンドメイド作品の販売やワークショップ、委託販売、グルメなど魅力あふれるラインナップ。家族みんなで気軽に立ち寄ろう!

時間/10:00~15:00
場所/奈良会場:奈良県産業会館、JR高田駅東側広場
問合せ・主催/マノユメハンドメイド部
mamayumehandmadebu@gmail.com
協力/大和高田市

奈良県に初上陸! 「台湾祭 in 奈良橿原2025」

7月19日(土)~
8月24日(日)
※雨天決行、荒天中止

橿原市



「365日の台湾夜市を日本で。」をテーマに開催される注目イベント。現地で人気のグルメが一堂に会し、まるで台湾を旅しているような非日常の空間が広がる。台湾の魅力をたっぷり体感しよう。

時間/平日11:00~20:00(LO19:30)、土日祝11:00~21:00(LO20:30)
場所/イオンモール橿原G駐車場内特設会場
入場料/無料
主催/問合せ/050-1807-6310(台湾祭実行委員会)

おさんぽマルシェinふたかみ 夏休み WORKSHOP PARTY

7月20日(日)

香芝市



夏休みのスタートに、親子で楽しめる体験型イベントが開催される。貯金箱作りやアート体験、クラフト制作など17のワークショップが出演予定。夏休みの宿題や自由研究の参考にしてみて。

時間/10:30~16:00
場所/ふたかみ文化センター1F市民ホール
問合せ/090-9868-1307(耕田)
主催/おさんぽマルシェ実行委員会

スマイルキッズまつり

7月27日(日)

奈良市



プレママや乳幼児、小学生までの子どもとその家族が対象。歌やマジックのステージ、体験型ブースなど、楽しい内容が盛りだくさん。子育て支援活動団体がみんなを待っています!詳しくはHPへ。

時間/10:00~13:00
場所/はぐくみ(奈良市保健所・教育総合)センター1F
料金/無料 申込/不要
問合せ/0742-93-8435(奈良市ボランティアインフォメーションセンター)

木津川市市民まつり2025

8月2日(土)
順延なし

木津川市



木津川市で開催される市民まつりで打ち上げられる花火。城山台周辺には、夜店が立ち並び、祭りの賑わいを一層引き立てる。

時間/花火打ち上げ20:00~20:20
場所/無料観覧会場:中央体育館、有料観覧会場:木津グラウンド、夜店会場:城山台中央交差点近辺
アクセス/JR「木津」駅周辺
駐車場/300台(中央体育館)※公共交通機関の利用を。当日は車両通行規制あり
問合せ/0774-39-8191(木津川市夏祭り実行委員会)

しまがはら夏まつり花火大会

8月2日(土)

三重県伊賀市



写真はイメージ

自然に囲まれた温泉地で開かれる、毎年好評の夏まつり。地元グルメが並ぶマルシェやキッチンカー、バラエティ豊かなステージイベントなど楽しい企画が盛りだくさん。クライマックスは、迫力満点の花火大会!

時間/15:00~
※花火打上げ19:45~
場所/島ヶ原温泉やぶつちやオートキャンプ場(温泉棟前芝生広場)
駐車場/有り(無料)
問合せ/0595-59-3939

吉野川祭り

8月15日(金)

五條市



五條市観光協会提供

吉野川のほとりで開催される一大イベント。音楽に合わせてレーザー光線と4000発の花火で夏の夜が彩られる。

時間/花火打上げ19:30~20:30
祭りは14:00~21:00
場所/吉野川大川橋上流川、河川敷
アクセス/JR「五條駅」から南へ徒歩10分
駐車場/有り※交通規制17時~23時(変更の可能性あり)
問合せ/0747-22-4001

映画上映会 『怪盗グルーのミニオン超変身』

8月15日(金)

宇陀市



©2024 Universal Studios. All Rights Reserved.

子どもが大好きなキャラクター『怪盗グルーのミニオン超変身』の上映会。500人先着順。3歳未満はひざ上鑑賞が無料。ただし、座席が必要な場合はチケットの購入を。

時間/12:00~(11:30開場)
場所/宇陀市文化会館 かぎろひホール
入場料/全席自由500円(大人・子ども同一料金)
チケット販売/宇陀市文化会館・宇陀市役所(生涯学習課)ほか ※上映当日は文化会館窓口のみ
問合せ/0745-83-0977

長谷川義史の絵本ライブ&トーク ~絵本からのメッセージ~

8月16日(土)

斑鳩町



絵本作家・長谷川義史さんが自身の絵本を朗読しながら、ウクレレの弾き語りや即興ライブを披露。絵の本あれこれ研究家・加藤啓子さんによる、絵本とことん楽しむ読み方の紹介も。絵本版売や先着100名限定のサイン会もあり。

時間/開場12:30、開演13:30
場所/いかるがホール 大ホール
入場料/1000円(高校生以上)当日は+300円 チケット販売/いかるがホール、斑鳩町役場ほか※完売の場合あり
問合せ/0745-75-7743(いかるがホール)

JA共済アンパンマン交通安全 キャラバン(※事前応募制)

8月24日(日)

奈良市



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

全国を巡回し、歌や踊りを通じて子どもに交通ルールを伝えるイベント。アンパンマンたちと一緒に交通ルールを学び、親子で交通安全について考えてみよう!

時間/1回目11:00、2回目14:00
場所/なら100年会館大ホール
応募締切/7月25日(金)
料金/無料
応募・問合せ/最寄りのJAならけん各支店まで

ことま Information



次号 予告

秋のおけいこ 教室大募集!

ことま9-10月号(8月25日発行予定)では、『秋から始めるおけいこ大特集』を企画!「New open」「体験会の告知」「新クラス募集」など、ことまに掲載しませんか?取材や撮影依頼もウェルカム♪お気軽にお問合せください。



問合せ先 ことま編集室 Mail: info@co-to-mama.com
Tel: 0742-23-0163

誌面作りにご協力
いただける方
大募集!

「クッキング」や「工作」など、未就学児向け企画の誌面作りにご協力ください。

子育て情報も募集中!

「おすすめ子連れスポット」や「こんな体験してた!」などの情報もお待ちしております。



お気軽に
『ことま』公式Instagram
@co_to_mama
のDMにお送りください!





COTOMAMA PRESENT

どしどしご応募ください！



応募締切 8月18日(月)

応募方法 「ことまま web」
専用フォームから応募

ことまま
webは
こちら



1

京都鉄道博物館 招待券

ペア2組4名様





原出版80周年を迎えた、きかんしゃトーマスがソドー島から京都にやってきた♪ 駅車台に乗っておしゃべりする日もあるよ。また、夏休みにもトーマスのイベントを企画中！

登場期間：開催中～2026年1月12日(月・祝)まで

© 2025 Guilane (Thomas) Limited. 問合せ ☎0570-080-462

2

SPA WORLD HOTEL&RESORT プール付き入館券

ペア3組6名様





スパーキッズにはキッズスライダーや滑り台など、子ども心をくすぐるたくさんの遊具が勢ぞろい！0歳から楽しめるので、プールデビューにもぴったり♪ ほかにもアミューズメントプールやルーフテラス、グリーンオアシスなど、さまざまなプールで家族で一日中遊んじゃおう！お風呂はリニューアル工事でパワーアップ予定！

※有効期限1年間

問合せ ☎06-6631-0001 (SPA WORLD HOTEL&RESORT)

3

島ヶ原温泉やぶつちやオートキャンプ場 温泉ペア入浴券

ペア5組10名様





ビギナーやファミリーも安心して楽しめるやさしいキャンプ場。温泉やレストラン、アクティビティもたくさん。レンタル用品も充実しているので、デイクャンプやテラスBBQなど、手軽にアウトドアを楽しもう！

7月6日12:00～15:00 三重外湾漁業から伊勢志摩産海産物大集合！おさかな巡りじゃんけん大会も開催。

問合せ ☎0595-59-3939

4

伊賀の里モクモク手づくりファーム ファーム入園ペア招待券

ペア5組10名様





自然・農業・手づくりの農業公園。ウインナーやパン、スイーツの手づくり体験や家畜動物とのふれあい、野菜や加工品のお買い物をはじめ、お食事やスイーツなども楽しめる！キッズコテージや温泉もあるのでお泊りもOK。

問合せ ☎0595-43-0909 (平日9:00～16:30、土日祝9:00～17:00)

5

アース製薬 衣類防虫ケア natuvo 引き出し・衣装ケース用12個入

10名様





天然成分100%の防虫剤。オーガニック成分を含んだ天然成分のみで大切な衣類を防虫。無農薬栽培されたオーガニックスペアミントと天然精油が主成分。ピレスロイドなどの化学合成成分不使用で、ベビー服や子供服にも使用できる。※皮膚パッチテスト済み。(すべての方に皮膚刺激が起きないというわけではありません)

問合せ ☎0120-81-6456 (アース製薬)

6

宝島社 『僕らの育児が変わる時』

3名様





Instagramで話題の育児漫画が待望の書籍化！育児をするなかで直面する問題や課題、また子育て中の夫婦の気持ちのすれ違いを描いたコミックエッセイ。“育児あるある”が満載で、共感せずにはいられない物語。

著者：パパコマ

問合せ ☎03-3234-4621 (宝島社)

ことまま × nosh ナッシュ

忙しい日々の子育てファミリーにおすすめ

献立の悩まない ナッシュの食事

ナッシュの宅配食は忙しい日々の時短におすすめ！

食事準備にかかる時間を、**約112分短縮** できます！

ナッシュがないとき

自炊だと食事準備にかかる時間は**約2時間**



献立を考える
約**14分**



買い物
約**38分**



調理・盛付
約**51分**



後片付け
約**24分**

ナッシュがあるとき

ナッシュがあれば食事準備にかかる時間は**約8分**



① 冷凍で自宅にお届け



② レンチン約5分で完成



③ 後片付けは捨てるだけ

1食の糖質はたった**30g**

余分な糖質は、取りすぎると
脂肪として蓄えられますが…



ご飯1膳
(150g)



パスタ1束
(100g)

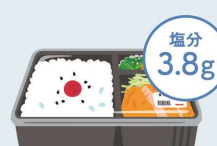


nosh ナッシュ

※ご飯、パスタの糖質は文部科学省食品成分データベースを参照

1食の塩分量はたった**2.5g**

塩分は調味料によって違うため、
自分で配慮するのは難しいですが…



コンビニ弁当



nosh ナッシュ

※参照：和歌山大学教育学部紀要、教育科学「コンビニ弁当の栄養価および食品構成に関する調査」、西田 実加・山本 奈美、152頁

約**100種類**
のメニュー

人気メニューの
一部をご紹介します！



鶏むね肉の「ゆかり」から揚げ
糖質 **15.0g** | 塩分 **2.2g**



香味ソースの雲白肉
糖質 **16.3g** | 塩分 **2.0g**



白身魚のレモン館
糖質 **17.5g** | 塩分 **2.1g**



ロールキャベツのチーズデミ
糖質 **13.6g** | 塩分 **2.1g**



旨辛しょうゆもつ鍋
糖質 **13.6g** | 塩分 **2.2g**



牛肉と里芋の旨だれしょうゆ
糖質 **22.3g** | 塩分 **2.3g**



お肉たっぷり！肉豆腐
糖質 **19.1g** | 塩分 **2.4g**

※2024年10月15日時点の情報です。メニューは、当社都合で栄養成分値が変更になる場合、または一部廃売になる可能性があります。

※全メニューは、<https://nosh.jp/menu>からご確認ください。

新規ご購入者
限定！総額 **5,000** 円割引

1食386円から

※下記の料金に別途送料が
発生いたします。
全セット対象で
初回購入¥2,000 OFF、
2～4回目は¥1,000 OFFで
ご購入いただけます。

6食
セット

通常料金
-4,318円

初回料金
2,318円
(税込)

8食
セット

通常料金
-5,157円

初回料金
3,157円
(税込)

10食
セット

通常料金
-6,206円

初回料金
4,206円
(税込)

お電話の際は「**ことままを見た**」とお伝えください！

☎ **050-3101-6850**

受付時間/9:00～20:30
(年末年始を除く)

WEB注文はQRコードから

<https://mytown-nara.nosh.jp/>

※WEBは24時間注文可能です

ナッシュ株式会社 nosh ナッシュ

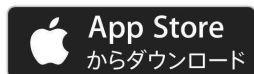




ベビーカレンダー

Baby Calendar

iOS・Androidアプリ



ベビーカレンダーって？

『ベビーカレンダー』とは赤ちゃんの成長に合わせて一人一人に必要な情報をカスタマイズしお届けする妊娠・出産・育児の情報アプリです

※iOSはApple Inc.の登録商標です
※AndroidはGoogle Inc.の登録商標です
※掲載画面イメージはiPhone向けアプリの画面です



1 便利な日めくり機能！

妊娠から出産、赤ちゃんが1歳になるまで、毎日必要な情報や、おすすめレシピなどの情報をお届けします。

2 医療・栄養の専門家が監修！

妊娠週数、または赤ちゃんの月齢に合わせた「今」必要な情報を医師などの医療専門家や管理栄養士が監修！

3 オリジナル記事を月間約300本配信！

体験談、医療、制度・支援、グッズ、イベント、食・レシピなど様々なオリジナル記事を毎日配信！

おすすめサービス



助産師と管理栄養士に
いつでも **無料** で相談！

妊娠中や育児のお悩み・疑問は、いつでも助産師や管理栄養士に無料で相談できます！
病院で聞くことができなかった疑問に、経験豊富な専門家が丁寧に回答！



KIDS
DESIGN
AWARD
2018



第12回 キッズデザイン賞
少子化対策担当大臣賞 受賞

専門家監修による信頼できる情報の提供と、子育て層にとって心理的側面の支援となる専門家の相談サービスが評価されました

ベビーカレンダー全員プレゼント

検索

プレママ&ママ応援

For プレママ
母子手帳ケース



全員無料

プレゼント！

ベビーカレンダーオリジナル
エコ写真アルバム 母子手帳ケース しかけ絵本を
応募者全員に無料でプレゼント！



For プレママ
エコ写真アルバム

For ママ
しかけ絵本



今すぐ
チェック



ベビーカレンダー
Baby Calendar

お問合せ先：ベビーカレンダープレゼント事務局 ☐ info-present@baby-calendar.jp

※ ママ（育児中）のプレゼントは0～10歳のお子さんをお持ちの方が対象となります
※ プレママ（妊娠中）、ママ（育児中）のプレゼントはお一人様それぞれ1回限りお申し込み可能です
※ 本キャンペーンの内容は予告なく中止・変更となる場合がございます。予めご了承下さい

奈良で建てるなら、ここからスタート!

見学無料



奈良県下最大18棟のモデルハウス



みつかる! 好みのデザインと間取り!



見学するのはわくわくのしい!

家づくりには実物を体感できるモデルハウス見学は必須です。
毎日ハウジング奈良住宅展示場には、上質で魅力的な住まいが18棟も。
家族で楽しめるイベントもいっぱい。ぜひ、お立ち寄りください。

7月のキャンペーンは
ペットと暮らす家

詳細は
コチラ▶



イベントご案内

7/6日 シルバニアファミリーとあそぼう! 10:30~17:00 エポック社

参加無料

◎抽選会(はずれなし)

先着100組様 お子様限定



※1組様1回限り。
※小学生以下のお子様連れのご家族限定。
※モデルハウス1棟以上見学された方が対象。

Sylvanian Families®

◎ショコラウサギの女の子フレアと一緒に写真を撮ろう!
※カメラをご持参下さい。
※キャラクターショーではございません。

◎歴代ハウスパネル展示



© EPOCH



7/13日 11:00~16:00
潮干狩り体験

潮干狩りを楽しもう!
あさりのお土産付きだよ!

先着50組様



あさり
10個
お土産付き



※センターハウスにて10:00より整理券を配布。
※ひと家族様1回限り。※小学生以下のお子様連れのご家族限定。

※image

7/20日
10:30~17:00

なら恐竜博

会場内に隠れている恐竜を見つけてよう!

DINOSAUR探検ツアー

先着60組様

恐竜 バッテリーカー 化石発掘体験 ライド恐竜 フォトスポット

※発掘体験は1組様1名のみ。



恐竜好きの
ちびっ子
集まれ!

**T-Rex
ウォーキング**

①11:00~
②13:00~
③15:00~

初めてご利用の方限定特典

見学するならお得に!

1 家サイトのWEB見学予約をご利用で
JCBギフトカード プレゼント 3,000円分

2 妊婦または未就学児お連れの方
西松屋ギフトカード プレゼント 2,000円分

3 7月限定特典
**ペットの似顔絵
プレゼント**

※ペットの写真をお持ちください。



【対象期間】7/31(木)まで ※必ずWEBの詳細をご一読ください。

ご予約は
コチラ▶



※image



詳細は
コチラ▶



■出展住宅会社

アイ工務店(2棟)/AQUA HOME/一条工務店(2棟)/住友不動産ハウジング/住友林業/
セキスイハイム/横水ハウス/横水ハウス(シャウッド)/ダイワハウス/トヨタホーム/日本ハウスホールディングス
パナソニック ホームズ/検査住宅/NEW OPEN HEBEL HAUS/ミサワホーム/ヤマダホームズ



**友だち
募集中**



最新のイベント
やオトクな情報
いっぱい!!

【無料駐車場完備】 開場時間/10:00~18:00

**毎日ハウジング
奈良住宅展示場**

TEL.0742-30-3662 〒630-8031 奈良市柏木町548-1

■主催：毎日新聞社・毎日放送 ■後援：奈良県農業協同組合



キリトリ線

こども読者限定! ※この引換券を切り取り、必ずご持参ください。

引換え期間 6/25(木)~7/31(木)

親子で来場プレゼント

【引換券】先着30組様

期間中、お子様とご来場のご家族様には、住まいのアンケートにご回答いただくと差し上げます。

**グラン・ミリオン
ミニバー・ムク・ヘン**

2個入り 世界に一つの
とびきりスイートな贈り物。

※小学生以下のお子様連れのご家族が対象。
※ひと家族様1つ限り。※なくなり次第終了。※image

