

ママにうれしい身近な情報を届けいたします。

「ままばれ宮城版」

2025

7

Take
Free!

Vol.164

（モデル）丹野さん親子
（撮影協力）カンドゥー新利府

お仕事したいママを応援!
「ママ」も「わたし」も大切に



kandu

FUTURE
東北福祉大学
子育てへの提言



宮城教育大学
さあ、探検の始まりだ。
一歩外に飛び出して、
仲間と世界を広げよう。

タイムテーブル付で見たい番組を毎日チェック!!
tbcのオススメ番組

ご来場ありがとうございました!
第9回ままばれ祭り 無事閉幕

ままばれの表紙は抗菌加工印刷で安心♪

SIAA
ISO 22196
抗菌加工

無菌抗菌剤・印刷
印刷面
JP0122418A0001U
SIAAマークはISO22196法により評価
された結果に基づき、抗真菌品技術協議会
ガイドラインで品質管理・情報公開された
製品に表示されています。

第9回

ままばれ祭り

無事閉幕!!

ご来場ありがとうございました。

5月24日 10:00
16:00

会場



錦ヶ丘
ヒルサイド
モール



たくさんの方に
会えたり、本当に楽しかった!



ステージイベント

親子みんなで楽しめる
様々なステージで盛り上がりました。



スタンプラリー 大抽選会

大人気のスタンプラリー。
抽選で豪華プレゼントをゲット!

GET!!



ご協力ありがとうございました!

ままばれ祭りにブース出展いただいた企業・団体様

抽選会のプレゼントをご提供いただいた企業様

- あいコープみやぎ
- GuuMin バイタルネット
- POLKU総合住宅展示場
- 注文住宅の相談窓口
- クリエイトグループ
- ユカリエ

- ライフマイスター
- 仙台白百合学園小学校
- 子ども英会話
ペッピーキッズクラブ
- ししのこ×s55
- 資生堂ワークショップ

- 宮城県栗原市温泉 佐藤旅館
- スパリゾートハワイアンズ
- カンドー新利府
- 錦ヶ丘ヒルサイドモール
- サンエックス株式会社
- Life on Products
- 株式会社ピエトロ
- 福島競馬場

- BOOKOFF
- アロベビー
- 株式会社にしき食品
- 太子食品
- モランボン
- KIRINビバレッジ
- 辰巳出版
- 日東書院本社(辰巳出版グループ)
- 内海産業

※掲載は順不同

※掲載は順不同

次回予告

第10回

ままばれ祭り

2025年11月22日土開催
in 夢メッセみやぎ 予定!

ただいま ブース出展企業様募集中!

御社の商品・サービスを子育て世代へアピールする場としてお役立てください!

お問い合わせは
ままばれ編集部へ
TEL 022-716-3101



ままばれ

宮城版



「ままばれ」
ままパレットの略。パレットの
色のように様々な情報を
楽しんでほしいと考えました。

2025

7
Vol.164



表紙

丹野 侑奈さん
きい 希泉ちゃん(7歳) みつき 尤稀くん(3歳)

ご感想

貴重な体験をさせていただきありがとうございました。7歳娘は念願の警察体験で悪い人を捕まえることができ大満足。3歳息子はピザとアイス作りを楽しみました。次はいつ行く?子ども達からのリクエストが止まりません★

ご協力いただき
ありがとうございました!

撮影協力 カンドゥー新利府

宮城県宮城郡利府町新中道3-1-1
イオンモール新利府 南館 1F

Instagramにて
オフショット
公開中!

ままばれのInstagramで
撮影の裏側も発信中!
ぜひチェックしてみてね♪
●ID palemaru0808
●Name ままばれ編集部



みやぎ生協

ウシジエ

ヨーケベニマル
県北16店舗、県南6店舗

道の駅 県内12駅
etc...

※一部設置できない店舗がございます。
配布部数に限りがございますのでご了承ください。なくなりましたらお店の方へお尋ねください。

Contents

- 02 ママの私も、私の私も、楽しもう
お仕事したいママを応援!
- 04 タカカツホームズ
木と育む、家族の未来。
- 05 BESS
「住む」より「楽しむ」BESSの家 WONDER DEVICE
- 06 宮城教育大学
さあ、探検の始まりだ。
一歩外に飛び出して、仲間と世界を広げよう。
- 08 お茶の井ヶ田
秋保ヴィレッジ アグリエの森11周年祭・
喜久水庵 南小泉本店24周年祭
- 09 みやぎ生協
イチオシレシピ
- 10 フルタウン
分譲地情報
- 11 tbc東北放送 番組紹介
- 15 公益財団法人 仙台ひと・まち交流財団
第12回 ひと☆まち児童館フェスタ
- 16 タカカツ不動産
集まれ!元気なみやぎっ子!
- 18 FUTURE 子育てへの提言 東北福祉大学
子育ての疑問・質問
- 20 句なイベントや様々な情報を届け
PICK UP INFORMATION
コラム・絵本
- 22 ままばれJob
あなたの資格・経験を活かせるお仕事はじめましょう!
- 23 プレゼント・アンケート
- 24 読者モニター募集
- 25 コープ共済
あるある! 子育てファミリーの日常

※誌面およびままばれHP掲載のイベント・施設の情報は、各イベント主催者・施設へお問い合わせください。

専門職スタッフが
お子さまの発達を
サポートします!

対象 1歳～
発達に不安のあるお子さま

Global Kids Park

児童発達支援

作業療法士 食事や着替えをはじめとする日常生活スキルの習得をサポートして、「できた!」を増やします。

- 姿勢の保持
- ボタンの留め外し
- 鉛筆の持ち方

送迎あり 保育園・幼稚園・ご自宅

終日お預かり 祝日・長期休暇も対応

併用OK 幼稚園・保育園・他事業所

特設サイト LINEでお問合せ

グローバルキッズパーク 七北田店 [住所] 仙台市泉区市名坂字町 51-1
総合受付 0800-333-6306
【受付時間】平日 9:00～18:00

powered by GLOBAL TREE

お仕事したいママを応援!

ママの私も、私の私も、楽しもう

結婚・出産で仕事を辞めたけれど、いずれ教育費もかかるし経済的なゆとりがほしい。何より、かつての仕事の経験や子育てで得たスキルを活かしたい! 仕事と子育てを両立させるコツや、どんな仕事ができるかをまばれ特派員と一緒に考えてみませんか?

お話を伺ったのは 竹下 小百合さん

「家族の悩み相談・体の不調解消サロン ミライフ」を運営するほか、宮城県子ども・子育て会議の委員などを務める。中3と年長の男の子のママ。



今回の会場 東北環境パートナーシップオフィス(EPO東北)
<https://www.epo-tohoku.jp/>



「はたらく私」の理想と現実

起業して約13年になりますが、その前は会社勤めをしていました。20代は販売業、予備校の事務、大学の研究室秘書に従事し、結婚して退職しましたが、私は人に関わったりお世話することが好きです。長男が誕生した直後に東日本大震災がきました。当時は夫の仕事の関係で北関東の、東海第二発電所(首都圏にある唯一の原子力発電所)の近くで暮らしていました。仙台にある実家とは数日後に連絡がつき、初めての子育てで何もかもが心配だったので、おおよそ2ヶ月後に私と子どもだけ実家に身を寄せました。

私が再び働くと思ったきっかけは震災でした。私には財産もないし、何かあった時に子どもに何を残せるだろうと考え、私が生きた証として働く姿を子どもの記憶に残したいと考えました。いざ働くとした時にぶつかった壁は、「保育園」「両親」「夫」の3つでした。当時は待機児童の問題もあり、就労していないと保育園に入れなかったのですが、これは縁あってある企業の保育園に入れてもらい、おかげでスムーズにパートの仕事に就くことができました。両親からは「まだ子どもは1歳なのに…。可哀想じゃない?」と止められましたが、すでに保育園と仕事を手に入れていたのでこれもクリア。最後に反対していた夫にも、私が一生懸命生きている姿を子どもに見せたいことと、ある程度のお金稼いで実家に入れたいと話したところ、納得してくれました。



いよいよ仕事に復帰!

働き出して変わったことは?

①

ママじゃない時間が持てる

「○○くんのママ」ではなく、名前で呼ばれたのがすごく新鮮!

②

ママ以外の人と出会う

上司が子ども二人を育てた女性。その経験から励ましていただきました。

③

子どもアンテナが育つ

子どものちょっとした体調の変化にも敏感になり、病院予約などのスケジューリングが上手に。

④

自分に気を使うようになる

保育園の送り迎えだけじゃない!毎日いろんな人と会う自分の身だしなみをチェック。

⑤

家族以外と話す

いろいろな人や考え方に対することで、人間的な幅が広がります。

⑥

働く経験が増えた

多くの業務をこなすことで、経験値が上がりました。

経済的にゆとりができる

精神的にゆとりができる

子どもも仕事も、私にとってどちらも大事

一人目の時は「ママの生きた証を見せたい!」とテンパって、つい仕事を優先…ということもありましたが、二人目が生まれてからは仕事と子育ての割合を考えながら仕事をしています。

心がけていること

家事はゆるく、できるときにやる

食事、掃除、洗濯、買い物…どれも無理せず、買い物は宅配もあるし、ロボット掃除機にも頼ります。

時間、心のゆとりを常に持つ

心にゆとりがないと口調もついつい荒く…家族の平和のためにもゆとりを持つこと、大事。

やりたい仕事より、できる仕事を優先する

やりたい仕事=得意な仕事とは限らないので、調べたり人に頼んだり、時間がかかることも。

決断はスピーディーに

映画「天空の城ラピュタ」のドーラの名セリフ「40秒で支度しな」を超える3~10秒で決断するようになりました。

子どものもの、ことは早めに準備、作成(委託もOK)

名前シールなどは常に余分に用意。体操袋や道具袋の作成など、苦手なことは委託でいい!

何もない日を作り、脳を休める

スケジュールを詰め込まないで、しっかり休むことが仕事のパフォーマンス向上に繋がります。



私もお仕事やつてみたい!

さあ、仕事探しを始めよう!

より良い仕事に就くためにはリスクリング(新しい環境に適応するために必要なスキルを習得すること)も大事です。社会人向けの学び直し講座は大学やハローワークでもやっていますし、自治体が発行している広報にも案内が載っていて、たいていは無料です。もちろん有料の通信講座もあります。

そして仕事の探し方ですが、ハローワークや求人アプリもありますが、「求人を出すほどではないが人を探している」という情報を、友人・知人が持っていることもありますので、情報アンテナは広く高くしておきましょう。私もスキマバイトサービスのアプリを試したことがあります。登録して紹介されたバイト先に直接行くのは、若干不安があります。まばれの新サービス「まばれJob」なら、まばれJobスタッフとの面談があるので安心です。仕事を持つことは社会経験値も上がるし、自分の世界が広がります。もう一度自分のスキルや経験を活かして、一步を踏み出しませんか?

自分の魅力を発見しよう♪

子育てしている皆さんには、子育てで得たスキルがたくさんあると思います。さらに以前の仕事やこれまでの経験、子育てサークルなどでやっているお仕事。そういったスキルや経験は、再就職や転職、社内での異動やプロジェクトへの参加に役立ちますので、大事にしていただきたいと思います。

まばれ特派員の得意なこと、好きなことできる仕事は?

特派員 長男に作ったお弁当の写真を、毎日Instagramに投稿しています。

→お子さんに毎朝スープを作ってスープ作家になったママで、本を出した方がいます。

特派員 添乗員をしていたこともあり、日本の半分以上を子連れ旅行しました。

→おすすめの旅行先を教えてほしい! 子連れ大歓迎を掲げている宿の評価や本音を教えてほしい。

特派員 料理は嫌いじゃない。最近は娘たちに教えながら作っています。

→プロではなく、主婦が教える料理のひと手間を教えてほしい。飲食店でお仕事もできますね。

特派員 子どもと遊ぶことが好きで、児童館によく行きます。
→児童館のイベント情報を、どの年代の子が来ているかなど詳しく調べて発信してほしい。

特派員 アウトドアが得意。最近Instagramを始めて、Canva(キャンバ:オンラインで使える無料のグラフィックデザインツール)を使ってデザインから組み立てています。
→アウトドア店に勤められそうだし、SNSの投稿代行を副業にしているママさんもいますよ。



新鮮な視点で職業選択の幅が広がりました!

お仕事をお探しの方は まずはご登録を!

まばれJobホームページ

新規会員登録



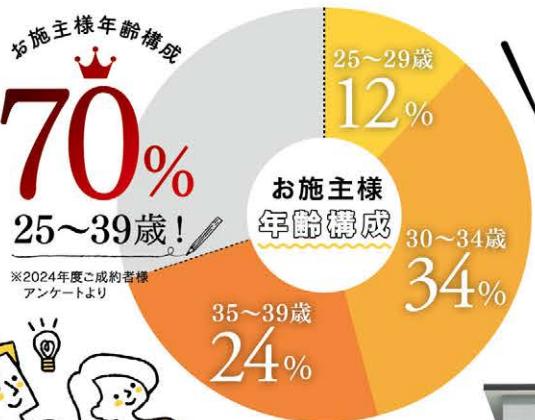
※ご希望条件に合致するお仕事が必ずしも紹介できるとは限りません。

ご登録後、誠心誠意ご紹介に努めますが、ご紹介を確約するものではございません。
運営会社／株式会社ホクトコーポレーション
厚生労働大臣許可／有料職業紹介事業許可番号 04-ユ-300360



累計
施工件数
1,800
棟以上
※自社調べ

木と暮らす
家族の未来。



Well
DESIGN FOR LONG LIFE



Premium

「GX志向型住宅」対応

最上級性能・設備で
毎日をもっと
プレミアムにする
注文住宅。

GX
補助金最大
160万円

(施工坪数30坪の場合)
本体 **2,298万円～**
価格 [2,527万円(税込)～]

High grade

ハイレベルな性能・設備・
快適性がぐっと身近に。
様々なニーズに
対応する良質な注文住宅。

(施工坪数30坪の場合)
本体 **2,097万円～**
価格 [2,307万円(税込)～]

Standard

未来基準の
性能と標準装備を
兼ね備えた
高コスパな注文住宅。

(施工坪数30坪の場合)
本体 **1,900万円～**
価格 [2,090万円(税込)～]

| 高勝の家 |
10 の約束
10 promises



- 長期優良住宅 高気密(C値0.5以下) 高断熱(UA値G1クリア)
- 熱交換型24h換気 耐震+制震 宮城県産材使用
- 職人ネットワーク 棟勝会 24h緊急受付(アフターサポート)
- 長期保証初期20年 設備延長保証10年

家づくりのヒントを探しに ご家族で遊びに来ませんか?

高勝の家のショールームには、宮城で木の家を建てる際に必ず知っておきたい“気候・風土”や住宅の性能について、実際に体感して学べる「木の住まいラボ」を併設しております。



お家づくりについてゆっくりと
お打ち合わせができるようにお子様が遊べる
キッズスペースを設けています。

キッズスペース完備!

ご来場
特典!

webからの来場予約で
QUOカード
プレゼント!
1,000円
さらにプラン申し込みで
5,000円分
プレゼント
上記条件を満たせば合計
6,000円分
プレゼント

来場予約フォーム



お家づくりを考え始めたパパ&ママ、お気軽にご相談ください!

会社情報や建築実例はこちら／

木と暮らしをデザインする
高勝の家

<https://www.takakaz.com>

古川店 | **0120-878-071**
〒989-6106 宮城県大崎市古川幸町1-4-31

仙台店 | **0120-991-465**
〒981-3363 宮城県富谷市杜乃橋2-1-7



HP



Instagram

**RAKUTEN
EAGLES**
©Rakuten Eagles

タカカツグループは、
楽天イーグルスを
応援しています。

**SENDAI
89ERS**
©SENDAI 89ERS

タカカツグループは、
仙台89ERSを
応援しています。

「住む」より「楽しむ」BESSの家

WONDER DEVICE

ワンダーデバイス
**好評
発売中!**

子どもも走り回る?
「驚きの装置」。
楽しみいっぱいの大空間。
大きな吹抜けが縦に伸びやか。
この開放感がたまらない。



2,305万円(税込材工一式)~
延床面積 85.21m²(25.8坪)~

※各モデルサイズ展開あります
&間取り変更も一部可能です。
※価格は建築地の条件などにより変わります。



ご来場予約&カタログ請求は
←こちら



TKG BESS高勝

LOGWAY
BESS仙台

0120-100-882

■営業時間 10:00~17:00

■定休日 火・水(祝日は営業)

〒982-0252 宮城県仙台市太白区茂庭台1-1-8



折立方面からお越しの場合、右折レーンがありませんので迂回がスムーズです。

BESSの家ラインナップ



B
BESS

BESS仙台では
こちら5つの
モデルを体験
できます。



国立大学法人
宮城教育大学

さあ、探検の始まりだ。 一歩外に飛び出して、 仲間と世界を 広げよう。



まばれ5月号で取り上げた
高校の家庭科が「生きる力」を身に付けるものなら、
生活科と総合的な学習の時間は、幼児期の学びと小学校教育を、
そして学校・地域・家庭と自分の周りの世界を繋ぐもの。

子どもたちを長年導き、現場の経験を学生に伝えている先生にお話をうかがいました。

早期退職して宮城教育大学の先生になられた理由は。

私は、宮教大に勤務するまで仙台市の小学校に勤務していました。勤務校では、毎年、教育実習生と授業づくりや学級づくりについてお話しする機会がたくさんありました。お話をする度、教育実習生のひたむきさや、まじめさに感心させられました。そうした経験から先生になりたい学生を育てたいという思いが強くなつたように思います。そのような時に、宮教大の生活科の教員採用公募を知り挑戦してみようと思いました。

大学では、生活科と総合的な学習の時間の授業づくりなどを教えていました。授業づくりの原理を学ぶことに加え、学校現場を知ることや、子どもたちを知ることを大事にしています。私の現場の体験を加えながら、指導方法や大事なポイントを身に付けてもらえるように授業を行っています。小学校1・2年生が学ぶ生活科は、学校生活や地域、自然や人との関わりを通して、その体験的な学習から生活上必要な習慣や知識を身に付ける教科です。また、

子どもたちが指示待ちではなく主体的に動くよう、先生が促したり、支援したりすることが大切です。主体的に学ぶことは、実生活にも活きてきます。子どもたちが自分で考え、成長していく姿を見ると、授業づくりは大変ではありますが、先生になってよかったですと実感します。

鈴木 美佐緒 先生

仙台市出身。
宮城教育大学大学院(修士課程)学校教育専攻。
小学校教諭として勤務後、
2023年4月から宮城教育大学講師。
日本生活科・総合的学習教育学会理事、
広報部長



生活・総合の授業レベルが上がり、子どもたちにもその学力が付くことによって、今まで私がお世話になったたくさんの先輩方への恩返しになれば、と頑張っています。

どちらの教科も 指導が難しそうですね。

学生には、授業力を高めるために、子どもが主体的に学ぶ授業をたくさん見に行くようアドバイスしています。ちょうど6月末に山形県で、日本生活科・総合的学習教育学会の全国大会が開催されます。そういった場で学びを自走する子どもたちの授業を見て、自分が目標とする授業、子どもたちの姿を目撃する機会が大切です。

私のゼミには、自分が先生になった時に役立つことを学びたいと思っている23人の学生が所属しています。専門知識だけではなく、現場のことも知って現場に出たいという思いがあります。ゼミは、生活科グループ、総合的な学習の時間のグループ、幼小連携グループに分かれています。それぞれのグループで週に1回ずつゼミを行っていますが、毎月1回、3つのグループ合同で全体会を行い、各自の学びを発表し合って大切なことを共有しています。

私のゼミ生は、これまで仙台市内の小学校で数多くの授業を参観させてもらったり、たくさんの子どもと触れ合う機会を設けさせてもらったりしてきました。学生は、そうした経験の中で、発見したことや感動したことを述べ、先生になりたいという気持ちがさらに強くなつたと語ってくれています。そんな学生の姿を見て、私はとっても嬉しいと思っています。

学生が生活科や総合的な学習の時間の授業づくりの力を培い、子どもたちにも力を付けられるように、これからも現場の体験を踏まえた講義やゼミの充実に努めたいと思います。

まばれ読者への アドバイス

お子さんと一緒に何かに夢中になって、一緒にできるものをたくさん見つけて、そういう経験をするのが一番なのではないかと思います。習い事も「これをやりなさい」ではなく、お子さんが興味を持っていること、楽しいと感じていることを見極めて、見守ったり支援できればいいですね。でも、私は仕事が多忙でしたので、娘との時間が十分にとれませんでした。娘と同じ学年を担任したり、運動会が重なつたりすると、私は一体何をやっているのだろうと落ち込んだ時期もありました。仕事は楽しかったけれど、もう少し手を抜いて、なぜもっと娘に寄り添えなかつたのだろうとも思いますが、その時に仕事を頑張っていなければここにはいなかつたと思うので、娘にはごめんねという気持ちです。娘は先生には絶対になりたくないと言っていたはずなのに、今はスクールカウンセラーをしていて、私も時々自分が受け持った子どもの相談に乗ってもらっていました。不思議ですね。ですから子育て中の母さんたちは、今は大変だと思いますが、後から振り返ってもその時間は取り戻せません。私の子育てを顧みて、今のこの時間を大切に過ごしてほしいと思います。

地域との連携活動は どのようなことを?

小学校で勤務していたときには、1年生の生活科「むかしあそび」で地域の方々から昔遊びを教えてもらったり、一緒に遊んでもらつたりしました。2年生の生活科「ぐんぐんそだてぼく・わたしのやさい」では、地域で野菜を育てている方から野菜を育てるコツについてアドバイスをしていただいたこともあります。

先日、私が勤務していた仙台市立荒町小学校でお世話になった荒町商店街の副理事の庄子さんに大学の授業においていただき、「学校と地域で子どもを育てるには?」について商店街と学校との協働イベントを例にお話いただきました。お話を伺った学生は、地域と学校とが協働して子どもを育てるについて、具体的なイメージをもつことができたと感想を述べていました。

今後は、地域の方々の力を得ながら、生活科や総合的な学習の時間の授業をどのようにつづけていくかについても、講義で取り上げていきたいと思います。



秋保ヴィレッジ アグリエの森 2025.7/3木～7/6日まで

11周年 10+1



カツカレー
エビフライ +1



喜久福ソフト
喜久福 +1



予約
販売

巨大カステラパン
4,000円 (税込 3,704円)

販売期間：7/3～6

*ご予約は当店までお電話ください。(受取は午後のみ)
※予約以外の販売はございません。
※数量限定のため、無くなり次第終了となります。

11

どん、



食べられるのはここだけ!

でまたて喜久福

常温販売

販売期間：7/3～5 各日 ①10時～②13時～

※数量限定のため、無くなり次第終了となります。※お一人様、個数制限がございます。

野菜や人気商品
モリモリお買得!



11円商品

販売期間：7/3～6

みつけたらラッキー!
館内に、11円で買える商品が
隠れています!各日11ヶ限定!
※お一人様1ヶまで。

11
yen

AKIU VILLAGE AGURIE NO MORI
アグリエの森

〒982-0251 宮城県仙台市太白区茂庭字中谷地南32-1
Tel.022(302)6081 営業時間.9:00～18:00



公式
インスタ
グラム

お茶の
井ヶ田 喜久水庵 南小泉本店

開店24周年大感謝祭

みんなこじわフェス

7/18(金)～7/21(月祝)
9:00～18:00



南小泉に
みなまい

ありがとうBAG

お買得

対象商品から
よりどり10個で1,200円
(冷凍)(税抜1,111円)

喜久水庵 南小泉本店

仙台市若林区南小泉2-12-5 TEL.022-294-1811

営業 時間 9:00～18:00

周年祭
期間中

飲食 10:00～LO.17:30
甘味 10:00～LO.17:30 (ソフトクリーム類)

24周年
特別企画

24円商品

お店のどこかに「24円」で
買える商品が隠れています。

期間中
18:30～19:00
30分限定!!

※周年祭商品も購入可

アプリ会員
募集中



家族にうれしい
旬なレシピをご紹介

みやぎ生協 イチオシレシピ

みやぎ生協共同購入・個人宅配の食品チラシ「Week」17ページでは、その週に注文できる商品を使ったレシピを毎週ご紹介中。こちらもお楽しみに!

※掲載の写真はすべてイメージです。



えびとガーリックの旨みが美味!

ガーリックシュリンプ ライス

調理時間20分

●材料(2人分)

えび(冷凍下ごしらえ済)	10尾
ごはん(温かいもの)	400g
ズッキーニ	1本
エリンギ	100g
パセリのみじん切り	少量
ーんにくのみじん切り	1片分
A オリーブ油	小さじ2
白ワイン	大さじ1
塩	小さじ1/2
B こしょう	少量
バター	10g
オリーブ油	大さじ1

●作り方

- えびは袋の表示通りに解凍し、水気をしっかり拭き取る。
- ズッキーニは薄い輪切りに、エリンギは長さを2~3等分に切ってから縦に薄く切る。
- フライパン(orスキレット)にAとBを入れて中火で炒め、野菜がしんなりし始めたらAを加えてえびの色が変わまるまで炒める。
- Bを加えて全体にからめ、片側に寄せる。空いたところにごはんを入れ、パセリを散らす。

“焼かない”から手軽にできる♪

グラスチーズケーキ

調理時間10分

※冷やす時間は除く

レシピはこちらも
チェック!
動画で紹介中!



●材料(2人分)

クリームチーズ	レモン汁(好みで) ··· 小さじ1/2
(常温に戻したもの) ··· 120g	クッキー ··· 6~8枚
ヨーグルト(プレーン) ··· 60g	ジャム(好みのもの)、
マシュマロ ··· 45g	ミントの葉 ··· 適量

●作り方

- クリームチーズをボウルに入れ、泡立て器でかき混ぜる。(クリームチーズは冷蔵庫から出してすぐの場合は500wの電子レンジで30~35秒温めるとやわらかくなる)
- マシュマロを耐熱ボウルに入れて500wの電子レンジで45~50秒加熱し、①に加えて良く混ぜる。
- ②にヨーグルトと好みでレモン汁を加えて良く混ぜる。
- グラス2個に粗く碎いたクッキーを1/2量ずつ入れ、③を均等に流し入れてラップをして、冷蔵庫で2~3時間冷やす。
- ④のラップを外して好みのジャムをトッピングし、ミントの葉を飾る。



みやぎ生協の個人宅配
キャンペーン実施中

WEBから個人宅配にご加入の方に!
加入手続き完了でコープポイント
**最大3,000円分を
プレゼント**

◆詳細はWEBをご確認ください。
まだメンバージャーの方も、すでにメンバの方も、
利用再開の方も対象です。※プレゼントは予告なく変更になる場合があります。



COOP

みやぎ生協

宅配運営部 ☎ 0120-581870



基本手数料
を割引!
ママ割

6歳未満のお子様を
お持ちのママ
または
これからママになる
マタニティの方

お子様が6歳になる誕生日の
20日を含む週まで

ご利用1回につき
**基本手数料
半額**

忙しいママのための
時短レシピを動画で紹介

CooPママの
サポートクッキング



YouTubeの
ままばれチャンネルにて
動画公開中!

ハイ生地は
不要!?
モーニング
クロワッサンでキッキン!
コープママ
曾田 洋子

スマホは
こちらから
<https://www.miyanig.coop/>

個人宅配のご利用には、まず「みやぎ生協」にご加入ください。

現在みやぎ生協メンバー(組合員)でない方は、メンバー登録と出資金(1,000円)が必要になります。また、個人宅配のお申込には「コープトリプルカード(日専連)」が必要です。



魅力たくさんの分譲地を
ご用意しております!

建築条件
なし

すべての分譲地は、**仲介手数料不要**、
お好きなハウスメーカーでお家が建てられます！

仙台市青葉区

旭ヶ丘

ASAHIKOAKA

1,590万円

土地面積 117.01m²(35.39坪)

仙台市青葉区旭ヶ丘1丁目41-2(住居表示)



35.39坪

- 交通: 仙台市営地下鉄南北線「台原」駅徒歩6分
- 土地権利: 所有権
- 地目: 宅地
- 都市計画: 市街化区域
- 用途地域: 2種中高
- 建べい率: 60%
- 容積率: 200%
- 現況: 更地
- 引渡日: 2025年10月予定 / 更地渡し
- 学区: 台原小学校・台原中学校
- 設備: 都市ガス・上水道・下水道

仙台市泉区

永和台

EIWADAI

1,590万円

土地面積 270.17m²(81.72坪)

仙台市泉区永和台27-3(住居表示)



81.72坪

- 交通: 仙台市営地下鉄南北線「泉中央」駅徒歩36分
- 土地権利: 所有権
- 地目: 宅地
- 都市計画: 市街化区域
- 用途地域: 1種低層
- 建べい率: 50%
- 容積率: 80%
- 現況: 更地
- 引渡日: 相談 / 更地渡し
- 学区: 泉松陵小学校・松陵中学校
- 設備: 上水道・下水道

仙台市青葉区

国見

KUNIMI

1,960万円

土地面積 172.67m²(52.23坪)

仙台市青葉区国見6丁目22付近(住居表示)



35.39坪

- 交通: JR仙山線「国見」駅徒歩5分
- 土地権利: 所有権
- 地目: 宅地
- 都市計画: 市街化区域
- 用途地域: 1種低層
- 建べい率: 50%
- 容積率: 80%
- 現況: 更地
- 引渡日: 相談 / 更地渡し
- 学区: 国見小学校・第一中学校
- 設備: 上水道・下水道

仙台市青葉区

東勝山

HIGASHIKATSUYAMA

1,790万円

土地面積 240.43m²(72.73坪)

仙台市青葉区東勝山3丁目34-21(住居表示)

72.73坪

70坪、北仙台小徒歩8分。
駐車場3台以上が望める
子育てしやすい土地



- 交通: JR東北本線 仙台駅からバス33分
バス停「東勝山三丁目」停歩5分
- 土地権利: 所有権
- 地目: 宅地
- 都市計画: 市街化区域
- 用途地域: 1種低層
- 建べい率: 50%
- 容積率: 80%
- 現況: 更地
- 引渡日: 相談 / 更地渡し
- 学区: 北仙台小学校・北仙台中学校
- 設備: 都市ガス・上水道・下水道

お家の建築、ご予算や住宅ローンのご相談も一括で承ります。

見学予約・お問合せはコチラ

掲載している以外にも多数の
分譲地をご用意しております。

詳しくはコチラから

株式会社フルタウン Tel.0120-07-5086

〒984-0048 仙台市若林区白萩町28-25 国土交通大臣(1)第10794号 (公社)全日本不動産協会会員 (公社)不動産保証協会会員 東北地区不動産公正取引協議会会員

※掲載物件は2025年6月18日現在の情報です。広告有効期限／2025年7月30日



7

July 2025

1bcテレビ
番組紹介

1ch GUIDE

1チャンネル
ガイド



19

番目のカルテ

病ではなく、人を診る

19番目の新領域「総合診療科」の医師を描く
新しいヒューマン医療エンターテインメント

[出演] 松本 潤 小芝風花 新田真剣佑／生瀬勝久 木村佳乃 田中 淑

毎週日曜よる9時～

はやく、
ただしく、
おもしろく。

tbc

<https://www.tbc-sendai.co.jp/>

裏面も
Check!
夏の新ドラマがスタート
tbcの情報番組を
チェックして宮城の
夏を楽しもう!



MON **TUE** **WED** **THU** **FRI** **SAT** **SUN**

MONDAY			TUESDAY			WEDNESDAY			THURSDAY			FRIDAY			SATURDAY		
4 47 50 20	モリーノTV テレショップ		4 00 30 45	モリーノTV テレショップ		4 00 30 45	モリーノTV テレショップ		4 00 30 45	モリーノTV テレショップ		4 00 30 45	モリーノTV テレショップ		4 00 30 45	モリーノTV テレショップ	
5 20	THE TIME, 総合司会・安住紳一郎(TBSアナウンサー)		5 55 30 45	モリーノTV 日本のチカラ		5 55 30 45	モリーノTV JNNニュース		5 55 30 45	モリーノTV 皇室アラビアム		5 55 30 45	モリーノTV 世界文化遺産!		5 55 30 45	モリーノTV THE LIVE!	
6 30頃	夜明け町 ラガイド!		6 00 30 45	お届けモノです! サンデーモーニング	Sunday Morning												
7 30頃	カッチャン! みやき	坂崎晶希(月~火) 佐々木夏音(水) 佐藤未(木金)	7 00 30 45	お届けモノです! サンデーモーニング	Sunday Morning												
8 00	LOFETI アーヴィング	MC/川島明(眞嶌) 田村真子(TBSアナウンサー)	8 00 30 45	お届けモノです! サンデーモーニング	Sunday Morning												
9 00	LOFETI アーヴィング	坂崎晶希(月~火) 佐々木夏音(水) 佐藤未(木金)	9 00 30 45	お届けモノです! サンデーモーニング	Sunday Morning												
10 25	LOFETI アーヴィング	坂崎晶希(月~火) 佐々木夏音(水) 佐藤未(木金)	10 25	お届けモノです! サンデーモーニング	Sunday Morning												
11 20	王様のブランチ	王様のブランチ	11 45 30 00	モリーノTV 河北新報ニュースあり	モリーノTV 河北新報ニュースあり												
12 30	ひるおひこ! ニュース	恵優彰 八代英輝 江藤愛 首川奈奈(TBSアナウンサー)	12 55	モリーノTV 河北新報ニュースあり	モリーノTV 河北新報ニュースあり												
1 55	サタデースペシャル	サタデースペシャル	1 27	モリーノTV 河北新報ニュース	モリーノTV 河北新報ニュース												
2 00	LOFETI アーヴィング	坂崎晶希(月~火) 佐々木夏音(水) 佐藤未(木金)	2 30	モリーノTV 河北新報ニュース	モリーノTV 河北新報ニュース												
3 40	Nスタみやざき早版	Nスタみやざき早版	3 49	モリーノTV 河北新報ニュース	モリーノTV 河北新報ニュース												
4 50	Nスタ	井上貴博(TBSアナウンサー) 出水麻衣(TBSアナウンサー)	4 50	モリーノTV Nスタみやざき早版	モリーノTV Nスタみやざき早版												
5 50	みやざき	坂崎晶希(月~水) 玉置洋子(水~水)	5 00	モリーノTV Nスタ	モリーノTV Nスタ												
6 00	世界くらべてみたま	世界くらべてみたま	6 00	モリーノTV 世界くらべてみたま	モリーノTV 世界くらべてみたま												
7 00	CDTV ラジオ	CDTV ラジオ	7 00	モリーノTV CDTV ラジオ	モリーノTV CDTV ラジオ												
8 00	ニンゲン観察バラエティ ニセコリカルシブ	ニンゲン観察バラエティ ニセコリカルシブ	8 00	モリーノTV ニンゲン観察バラエティ ニセコリカルシブ	モリーノTV ニンゲン観察バラエティ ニセコリカルシブ												
9 00	ニノハナのに	ニノハナのに	9 00	モリーノTV ニノハナのに	モリーノTV ニノハナのに												
10 00	火曜ドリ! 犬舌DOGS	火曜ドリ! 犬舌DOGS	10 57	モリーノTV みちのくコレクション	モリーノTV みちのくコレクション												
11 56	news 23	news 23	11 30	モリーノTV 月バラナイト	モリーノTV 月バラナイト												
0 55	月バラナイト	月バラナイト	0 35	モリーノTV 月バラナイト	モリーノTV 月バラナイト												
1 55	THE LIVE! JAPAN	THE LIVE! JAPAN	1 48	モリーノTV THE LIVE!	モリーノTV THE LIVE!	1 48	モリーノTV THE LIVE!	モリーノTV THE LIVE!	1 48	モリーノTV THE LIVE!	モリーノTV THE LIVE!	1 48	モリーノTV THE LIVE!	モリーノTV THE LIVE!	1 48	モリーノTV THE LIVE!	モリーノTV THE LIVE!
2 00	(1:55終了)	(2:10終了)	2 00	THE LIVE!	THE LIVE!	2 00	THE LIVE!	THE LIVE!	2 00	THE LIVE!	THE LIVE!	2 00	THE LIVE!	THE LIVE!	2 00	THE LIVE!	THE LIVE!
3 00	(2:23終了)	(2:40終了)	3 00	THE LIVE!	THE LIVE!	3 00	THE LIVE!	THE LIVE!	3 00	THE LIVE!	THE LIVE!	3 00	THE LIVE!	THE LIVE!	3 00	THE LIVE!	THE LIVE!

※番組内容は変更となる場合があります。ご了承ください。

tbc 夏のドラマが熱い!



愛犬同士の一目ぼれから始まる
こじらせ大人3人の国を越えた
ラブストーリーの開幕!!

[出演] 清原果耶 成田凌 ナ・イヌ 萩原利久／深田恭子／岸谷五朗

毎週火曜よる10時～



犯人の更生を願う真っ直ぐな新人
×
型破りな不真面目教育係

麻薬取締官の正反対バディが立ち向かうのは
謎に包まれた新型ドラッグ【DOPE】。
DOPEによって巻き起こる不可解な事件の
解決に挑む。彼らには“ある秘密”があった。
麻薬取締官 VS 新型ドラッグ。

[出演] 高橋海人 中村倫也 新木優子／井浦新

毎週金曜よる10時～

宮城の情報は

ウォッキン!
watch in
みやぎ



ニュース・天気・スポーツ 朝の最新情報をチェック!

毎月～金曜 朝7時30分頃から生放送

[出演] 坂寄直希(月・火) 佐々木夏音(水) 佐藤朱(木・金)

じるまで
ウォッキン!



日々の生活にちょっと役立つ情報を届け!

毎月～金曜 一部 午前 9時55分～10時25分
二部 午前 10時55分～11時20分

[出演] 塩入未央(月・火) 坂寄直希(月～水) 佐々木夏音(水) 佐藤朱(木・金) 大久保悠(木・金)

第12回



せんだい ひと・まち児童館 フェスタ

～“やってみたい”をやってみよう！～

乳幼児コーナー、

工作遊びコーナー、運動遊びコーナーなど、

児童館・児童センターの遊びが大集合！

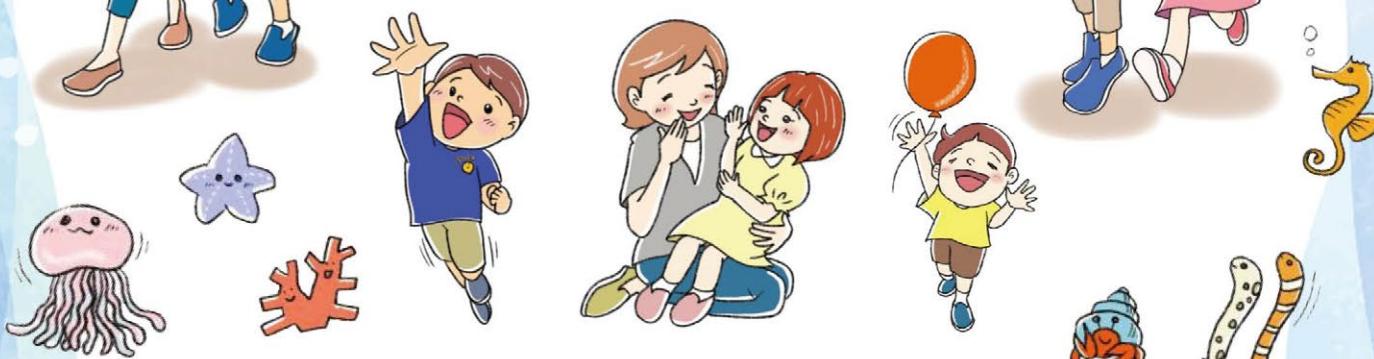
家族やお友だちとみんなで一緒に遊ぼう！楽しもう！

入場
フリー
(事前申込不要)

日時 令和7年
8月10日(日)
10:00-16:00

※開場9:50

会場 せんだい
メディアテーク
1階オープンスクエア



[主催] 公益財団法人仙台ひと・まち交流財団

[企画・実施] 財団が運営する児童館・児童センター74館の職員

[協力] 公益財団法人仙台こども財団

小松島児童館(特定非営利活動法人MIYAGI子どもネットワーク)

問い合わせ先



公益財団法人
仙台ひと・まち交流財団

子ども育成課 ☎980-0804

仙台市青葉区大町2-12-1

TEL 022-268-5084 FAX 022-225-2791

Mail kodomo09@hm-sendai.jp

Web https://www.hm-sendai.jp/jidoukan/



タカカツ不動産 プレゼント 集まれ! 元気なみやぎっ子!

大反響のコーナー。今回も元気でキュートなベビー&キッズをご紹介!

*ご応募いただいたときの年齢とコメントで掲載しております。

掲載をご希望の方はP24の二次元コードを読み取るか、まばれHPから応募フォームでご応募ください。



ささき こうたろうくん 4歳
たけるく 0歳

僕の、初めてまして♪
これから一緒にたくさん遊ぼうね!!



ほそのめ かいり 1歳

7月30日 2歳のお誕生日おめでとう。
去年より沢山笑顔の時間が
増えますように。



むらかみ かけるく 5歳
はやとく 4歳
ゆうせいくん 1歳

三兄弟でこどもの日!
一緒に龍のぼりを見に行きました。



ちば りゅうせいくん 2歳

お花が咲き乱れる花見山。
ちょっとした上り坂も頑張って
登って成長を感じました。



いわまつ ゆうみちゃん 1歳

初めて芝の上に大興奮!
歩くのって楽しい~。



さとう つぐみちゃん 4歳

公園で揃んだシロツメクサで
冠を作って、ハイポーズ!



たかはし りっかちゃん 0歳

綺麗なお花を見てニコニコな瞬間をパシャリ。
すれ違う人たち에게て握って
ご挨拶をしていました。
これからも家族でたくさんお出かけしそうね!



はらしない みことちゃん 2歳

初めてのいちご狩り!
食べることより狩る方に夢中でした。



おいしかわ なつきちゃん 5歳

大好きな温泉に入浴衣を着て
いっぱい食べました!



いしかわ ひなたくん 2歳

これから選手とハイタッチ☆
ドキドキわくわくするね♪



ささき ゆずはちゃん 4歳
りおちゃん 2歳

次女2歳になりました!
もうすぐメガロ(ハビヨン)も2歳!
毎日幸せをありがとう!



もりや こおちゃん 0歳

初めてのプールに向けて
水着を買ってみました。



すがわら ことちゃん 0歳

これからもすくすく育ってね!
こっちゃん大好きだよ。



しまだ はるくん 7歳

ピカピカの小学生。入学記念に
写真館で撮影。おめでとう!



あべ みやびちゃん 3歳

ママも3歳の誕生日おめでとう!!



おおやま そらくん 2歳

たんぽぽみーつけた!



おのでら まつりちゃん 2歳
いおりくん 0歳

お姉ちゃんになりました!
なかよく元気に育ってね。



おおむら あみなちゃん 3歳
ぜいくん 0歳

しゃぼん玉大好きなお姉ちゃんと
カメラ大好きな弟^^良い天気!



やまだ かづきくん 3歳
いつくん 0歳

初節句はお兄ちゃんと
手作り兜でお祝い!



しょうじ かのんちゃん 7歳
かれんちゃん 4歳

かのん5月29日で7才!
かれん5月27日で4才!
2人ともおめでとう。



こばやし めいちゃん 2歳
ちひろくん 1歳

1歳のバースデーフォト!
いつもニコニコ笑顔で
幸せにもらっています♪

**タカカツ不動産オリジナル分譲住宅
JUST in HOME**

しっかりと将来の計画を考え、安心して長く暮らせる
あなたにとって“ピッタリな”住まいをお届けします。

タカカツグループの
分譲住宅だから叶う
6つのメリット

- ① 家賃並みの安心価格
- ② 暮らしが楽になる充実のフル装備
- ③ 将来を見据えた長期優良仕様
- ④ 注文住宅同等の技術と品質
- ⑤ 宮城に合った家づくり
- ⑥ 安心のアフターメンテナンス

**家を売るなら買うなら
タカカツ不動産**

新築戸建
中古戸建
土地探し
売却相談

営業時間 | 10:00-18:00
定休日 | 火曜・水曜

株式会社タカカツ不動産 仙台店 | ☎ 0800-1708-354 古川店 | ☎ 0120-77-8249
TEL: 022-371-1820
宮城県知事(2) 第6463号 宮城県知事許可(般-4)第2535号
(社)宮城県宅地建物取引業協会会員 東北地区不動産公正取引協議会加盟
TEL: 0229-21-8561

キッズルーム完備
是非ご家族揃って
お越しください!

毎回ご好評いただいているコーナー。
パパやママ、子育てに関わる方々の
疑問・質問に先生方がお答えします。
ぜひ、子育ての参考にしてくださいね！



子育ての疑問・質問

Q1

5歳の娘と10歳の息子は、どちらも「一度失敗したこと」を頑なに拒否するので困っています。
そのためまだ自転車に乗れません。
気持ちはとてもわかるのですが、一度の失敗を気にしていたら何も身に付かなくなってしまいます。
なんと声掛けしたら良いですか？（仙台市・Aさん）



アドバイスを
いただいたのは
高田 昭先生

福島県出身。専門は精神看護学。
精神看護専門看護師、保健師、公認心理師。
現東北福祉大学健康科学部助教。2児の父。

お子さんの失敗が怖くて一度失敗したことを頑なに拒否する気持ち、親御さんの一度の失敗を気にしていたら何も身に付かなくなってしまうという思い、どちらもよく分かります。今回は年齢差が5歳あるので、娘さんと息子さんそれぞれに合わせた声掛けについてお伝えしたいと思います。

まず5歳の娘さんについてです。5歳ですと年齢的にまだ自分の気持ちを言葉で上手に表現するのが難しいので、親御さんのほうでいろいろな声掛けをしながら気持ちを探っていけるとよいかと思いました。例としては、「失敗するのは恥ずかしいの？」、「失敗するのいけないことだと思うの？」など娘さんが自分の気持ちを表現しやすいような声掛けをして、思いを確認してみてはいかがでしょうか。

Point

親御さん自身の経験談を踏まえて声掛けしてみてください。乗り越えるために頑張ったこと、その先の成功が嬉しかったことを具体的に伝えることで、失敗が成功のための途中経過であると考えられるようになるかもしれません。

そこで「失敗が怖い」と思っているなど具体的な思いが分かれれば、それを踏まえて関わることが重要です。「失敗が怖い」と思うなら、なるべく小さな成功体験を積み重ねられるように、自転車のハンドルをしっかりとつかむなど小さな目標と一緒に考え、それが成功したらシールを貼るなど達成感を持ちながら進めていくのが効果的かと思います。目標を立てる際には、欲張らず簡単にできることを沢山設定し、成功体験を沢山積み上げられるようにしていくとよいです。

次に10歳の息子さんについてです。10歳ですと自分の気持ちや考えを言葉で伝えることができる年齢なので、息子さんが頑なに拒否する気持ちをじっくり聞く時間をつくり、その後どうしていけばよいかを考えられるような声掛けが効果的です。例としては、息子さんに「自転車に乗る練習についてどう思っているの？」など息子さんの考え方や思いを確認する声掛けをします。そして、「何回やっても自転車で転んでしまうのが嫌」などの考え方を受けたなら、「どうすれば転ばなくなるかな」と思

子さんが考えられるような声掛けをし、自転車の上手な乗り方と一緒に調べてみるとしながら、息子さんが失敗に対して具体的な対策を考えられるように支援していくとよいですね。そのような声掛けをすることで、失敗を拒否するのではなく、失敗したら対策を考えればよいと思うかもしれません。

最後に、上記のようにいろいろ考えても失敗することは必ずあります。その際には、親御さん自身の経験談を踏まえてどう乗り越えてきたかを声掛けしてみてください。「お父さんも自転車の練習をした時には転ぶと痛くて、嫌になったんだ。でも友達と自転車で遊びに行きたいから、何度も練習していたら急に乗れて嬉しかったな」など親御さんも失敗するし、失敗を乗り越えるために頑張ったこと、その先の成功が嬉しかったことを具体的に伝えるのがポイントです。そのような声掛けすることで、自分だけが失敗するのではないこと、そして失敗が成功のための途中経過であると考えられるようになるかもしれません。

Q2

ここ数年、夏とはいえ毎年暑すぎますね。
4歳と7歳の子どもたちも、もうすぐ夏休みですがずっとおうちにこもっていたくなります。
お出かけの時やおうちで過ごす際の熱中症予防対策を教えてください。（白石市・Oさん、仙台市・Hさんほか）



アドバイスを
いただいたのは
渥美 綾子先生

山形県出身。専門は公衆衛生看護学。看護師・保健師。保健師の経験を経て、看護師・保健師の教育に携わるようになる。現東北福祉大学健康科学部准教授。

年々、夏の暑さが厳しくなってきているように感じますね。熱中症にならずに楽しい夏休みを過ごせるように、子どもが熱中症になりやすい理由とともに予防策をお伝えしたいと思います。

人は汗をかいた時に体の熱が下がりますが、子どもは汗をかく機能が発達しておらず、大人と比べると暑さを感じてから汗をかくまでに時間がかかります。そのため、子どもは体温が下がるのに時間がかかり、体に熱がこもりやすく体温が上昇しやすいです。また、全身に占める水分の割合が大人より多く、外気温の影響を受けやすいです。気温が体の表面温度より高くなると、体の熱を逃がすことができず、体に熱がこもってしまいます。さらに、子どもは身長が低いので、地面からの照り返しの影響を強く受けます。大人の顔の高さで32°Cの時、子どもの顔の高さでは35°C程度になるとされています。そし

て、子どもは自分の体調の変化を伝えることが難しく、遊びに夢中になっていると体に異変が起きていても気づかないことがあります。

熱中症予防の対策としてできることをお伝えします。子どもがどの渴きを訴える前に、おおよそ20分おきに100~250mlの水分補給をしましょう。通常の水分補給は水や麦茶など、糖分の含まれていないものにし、気温が高い時や運動時など汗をたくさんかいた時には電解質などが含まれたイオン飲料にするとよいですね。また、外遊びは午前中や夕方など、できるだけ気温が低い時間帯を選び、帽子を必ずかぶりましょう。子どもの汗の量や顔の赤さなどをよく観察して15~30分に一度は、木陰などの涼しい場所で休憩するようにしてください。洋服の素材や形、色も気にかけていましょう。素材は、汗を吸ってくれ、吸った汗が早く乾く、綿や麻、ポリエステルがおすすめです。形は袖口がふんわりしていて、襟ぐりがあいているほうが体と服の間を風通りやすくなります。色は、熱を吸収しにくい白や淡い色を選びましょう。汗にぬれた衣類は汗の蒸発を邪魔して体

に熱がこもるため、汗でぬれたときは着替えましょう。繰り返し使うことができる首を冷やすためのネッククーラーやハンディファンなどもありますので、活用してみるのもよいですね。ネッククーラーは、遊具で遊ぶ時や激しい遊びをする際に引っかかる可能性があるため、休憩するときにクールダウンとして使用しましょう。室内でも熱中症は起こるので、エアコンや扇風機を使用して室温を28°C前後、湿度は40~60%にキープするのもポイントになります。

最後に、体を徐々に暑さに慣れさせることで、暑さに強くなる「暑熱順化（しょねつじゅんか）」についてお伝えします。適度な外遊びや室内での活動でも汗をかくぐらいの活動をする、シャワーだけでなく湯ぶねにつかるなど、無理のない範囲で暑さに慣れさせ、汗をかく機会を少しずつ増やしていきましょう。暑熱順化を進めていくときには、水分補給をする、子どもの顔色や汗のかきかたをみる、体調の悪い日は無理しないことに注意してください。



Point

子どもは自分の体調の変化を伝えることが難しく、遊びに夢中になっていると体に異変が起きていても気づかないことがあります。汗の量や顔の赤さなどをよく観察して、こまめに木陰などの涼しい場所で休憩するようにしてください。



子育ての疑問・質問 募集中

0歳から就学まで、その年齢ごとの専門家である先生方にお答えいただけます。P24に掲載している二次元コードを読み込み、応募フォームから疑問・質問をお寄せください。

読者様よりいただいた疑問・質問で誌面に掲載しきれなかったものは、**ままばれHP**でお答えいただいている 있습니다。



Pick Up INFORMATION

旬な情報やイベント、募集など
さまざまな話題をお届け



第36回色麻町かつばのふるさと祭りが
8/10(日)に開催されます!



メインゲストは
北山たけしさん
(北島三郎さんの一番弟子)です!
色麻町マスコットキャラクター 活平くん
麻子ちゃん
日時 8月10日(日) 13:00~18:30 ※雨天時は、
会場 色麻町役場前広場 町民体育館を予定
そのほか多くの出店・キッチンカーが今年も来
ます。かつばグリーンマラソンパレードも行います。
多くの方のお越しをお待ちしております。



第36回色麻町かつばのふるさと祭り実行委員会
(色麻町役場 地域振興課内) 0229-65-2123



「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」の世界を
体験!

仙台文学館では、7/19(土)~9/7(日)まで、
小学生を中心に幅広い年代に読まれている児童小説シリーズ
「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」の展覧会を開催

作者インタビューや表紙イラストなどの展示のほか、多彩なディスプレイで作品の舞台を再現し、銭天堂の物語世界を体験できます。

展示観覧者には
オリジナル
銭型カードを
プレゼント!

会期
7月19日(土)~9月7日(日)

観覧料 一般580円、高校生230円、
小・中学生110円(どこでもパスポート持参で無料)

仙台文学館 022-271-3020 国 仙台市青葉区北横2-7-1
9:00~17:00(入館は16:30まで) 国 月曜日(7/21, 8/11は除く)7/22, 7/24, 8/12, 8/28
大型バス2台、自家用車40台(無料) 国 https://www.sendai-lit.jp/



特別展「世界遺産 縄文」

「北の縄文人」のすがた、くらしを紹介
2021年にユネスコ世界文化遺産に登録された「北海道・北東北の縄文遺跡群」の出土品や、東北の縄文文化圏の象徴である「遮光器土偶」、さらに「国宝土偶」などを通じて、世界に認められた縄文文化と一万年以上も続いた持続可能な社会とはどのようなものであったのか、「北の縄文人」のすがた、くらしを紹介!



会期 7月12日(土)~9月15日(月・祝)
観覧料 一般1,600円(前売1,400円)、小中高生800円(前売600円)
※前売券は7月11日(金)まで ※未就学児無料

関連イベント ●トーキングイベント ●講演会 ●ワークショップ ●展示解説 等あり
詳しくは、特別展「世界遺産 縄文」公式ホームページでご確認ください。
https://www.tbc-sendai.co.jp/jomon/
※問合せ:tbc事業部 TEL 022-714-1022(平日11:00~16:00)

東北歴史博物館 022-368-0106 国 多賀城市高崎1丁目22-1
国 9:30~17:00 ※観覧券の発行は16:30まで
国 月曜日(祝日の場合開館・翌日休館)、7/15(火) ※7/21(月)~8/11(月)・9/15(月)は開館
国 無料駐車場(普通車170台・大型バス10台)あり 国 https://www.thm.pref.miyagi.jp/



ワークショップ
「石」のひみつにせまろう!

普通の石と、「宇宙から来た石」には
どんな違いがあるのでしょうか?
実物を確かめながら考えてみよう!



会期 8月16日(土) 14:40~15:40
会場 展示室 料金 展示室観覧料のみ

定員 10名(先着) 対象 小学生 申込方法 当日会場にて受付
※ワークショップへの参加は児童のみですが、展示室内へは保護者の方のご同伴をお願いいたします(展示室観覧料がかかります)。

イベント情報 https://www.sendai-astro.jp/event/

会場 022-391-1300 国 仙台市青葉区錦ヶ丘7丁目29-32
国 平日・日曜日・祝日 9:00~17:00 (土曜日 9:00~21:30) ※展示室は17:00まで
※いずれも最終入館は閉館30分前まで
国 水曜日・第3火曜日(上記が祝休日の場合はその直後の平日に休館) 年末年始(12月29日~1月3日)
※学校長期休業期間中は閉館 125台(うち車椅子用5台)※無料 国 https://www.sendai-astro.jp/



「環境」を様々な角度から
学びましょう

たまきさんサロン
講座

応募方法や詳しい
情報はHPから



セミナースペース

1 夏休みエナジーカフェ
親子でベランダ発電を体験してみよう!
日時 7月26日(土) 10:30~12:00

2 水力発電所に行こう!
—137歳の三居沢発電所を見学し、
発電実験をして電気をつくろう—
日時 8月8日(金) 10:30~12:00

3 環境調査というお仕事
～知られざる底生動物(ベントス)の世界～
日時 8月23日(土) 13:30~15:00

せんだい環境学習館たまきさんサロン

022-214-1233 国 仙台市青葉区荒巻字青葉468-1 国 平日/10:00~20:30 土日祝/10:00~17:00
国 月曜(月曜が休日の場合は、その翌日)、祝日の翌日、年末年始
国 https://www.tamaki3.jp/salon/index.php



成長をぜんぶ、残そう。
アニバーサリーフォトで、残そう。

誕生日や、お宮参り、早めの七五三、入園・入学もまだ間に合いますよ★

料金 平日がお得です★

●フリーフォト
¥33,000(税込)~
撮影+データダウンロード+
2L版プリント木製フレーム付き
プレゼント

Instagram



ホームページ



●平日特別価格
通常価格より30%OFF

特典
まばれ読者様限定
A4プリントプレゼント

PHOTO STUDIO swallow 022-204-8294 国 仙台市太白区柳生5丁目4-3
国 平日10:00~16:00/土日祝9:00~16:00 国 不定休 国 有(2台) 国 https://studioswallow.net



物価高騰で困ってませんか?
電気代、ガス代が
安くなるかも!?

携帯キャリアを選ぶように、電気やガスも“選べる時代”です!! ぜひこの機会に
ご家庭の光熱費を見直してみてはいか
がですか?



お見積りは無料です

●複数社の中から最適なプランをご提案(お客様に合った電力・ガス会社をご紹介)
●専門スタッフが丁寧にサポート(法人・個人問わずコスト削減をお手伝い)
●無料診断だから安心!(お得にならなければ切替不要)

Pigro株式会社(仙台営業所) 050-1146-3606
国 仙台市宮城野区田子西3丁目3-10 国 https://pigro-fukuoka.com/ 国 info@e-smart.com.com

子育てひろば

ママキャリートーク
~mama career talk~

ママたちの暮らしがより豊かになるように
ちょっとした助言を添えています。

この季節は特に心がけたい、
自分へのオッケーサイン

株式会社キャリアアシスト
キャリアコンサルタント
小野 由樹子さん
川田 翔佳さん



よく、自分の物事の見方のクセとして言われる「ゼロ100思考」というものがあります。「白黒思考」とも言ったりしますね。

これは物事にはゼロか100かしかなく、例えば学校のテストで60点取れた人が、「テストで100点取れなかったからすべてが無意味だ」と60点取れている事実はゼロと考えてしまうことなどです。

ここ数年、異常気象が常態化していく、このコラムが出る頃は梅雨も終わりに近づいて(いてほしい)いるところかもしれません、尋常ではない大雨で深刻な水害が起きたり、異常な暑さで外出する決心がいるような時期ですよね。そうすると、もちろん体調にも影響が出てきて自分の生活や仕事でのパフォーマンスも落ちてきます。その時にこういった思考のクセがあると、必要以上に自分を責めたり他者に八つ当たりしてしまったり、ということが出てくることも増えています。

私たちはどうしたって「今の環境の中」で生きているわけですが日常の中で忘れないでもある気がします。いまの環境の状態をちゃんとみて、100%できることやできていないことではなく、少しでもやれたこと、やろうとしたこと(この「やること」にはお休みももちろん含みますよ)に目を向け、オッケーをしていきたいものですね。

株式会社キャリアアシスト

[営業時間] 9:00~18:00 [休日] 日曜、月曜
[TEL] 022-797-5093 [E-Mail] info@career-assist.jp
https://career-assist.jp/

お問い合わせ Facebook



まつお文庫

この
本
イチオシの絵本をご紹介♪
おすすめ!



おやすみなさい
ココさん
[対象:2歳~]



ターチャンと
ペリカン
[対象:4・5歳~]

さく・え／片山 健 福音館書店 990円(税込)

小さな女の子が眠りにつままでの様子をとくに描いた絵本です。みんなが寝静まった夜、眠らずに起きていることがあります。ココさんはやさしく声をかけるお月さまに、「ココはねむらないもん」と元気に答えるココちゃんです。「ココはねむらないもん」と元気に答えるココちゃん。お月さまとココさんの楽しい会話はココさんが眠るまで続きます。絵本全体を包む淡い青の世界が、眠りを誘う夜の静けさ、深まりを印象深く描きます。「ココさん」シリーズの1作目です。

ドームがたり[対象:3歳~]
作/アーサーピナード 絵/スズキヨウジ
玉川大学出版部 1,760円(税込)

表紙の「原爆ドーム」が、この絵本の主人公です。1945年8月6日、広島で何が起きたのか、厳しく問い合わせられています。スズキヨウジさんの描くデフォルメされた「原爆ドーム」が印象深く、その表情からは喜びや悲しみなどさまざまな思いを読み取ることができます。戦後80年の今、親子で読みたい1冊です。

まつお文庫

松尾福子さんが主宰する家庭文庫です。誰でも無料で利用できます。子どもの本の勉強会「レンゲの会」(月1回)、「大人のコーヒーサロン」(第2水曜日)も開催していますので、HPで日程を確認のうえおいでください。

仙台市若林区中倉3-16-8

[TEL] 022-231-2712

[営業日] 毎週水・土曜日(第2土曜日はお休み)

[時間] 15:00~18:00

[HP] https://blog.goo.ne.jp/matuobunbunko

みんなの『働きたい!』をサポートする新サービス

ままばれJob

ママの“働きたい”に、ちょうどいい
お仕事を見つけるお手伝い。
お子さんの学校生活も落ち着いてきた今、
自分のキャリアを見直すチャンス！

あなたの資格・経験を活かせるお仕事はじめましょう！



例えば……

介護福祉士
ケアマネージャーなど



保育士など



看護師・医療関係など



システムエンジニア・
IT系など



お仕事をお探しの方は ご登録を！

ままばれJobホームページ
新規会員登録



公式LINEで！

ままばれJob
公式LINE



就業へ役立つ情報など、最新情報を届けします。

運営会社／株式会社ホクトコーポレーション 厚生労働大臣許可／有料職業紹介事業許可番号 04-ユ-300360



ままばれ 主な設置場所

ヨークベニマル 県北エリア16店舗(登米市、栗原市、石巻市、東松島市、大崎市、涌谷町、美里町、加美町)、ヨークベニマル 県南6店舗(岩沼店、岩沼西店、角田店、柴田店、白石店、亘理店)、みやぎ生協 県内45店舗、ウジエスーパー 県内26店舗、ヤマザワ 宮城県内15店舗、仙台原ノ町ピボット、グリーンマート 桂店、食品館イー(泉松森店・仙台泉店・名取店)、フーズガーデン(ゆりあげ食彩館・玉浦食彩館)、道の駅 県内12駅、ヤマハミュージックリテイリング各教室、ネットトヨタ 仙台各店(一部店舗を除く)

宮城県内の幼稚園・保育所・児童館
でも配布中！

幼稚園・保育所、子育て支援施設 ※一部施設を除く
(児童館・市民センター・のびすくなど)

病院(東北大学病院、小児科、産婦人科、耳鼻科、歯科など)

※順不同、6月20日現在



厳選素材を吟味して「よりよい品をより安く」
お客様の立場になってサービスします。

※写真は全てイメージです。

ウジエ
スーパー

ラジオもやっぱり
tbc!



tbcラジオ

AM 仙台:1260kHz 気仙沼:801kHz
鳴子:1557kHz 志津川:1215kHz
FM 93.5MHz

ままばれ
お得な情報
配信中！



LINE
公式アカウント
LINE ID
@dvn0252j



PRESENT



スパリゾートハワイアンズ

ペア入場券



夏休みイベントを、7月19日(土)～9月7日(日)まで開催いたします(休演日あり)。世界のトップパフォーマーたちが集まった「ハッピードリームサーカス」が今年もハワイアンズにやってきます!過去の公演でも大人気の親子クラウンのコミカルなパフォーマンスや、大ドームのプール上空での空中ブランコに加えて、今年からの新たな演目も登場!この夏、夢と感動あふれる大迫力のパフォーマンスをぜひハワイアンズでご体感ください。

■スパリゾートハワイアンズ ☎ 0570-550-550
<https://www.hawaiians.co.jp/>

E 5組10名様



ゆっぽとみや大清水

入浴券



炭酸風呂をはじめ露天(コラーゲン)風呂やシリクンバスなど、個性豊かな11種類のお風呂が疲れた心と身体をやさしく癒します。食事処やエステサロン、カットコーナーなど館内施設も充実しているので、お一人でもご家族でも楽しめます。

■ゆっぽとみや大清水
☎ 022-348-0526
<http://www.yuppo.co.jp>



カンドゥー新利府

入場無料チケット



1周年を迎えるお仕事体験施設から、親子で楽しめる無料入場券(2名1組)を読者の中から5組様にプレゼント!(*ビザ体験のみ有料です。)

憧れの職業が本格体験できるコンテンツが満載!夏は大理石を冷やした石板でアイスを作つて食べる「コールドストーン」が大人気!屋内施設は天候に左右されず、夏の思い出作りやお子様の将来の夢を広げたい親御さんにおすすめです!ご来場、お待ちしております。

■カンドゥー新利府 ☎ 022-290-5977
[営業時間 10:00～21:00]
<https://www.kandu.co.jp/shinrifu/>



F 6袋セットを5名様



辰巳出版

マンガでわかる
食べない子が変わる
魔法の言葉

食べてほしいのに食べない…そんな悩みに寄り添う一冊。「食べない子」専門の食育カウンセラー・山口健太さんが、声かけの工夫を漫画でわかりやすく紹介。子どもの“食べたい”を引き出します!『食べない子が変わる魔法の言葉』を1名様にご提供!

■辰巳出版株式会社 ☎ 03-5931-5920
https://tg-net.co.jp/tatsumi_book/17045/



G 5名様



日東書院本社

子どもの病気・救急
ぜったい
これ知って!

突然の発熱やケガ、夜間の体調不良…そんな“もしも”に役立つ一冊!やわらかい漫画タッチで野村さち氏著による応急処置をシチュエーション別に学べます。『子どもの病気・救急ぜったいこれ知って!』を1名様にご提供!

■株式会社日東書院本社 ☎ 03-5931-5930
https://tg-net.co.jp/tatsumi_book/17036/



H 各1袋ずつを6名様

NISHIKIYA KITCHEN

キッズセット

おこさまが食べるものこそ安心安全でおいしいものをという想いと、忙しい時の手助けになるようにという想いでキッズシリーズを作りました。

《こだわりポイント》

- ①5種類以上の野菜を使用。
- ②具材の肉や野菜は国産。
- ③管理栄養士監修レシピ。

こども10種のお野菜キーマカレー、こども中華丼、こども彩り野菜の肉みそあんかけ、こどもハンバーグ丼の4種類セットを5名様にプレゼント!

■NISHIKIYA KITCHEN ララガーデン長町店 ☎ 022-738-7640 <https://nishikiya-shop.com/>

カルビー

『フルグラ』
『フルグラチョコバナナ味』

オーツ麦、ライ麦、玄米などの穀物を丁寧に焼き上げおいしさにこだわった、(カルビー)のグラノーラ。牛乳やヨーグルトをかけるだけで簡単においしく、忙しい朝にもぴったり!『フルグラチョコバナナ味』はハートのビスケット入りでお子様にも楽しんでいただける商品です。親子でぜひお楽しみください。

■カルビーお客様相談室 ☎ 0120-55-8570
[受付時間 10:00～16:00(土・日・祝日を除く)]
<https://www.calbee.co.jp/>

アンケートに答えてプレゼントをGET!

応募方法

パソコンかスマートフォンでまばれ公式ホームページにアクセスし、応募フォームのアンケートに答えてご応募ください。

まばれ公式ホームページ > <https://mamapale.com/>

上記URLか二次元コードからまばれの公式ホームページにアクセスいただき、「プレゼントをGET」のバナーから応募フォームにてアンケートにお答えの上、必要事項を記入してご応募ください。

応募締め切り
2025年 7月31日(木)

発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。商品に対するお問い合わせは、上記の各提供先までお願いいたします。

アンケートテーマ「里親制度」について

- 1 「里親制度」という言葉を聞いたことがありますか?
- 2 「里親制度」について、あなたのイメージに近いものを選んでください。
- 3 「里親制度」に関する情報をどこかで見聞きしたことがありますか?
- 4 こうした制度について、どのような方法で知ると理解しやすいと思いますか?
- 5 「里親制度」についてあなたが感じていること、わからないこと、または「こういう形で知れたらもっと理解できる」と思う方法があれば自由に書いてください。

*個人情報の取扱いについて:皆さまからお送りいただいた応募に関する個人情報は、プレゼント提供各社への開示及び編集部からの企画、イベントのご案内以外の用途に使用することはありません。また、個人情報を第三者に開示・譲渡いたしません。個人情報を訂正または削除などにつきましてはお問い合わせください。

*本誌掲載の記事、写真、データ等の無断複製および、転載を禁じます。

読者モニター大募集

誌面づくりに参加しませんか？

「ママ」ならOK!
まずは
ご応募ください！

表紙モデルも
同時募集中！

お子さんとの思い出に
いかがでしようか？



それぞれの二次元コードを読み込んで、応募フォームからご応募ください。

モニター・表紙モデルともに応募いただいた方へ、必要に応じて随时ご相談・ご依頼させていただくことになります。

※お送りいただいたスナップ写真は誌面でもご紹介させていただく場合がございます。その場合、ご応募いただいた写真は自薦他薦ともご本人の了解をいただいたものとします。

※モデルに採用させていただいた方に謝礼（現金）はございません。後日編集部より、粗品を差し上げます。

※感染症拡大防止の観点に基づき、取材・撮影を自粛させていただく場合がございます。予めご了承ください。



元気なみやぎっ子！

記念日から何気ない日常の一コマまで。お子さまのかわいいお写真、お待ちしております。

※お名前はすべてひらがなで掲載されます。

※お子さまのみが写っている大きいサイズの写真をお送りください。サイズが小さいと、掲載できない場合があります。

※誌面に掲載しきれなかった写真は、まばれのHPやSNS、動画などに掲載させていただきます。



子育ての疑問・質問

0歳から小学生、反抗期のお悩みまで。その年齢ごとの専門家である先生方にお答えいただきます。

小～中学生のお悩みでもOK！
ママだけじゃなく、じいじやばあば、
パパからの質問も
待ってます♪



写真について

写真是2MB以上4MB以内のデータでお送りください。データのサイズをご確認の上、ご応募ください。

ご提供いただいた写真を含む個人情報は「まばれ」に掲載、内容確認の連絡以外に使用することはありません。

パソコンからのご応募は、
まばれ公式ホームページ
からどうぞ！ [まばれ](#) 検索

まばれとは 広告掲載 メールマガジン 特派員への応募 モデル募集 子育てQ&A 子育ての疑問・質問
まばれ

※公式ホームページの一番下にあります。 ※イメージ

みやぎこども食堂ネットワーク様へ
皆様からのご寄付を募金させていただきました

第9回まばれ祭りに多くの方に来場いただき、4,457円の募金をいただきました。いただいたご寄付は、みやぎこども食堂ネットワーク様に全額募金をさせていただきました。ありがとうございました。

まばれ祭り
4,457円
ご協力ありがとうございました。



あるある! 子育てファミリーの日常

要注意

楽しみにしている時に限って!



CO-OP共済のジュニアコースでいざという時に備えよう!

思わぬケガに備えてケガ通院保障を準備。

子どもはいつどんなケガをするかわからないものです。CO-OP共済の《たすけあい》ジュニアコースなら、ケガ通院が1日目から保障される上に、満19歳までに加入いただいた方は満30歳まで保障が続けます！

《たすけあい》ジュニアコース

コース (月掛金) お支払い 内容	J1000円 コース	J2000円 コース	J1900円コース 加入条件 ゆるやか
病気入院・ 事故(ケガ)入院	日額6,000円	日額10,000円	日額5,000円
事故(ケガ)通院	日額2,000円	日額3,000円	日額2,000円
手術*	1・5・10・20 万円	2・10・20・40 万円	0.8・4・8・16 万円

*共済事業規約に定める支払対象手術を受けた場合

(手術の内容により金額が変わります)

※上記は保障内容の抜粋です。詳しくは、商品パンフレットをご覧ください。

CO-OP共済の《たすけあい》ジュニアコースは
子ども向け共済 契約数 No.1*

★『共済年鑑2025年版』より。
★各共済によって、子ども向け保障商品の加入年齢・満期年齢・保障内容等は異なります。《たすけあい》ジュニアコースは、加入年齢0歳～満19歳・満30歳満期の商品です。他の共済ではジュニアコースよりも加入年齢・満期年齢が低い商品があります。



専用応募フォームからの資料請求で
ままばれ特典をGET!

ままばれ特典①
資料請求された方
コースケハンドタオル
(いずれか1枚)と
ウェットティッシュ
をプレゼント!



ままばれ特典②
資料請求+《たすけあい》
にご加入された方
オリジナル
コースケボトル
をプレゼント!



※写真はイメージです。

※プレゼント内容は予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。

保障についてもっと知りたい
方は「まばれ見ました!」とお
気軽にお問い合わせください

《店頭で》
お近くのみやぎ生協の共済カウンターでお問い合わせください

《電話で》
右記、コープ共済センターへ

《ハガキで》

〒981-3194
宮城県仙台市泉区八乙女
4丁目2-2
みやぎ生活協同組合
共済統括推進部



契約引受団体/
日本コープ共済
生活協同組合連合会



【CO-OP共済ニュース】
(CO-OP共済に加入するには)

出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員にならがる必要があります。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。

CO-OP共済へのご加入、保障内容等の
お問い合わせはコープ共済センターへ

コープ共済センター

0120-50-9431

受付時間
9:00～18:00 月～土(祝日含む) ※年末年始は休業

みやぎ生協コープ共済 検索

ままばれ
宮城版

「ままばれ 宮城版」VOL.164
2025年7月1日 発行
■発行／株式会社 メディアハレット総合部 〒980-0021 仙台市青葉区中央4-9-15-406 tel.022-716-5012
■印刷／株式会社 ホクトコーポレーション ■広告のお申し込み・料金のお問い合わせは tel.022-716-3101



VEGETABLE OIL INK
植物由来の植物油インク
で、環境にやさしい。

ごみの燃焼炉は環境に配慮した炉です。

ごみの燃焼炉は環境に配慮した炉です。

ごみの燃焼炉は環境に配慮した炉です。

ごみの燃焼炉は環境に配慮した炉です。

ごみの燃焼炉は環境に配慮した炉です。

ひみつきち
かぐれがの上にで
きたひみつきち。
あそびつかれたと
きのお休み場所と
してもつかえるよ

木の室内創造あそび場
感性の森

自然を感じる、心を育む。

**リニューアル
OPEN**

新しい遊具が登場し、
さらにお子さまの感性が花開きます！

022-399-6511 (宮)10:00~18:00(最終入場17:00)
休不定休 ※詳細はホームページをご確認ください。

おおきなもっくん
天井まであるおおきな
もっくんをやさしく鳴ら
してみてね。この木は
どんな音がなるかな？

夏だ！遊ぼう！ 錦ヶ丘 ヒルサイドモールへ Go!

イベント
「いきもの」との
ふれあい（有料）

日時 土・日・祝日 (13:30~14:30)
最終受付 14:15
※入場料別途。
※時間は詳しくはHPをご覧ください。
※動物の体調や状況によっては飲食できない場合がございます。
※イベントは諸事情により中止または変更になる場合がございます。

ちょこっと解説Time
日時 毎日11:30~ 約10分間
※開催場所はいきものごとに異なるため
スタッフにおたずねください。

その他、えさやり体験など
開催（有料）※体調により中止になる場合あり。
※餌が無くなり次第終了。

R3.11月25日～有効期限R8.11月24日展示
指令第101036号 第一種動物取扱業責任者 菊池タ梨
運営・管理:鈴工ステート株式会社 商業マネジメント事業部

アクアテラスに
爬虫類の
新しい仲間が
増えました！

Thanks!
10th
Anniversary

AQUATERRACE NISHIKIGAOKA

丘の上の水族館「アクアテラス錦ヶ丘」がおかげさまで
オープン10周年を迎えました。熱帯魚から大型魚、爬虫類や
小動物まで、かわいい「いきもの」と出会える
体感型水族館にご家族みんなで遊びに行こう！

022-226-7970 (宮)金土日祝/10:00~19:00(最終入場18:00)
月～木/10:00~18:00(最終入場17:00) 休不定休 ※詳細はホームページをご確認ください。

ほやっこ
フォローしてね！
公式X

アクアテラス錦ヶ丘のイメージアイドル



錦ヶ丘ヒルサイドモール
(年中無休) 10:00~19:00
※営業時間は各店舗によって異なります。
TEL: 022-392-0585



LINE公式アカウント
友だち募集中！
LINE ID @549afics

