

沼津市・三島市・御殿場市・裾野市・長泉町・清水町・函南町エリア

地域の ママ、パパ を応援する情報誌

こどもと

12

月号

vol.51

「遊び場特集」

駿河平自然公園

SURUGADAIRA SHIZEN KOEN

長泉町



特集

おなぺこ部  
OMOCHA CAFE

子育て支援施設  
パルながいずみ

... TAKE FREE #0

codomoto | 2024・December

もくじ  
CONTENT

- 04 こどもとおでかけ  
長泉町 駿河平自然公園
- 05
- 06 おなべこ部  
長泉町 OMOCHA長泉店
- 07
- 10 習い事紹介
- 11 ぬりえ

- 12 子育てひろば
- 14 お子さま向けレシピ
- 15 イベント情報
- 16
- 17 こどもと写真館
- 19 プレゼント

PICK UP!! 子育てを応援する企業やお店からのお知らせ

codomoto

人気の  
こどもメガネ

いろんなメガネを  
ためしてみてね♪

HPでたくさんの  
メガネが  
見れるのじゃ!

メガネの三島 本町店  
TEL. 055-981-2638  
三島市本町 14-27 神戸ビル 1階

メガネのムラカミ 御殿場駅前店  
TEL. 0550-70-5388  
御殿場市新橋 2033

こどもとイベント  
EVENT



check!

子育て関連や、こどもと一緒にに行ける  
イベント情報をPick up!

こどもと遊び場  
ASOBIBA

check!



こどもと遊んで楽しめる施設  
公園情報をPick up!

おなべこ部  
GOURMET



check!

こども連れでも安心して行ける  
飲食店情報をPick up!

こどもとお店  
OMISE

check!



こども向けのサービスや、  
子育て関連のお店をPick up!

こどもとの  
WEBサイトを  
ご覧ください!



静岡県東部のイベントや  
遊び場、飲食店など、  
随時更新中!

検索してみてください!

情報誌 こどもと



スマホで読み込みは  
こちらから ↓↓↓



SURUGADAIRA SHIZEN KOEN

遊び場特集

# 駿河平自然公園



長さ 130 メートルの吊り橋や芝生広場、展望台、自然湧水を利用したせせらぎや池などが整備された広々とした公園です。桜の名所としても知られており、周辺にはクレマチスの丘やビュフェ美術館、井上文学館などがあり、四季を通して多くの人々が訪れます。

イラスト  
sabakan pero



詳細情報は  
こちらから←



### 遊具・設備

駐車場 / トイレ / 手・足洗い場 / ベンチ / 休憩所 / 吊り橋 / 芝生広場 / 遊歩道 / 展望台 / 池



地域の子育てを応援している企業さん、お店さんからのお知らせを募集しています！

**遊び・体験！  
学べる体験館**

富士川率座 体験館どんぶら

富士市岩淵 1488-1 富士川薬産内 施設情報は WEB へ →

**遊んで・学んで・癒されて**  
御殿場市の新しい形の公園施設

樹空の森

御殿場市印野 1380-15 / TEL.0550-80-3776  
9:00 ~ 17:00 (12月 ~ 2月は 16:00 まで)  
定休日: 火曜日 (祝日の場合、翌日休園)  
及び年末年始 ※7月20日 ~ 8月31日までは無休

子どもとお出かけする際に嬉しい情報など、ぜひお知らせください！

**距離感ゼロの  
体験が楽しめる  
アクティビティ動物園**

伊豆シャボテン動物公園

**アニ  
タッチ**

MARK IS 主催

伊豆シャボテン動物公園

かわいい  
アニマルを  
チェック!

**1 池**  
自然湧水が流れる先に池があり、池を見渡せるデッキもあります。川や池にはカニや鯉などがいて楽しめますよ！

**2 休憩所**  
吊り橋の中間地点や遊歩道の途中に、屋根付きの休憩所やベンチがあります。自然の中でお弁当を食べるのもいいですね！

**3 遊々橋 (吊り橋)**  
意外と高さもあり、ふわふわ揺られて楽しい吊り橋です。サイドに網が張られているので安心して渡れます。ルールを守って安全に利用しましょう。

ベルナルル・ビュフェ美術館  
ビュフェこども美術館  
カフェ&ショップ  
TREEHOUSE  
井上靖文学館  
屋外ステージ  
芝生広場  
展望台  
第1駐車場  
第6駐車場  
第5駐車場  
芝生広場  
第4駐車場  
第2駐車場  
第3駐車場  
彫刻  
ビュフェ美術館入口  
バス停留所

### 近隣の市、町の公園WEBページ

沼津市	三島市	裾野市	御殿場市	長泉町	清水町	函南町

こどもと行ける飲食店  
**おなぺこ部**



Onapeco-review

**2024** codomoto odekake

GOTENBA / SUSONO / MISHIMA / NUMAZU / NAGAIZUMI / SHIMIZU / KANNAMI

長泉町  
中土狩

イタリアン ビュッフェ レストラン  
**OMOCHA 長泉店** オモチャカフェ  
長泉町中土狩 539



※イラストはイメージです

いろいろなおいしい料理を詰め込んだ  
OMOCHA 箱のようなレストラン

こども連に大人気のビュッフェコーナーは、店内は、お子様連れに嬉しい座敷スタイルのサイコロハウスや、ママたちの集まりごとにもピッタリのラウンジなどのエリア分けがあり、様々なシーンに合わせて利用できます。



OMOCHAセット

codomozure - service  
【こども連れに嬉しいサービス】

サイコロハウス



遊び心のある小上がりの座敷席で、小さなお子様連れでも過ごしやすく、見た目も可愛い♪

こども連れ用のエリアなので、周りに気を遣わなくていい♪

もりのビュッフェ



釜焼きピザやサラダ、アイス、デザートなど、自分の好きなものを楽しみ盛り付けできます♪

自分で盛り付けできるので、お子様たちに大人気です♪

こども向けサービス



お子様用のメニューがあり、こども椅子、お箸、コップ、おむつ替えシートも完備！

詳しいメニューはHPを見てみてください。

店舗情報は  
こちらから

子育てサポート一覧

- ☑️ … 子育て優待カード対応
- 👶 … ベビーカー入店
- ☒ … 座敷席
- 👧 … キッズコーナー
- 🍴 … こども食器
- 🍼 … 授乳スペース
- 👶 … オムツ替えスペース
- 🍦 … こどもイス
- 🍽️ … キッズメニュー
- 👋 TAKE OUT … テイクアウト
- 💳 … クレジット決済
- 📱 … スマホ決済



他、こどもと行けるお店や、お得なクーポン情報は  
こどもと公式webサイトからチェック！



地域の子育てを応援している企業さん、お店さんからののお知らせです！ぜひ、SNSや

ホームページから、企業さん、お店さんの取り組みを知ってみてください！

ご家族で安心してお食事できる♪  
**お子様連れにもやさしいかつ政**

- ★座敷・こどもイス
- ★キッズメニュー
- ★ビンゴゲーム
- ★キッズ会員特典

詳しくはホームページをご覧ください！

お子さま連れもママ会もぜひ皆さんで  
**とろっもちっ**

柿田川湧水生パスタ  
ohdou cafe オードカフェ  
駿東郡清水町畑中 65-4

沼津の魚がし鮨  
新しい!! お持ち帰りネット予約が始まりました!  
クレジットカードで事前決済ができます!

アプリからのご注文で **ポイントが貯まる!!**  
アプリのダウンロードはこちらの2次元コードから▶▶▶  
アプリをお持ちでない方もこちらからご注文いただけます

子育てを応援する情報誌 **こどもと**  
**子育て応援 飲食店情報募集!**  
1年間連載

お問い合わせ、お申し込みはこちら / メールはこちら↓

050-3150-0067  
codomotonz@gmail.com



KATSU-MASA

Katsumasa

# Katsumasa Kids Menu



お子さまに大人気の車プレート♪

- ★キッズセット.....650円 (税込715円)
- ★キッズカレーセット...650円 (税込715円)
- ★わんぱくセット.....850円 (税込935円)

写真: はわんぱくセット (コース)

かつ政は、  
安心・安全にこだわった食材と料理や、  
お子さま連れに嬉しいサービスや設備が  
とても喜ばれているお店です♪

ママも嬉しい♪

かつ政のサービス

離乳食販売



小さいお子さま用の  
離乳食を販売しています♪

座敷、こども椅子



小さいお子さまでも安心して  
座敷席やこども椅子があります♪

ビンゴゲーム



ビンゴはキッズメニュー  
すべてにつきます♪

家族みなさまに  
お楽しみください♪

写真: キッズセット



Pick up

Katsumasa Kids Member's

キッズ会員特典 【入会、年会費】無料 【対象】小学6年3月まで有効

特典1 フライドポテトサービス!



特典2 お誕生日にキッズメニュー半額!



※ 公式キッズLINE にかわりました。現在会員の方もQRコードから再度登録をお願いします。→

【原店】  
055-967-8300  
沼津市原町中 2-13-11  
平日 11:00 ~ LO14:30  
16:30 ~ LO21:00  
土日祝 11:00 ~ LO21:00  
年中無休 (1/1 休み) Pあり



原店の詳細はこちら↓



【函南店】  
055-970-1700  
田方郡函南町仁田 74-1  
11:00 ~ LO14:30  
16:30 ~ LO20:30  
年中無休 (1/1 休み)  
Pあり



函南店の詳細はこちら↓



PICK UP!! 子育てを応援する企業やお店からのお知らせ

codomoto



ohdou cafe

Simizu chou  
Kakitagawa yusui

旬の食材を  
もっちり生パスタで♪

インスタ・web



営業日、時間、新メニュー試食会等の詳細はインスタへ

お子さま連れに嬉しい  
サービスもあるのだ!



こどもイス・個室あり



お子さまメニュー



おむつ替えスペース



柿田川湧水生パスタ

ohdou cafe  
オーダーカフェ



駿東郡清水町畑中 65-4

食の力で未来をひらく。  
タカラ・エムシー

本社/静岡市駿河区小鹿 3-1-58  
Tel. 054-654-5000

フードマーケット ママ  
Mama  
FOOD MARKET

☆タカラ・エムシー公式SNS☆

Instagram

Twitter



TMCTMCINSTA



楽天ポイントが使える!貯まる!

さらに お得な特典盛りだくさん!

# ママアプリ 会員募集中!

ママアプリの  
ダウンロードは  
こちらから▶

※対応 OS (2022年7月現在)  
・iPhone : iOS14.0 以上  
・Android : Android 8.0 以上



codomoto school



# 習い事 紹介

子どもたちは個性あふれる可能性の塊です！  
まずは問い合わせや体験、見学を通して、  
子どもたちの「好き」を発見し、  
可能性を伸ばしましょう！



まずは  
体験や見学を  
してみよう！

御殿場市・裾野市・三島市・沼津市・  
長泉町・清水町・函南町 エリア

表記価格はすべて税込です

タンザワ楽器店 ピアノ教室

## 裾野ミュージックセンター

1-18

裾野市



1. マンツーマンの楽しく丁寧なレッスン♪ 2. 三島裾野線沿いで駐車場完備 3. お友達と楽しめるグループレッスンもあります♪

### 「弾く楽しさ」を実感しながら音楽力UP♪

ヤマハ音楽教室や、エレクトーンの個人レッスンなどお子様から大人の方まで幅広いレッスン♪

【Pick up】

1～3歳の親子のためのコース  
ドレミちゃんど ちゅーぷるクラス  
ドレミちゃんど ぷるぷるクラス  
※ドレミちゃんどはグループレッスンです  
小学生からはじめるコース  
ジュニアスクール ピアノコース  
ジュニアスクール エレクトーンコース

無料体験・見学OK!

☎ 055-993-0808

📍 裾野市平松 581-1  
🕒 開講内容・日時はHPへあり  
📞 あり  
【運営：タンザワ楽器店】

無料体験  
見学申込は  
こちさ!



ピアノ、リトミック、管楽器等

## フレンドミュージック音の教室

0-大人

清水町  
三島市



みんなが楽しくアットホームな  
レッスンを心がけています！  
リトミック指導講師  
島影加奈先生

リトミック以外にもピアノ、箏、管楽器など成長に合わせてコースを選べます♪

### 一人一人の成長を見守る 少人数グループレッスン

清水町のお試しリトミックは参加回数に応じて4月からの定期レッスンにお得に入会できます！

【Pick up】

【三島教室 月曜日 11時クラス】  
リトミック体験会 11:00～(要予約)  
● 12/9 (月) ● 12/16 (月)  
● 1/20 (月) ● 1/27 (月)

【清水町教室】  
お試しリトミック 9:30～(要予約)  
● 12/20 (金) ● 1/24 (金)

☎ 055-900-1842 受付時間 9:00-21:00

📍 【清水町教室】  
清水町久米田 124-26  
📍 【三島教室】  
三島市加茂川町 22-8

HP・SNS  
YouTube  
はこちら



タンザワ楽器店 ピアノ教室

## 御殿場センター

1-18

御殿場



1. マンツーマンの楽しく丁寧なレッスン♪ 2. じゅうたんの部屋は小さなお子様も安心 3. お友達と楽しめるグループレッスンも♪

### 「弾く楽しさ」を実感しながら音楽力UP♪

おこさまコースは、聴く・うたう・リズム奏などの基礎から♪大人も初心者から楽しく♪

【Pick up】

1～3歳の親子のためのコース  
ドレミちゃんど ちゅーぷるクラス  
ドレミちゃんど ぷるぷるクラス  
小学生からはじめるコース  
ジュニアスクール ピアノコース  
ジュニアスクール エレクトーンコース

無料体験・見学OK!

☎ 0550-82-6760

📍 御殿場市二枚橋 239  
二枚橋プラザ 2F  
🕒 開講内容・日時はHPへあり  
📞 あり  
【運営：タンザワ楽器店】

無料体験  
見学申込は  
こちさ!



# Merry Christmas



さい

なまえ

# 子育てひろば

KOSODATE-HIROBA

「こどもと」読者さんの子育てのいろいろな悩みや疑問について、妊娠から子育てに関わるママ助産師さんがアドバイス♪

## Q. 産後うつ病の対策

産後うつ病と言うか、産後に精神的に不安定な状態には全員がなるかとは思っています。その期間に差があり、多くの方はその状態が1週間以上は続きません。1週間以上続く場合は、自力での回復は難しいと思いますので、第三者の手助けが必要だと考えています。うつ状態を防ぐ対策はないと思っていますが、皆がなるものだと思って、抗わず受け入れる事、そして、周りもそのような見守りに協力する。自力で回復するための対策としては、妊娠中からの準備です。妊娠中に元気で過ごせる体づくりがスムーズな出産へとつながり、スムーズな出産はダメージの少ない体で産後の育児をスタートさせる事ができます。産後は自分の体のダメージをゆっくり回復

## Q. 兄弟喧嘩が絶えません…

歳が近いと、兄弟喧嘩が絶えないかもしれませんね。「お兄ちゃん、これやってあげて!」「お兄ちゃんにやってもらって」「お兄ちゃん、弟ちゃんにも分けてね」「お兄ちゃんに分けてもらってね」実は、これ、兄弟喧嘩を減らす魔法の言葉です。兄弟喧嘩の根本的な原因は兄弟間での上下関係の崩れがあると思います。この上下関係とは、兄は弟に「してあげる」、弟は兄を「リスペクト」するということです。この魔法の言葉は、親が兄を頼りにし、信頼しているからその言葉です。兄は親に頼りにされ、信頼されたことで、自己肯定感があがります。弟は自分が一番信頼している親が頼りにする兄だから、当然、弟も兄を信頼する=リスペクトするようになります。「お兄ちゃんだから我慢して!」とか「お兄ちゃんだからかしてあげて」など、あるあるですが、これは親が弟を優先している言葉です。これが繰り返されると、兄はなんでも優先されている弟のことを、どんどん憎たらしく思え

～育児はお腹の中からはじめよう～  
ママ助産師の妊婦整体 38mw from 三島市  
診療時間 / 9:00 ~ 18:00 休診日 / 土曜・日曜・祝日  
【完全予約制】※上記以外の日時はご相談ください。



ママさんたちの身体と心をつなげたかったよ

マミーケアルーム 38mw

助産師・看護師 ただかずこ

「もっと早く会いたかった!」の声多数の助産師。静岡県三島市で、母乳ケア、婚活・産前産後の骨盤ケア、育児相談のための助産院「マミーケアルーム 38mw」主宰。月 80~90 組の母が通う。楽しくトラブル解決!

こどもと読者さん 40代 こどもいない

させる時間はなく、容赦なく育児をしなければならず、回復するどころか、寝不足や疲労が溜まる一方です。そんな状態で、精神を正常に保てるはずがありません。そして、妊娠中から育児に対する正しい知識をしっかりと持つこと。私の助産院では、妊娠中、出産、育児に関する持つべき知識と知恵を妊娠中からしっかり伝えていきます。それが産後の育児という、ある種の戦場のような場で、ママと赤ちゃんを守ってくれていると考えます。産院の母親学級もとても良いのですが、それだけでは不十分です。ぜひ、産後の備えとして、妊娠中からかかりつけの助産師を作っておくことをお勧めいたします。

こどもと読者さん 20代 こども4歳、5歳

てきて、弟に「してあげる」どころか意地悪をします。弟は兄への「リスペクト」どころか、自分が兄より優先されるべき人間と思ひ、わがままにもなり、全く兄弟が仲良くなれません。兄の立場からいうと、元々独り占めしてた親を、突然ライバルが現れたので、弟が生まれた時から面白くない。なのに、なんでも優先されたら、ますます弟が嫌いになります。だからこそ、言葉が通じない年齢でも、なんでも順番は兄を先にすることを心掛け、弟のことを先にする時は、待ってくれた兄に必ず「お兄ちゃんが待っててくれたおかげで、弟ちゃんにおっぱいあげられて、ママ助かったよ」と【ママはあなたを頼りにしているよ】ということを伝えてください。お兄ちゃんは自己肯定感が上がり、大好きなママのために弟に「してあげる」と言う優しい気持ちが生まれてくると思います。

kosodate-hiroba

＼育児に伴走する母子サポート／  
訪問看護ステーション おんぶ  
ご家庭に訪問して、家事やお子さんの相手、悩み相談、話し相手など、行き詰まったママさんをサポート!

乳幼児期 学童期 思春期など、全ての時期にご利用可能!

助成を利用し 自己負担 0円 ※スタッフ交通費のみ

企業主導型保育施設 託児所 ハビネスランド

ハビネスランドのみんなの日常をのぞいてみよう♪

QRコード

公式Instagram

入園空き状況もcheckです!

### 園児募集

#### 7つのポイント

- ポイント1 自園調理 有機野菜を使った、美味しい給食
- ポイント2 除菌性の高い消毒剤を使用した、徹底ウイルス対策
- ポイント3 利用頻度に合わせて、料金プラン
- ポイント4 アットホームで安心できる保育環境
- ポイント5 保護者との密なコミュニケーション
- ポイント6 心身の基本となる食育
- ポイント7 季節ごとのおたのしみイベント

生後6ヶ月からのお子様を預かりする託児所です。定員の空き状況によっては一時預かり保育を利用することができます。

TEL. 055-943-5275

開園時間 7:30 ~ 18:30

清水町長浜181-1

入園受付時期 定員に空きがあれば随時受付します。

利用条件 保護者様が社会保険に加入できる会社にお勤め(パート含む)していること。

職員募集 早朝~短時間のみ、午後~夕方のみや、土日勤務できる方を募集しています。保育士資格必須、正社員大歓迎です。お気軽にご連絡ください。

## もっと便利に! もっとお得に! お買い物♪

使い方もカンタン♪ 特典も盛りだくさん!

### アカチャンホンポのポイントカードはスマホアプリで!

詳しい情報・登録はこちらから↓

セブンマイルも貯まる♪

限定クーポンをお届け♪

お役立ち 出産・育児情報配信♪

店内サービスカウンターで 出産予定日をご登録いただくとステキな特典プレゼント!

※タイプは選べない場合があります。

※写真はイメージです。

あ アカチャンホンポ

ららぽーと沼津店 沼津市東椎路 宇東葉301-3 ららぽーと沼津3F TEL.055-929-0092

三島イトーヨーカドー店 三島市中田町9-30 イトーヨーカドー三島店3F TEL.055-991-2871

クリエイトSD栄養士さんが考案!

レシピ作成 | クリエイトSD栄養士

# お子さま向け レシピ

【らくらくカンタンおいしいレシピ】



クリエイトSD栄養士さんが考案した、栄養満点レシピをご紹介します!  
「明治ステップらくらくキューブ」を使い、栄養価をアップさせたり、お子さまと一緒に楽しく料理して、楽しく食べましょう!

1~3歳のためのオリジナル ステップレシピ

他にもたくさんのらくらくレシピがあります!



## かぼちゃの プチロール

- 1 | かぼちゃは種を取って小さめに切りラップで包み、柔らかくなるまで加熱する。
- 2 | ラップをはずし皮を取り、スプーンでつぶす。
- 3 | ②に湯で溶いたステップキューブと砂糖を加えてよく混ぜあわせる。
- 4 | サンドイッチ用食パンに③を薄く広げながら塗る。
- 5 | ラップの上に乗せて端から少しきつめに巻き、ラップの両端をひねる。
- 6 | 食べやすい大きさに切って完成。

材料	かぼちゃ 50g	砂糖 1g
	ステップキューブ 1個	食パン 1枚
	お湯 小さじ1	※サンドイッチ用薄切り耳なし食パン

### レシピポイント

レンジで簡単に調理でき、冷凍保存も可能なレシピです。かぼちゃをさつまいもなどに変えても美味しいです。



## お麩入り ミートボール

- 1 | 豆腐は水切りし、ステップキューブは少量のだし汁(分量外)で溶かしておく。
- 2 | ほうれん草は塩茹でした後にきざみ、玉ねぎはみじん切りにして電子レンジで1分加熱する。
- 3 | ボウルに鶏ひき肉、すりおろしたお麩、①、②を加えて混ぜ、味噌を加えてさらに混ぜる。
- 4 | 鍋に水を入れて沸騰させ、③をスプーンですくい、形を整えながら鍋に落とし入れる。
- 5 | 中まで火が通ったら取り出し、キッチンペーパーで水気を切ったら完成!

材料	鶏ひき肉 15g	たまねぎ 15g
	木綿豆腐 30g	お麩 2個
	ほうれん草 1/2株	味噌 小さじ1/2
		ステップキューブ 1個

### レシピポイント

お麩・豆腐を入れることで鶏肉のバサつきが出ないようにしたレシピです。

※イベントの詳細情報はそれぞれ2次元コードよりご確認ください

# 子どもと行ける イベント情報

Event information

静岡県東部を中心とした地域で開催される親子で参加できるイベントを Pick up!

他イベント情報も

子どもwebページへ



12月15日(日) 10:00~15:00

御殿場市



## つむぎdeマルシェ

色々なワークショップや体験が楽しめる冬のホットなイベント開催♪大好評のペン大会は12時間開催です!詳しくはインスタへ

会場: つむぎ整骨院

【子ども編集部】もおもちゃ交換会に参加

詳しくはインスタへ



12月14日(土) 17:00~18:00

御殿場市



## プロが教える! スマホ写真講座 in時の栞イルミ

子どもとxスタイリングルーム Onのコラボイベント!スマホで上手に写真を撮るコツを、プロカメラマンがレクチャー!しかもその場でプロカメラマンが1枚無料で撮影してくれます!申し込みはインスタメッセージで!

会場: 御殿場 時の栞

詳しくはインスタへ



12月15日(日) 10:00~15:00

御殿場市



## OHANA空間vol.42 能登半島地震復興チャリティーイベント

かわいいパーティゼイズを使って、オリジナルのスノードームやキーホルダーと一緒に作りましょう!詳しくはインスタへ!

会場: 御殿場市民交流センターふじざくら

詳しくはインスタへ



地域の子育てを応援している企業さん、お店さんからののお知らせです!ぜひ、SNSや

「お買い物をもっと便利に!」

ココがいい!

お手持ちのスマホがポイントカードに!

たまったポイントの確認や、おさいふHippo(ヒッポ)残高も確認できる!

ココがいい!

チャージからお支払いまでこれひとつ!

1,000円チャージ毎にボーナスポイントがもらえる!

お会計時 残高 100円毎に1ポイント!

おさいふHippo

処方せんお支払いに おさいふHippo 払いが使えます!

その他

- QRコード決済
- 電子マネー決済
- クレジットカード決済
- などご使用いただけます

※クリエイトエス・ディー各店舗で利用できます。 ※クレジット機能はありません。

お問い合わせ窓口 ☎ 0120-503-659

受付時間 10:00~17:00 (土日祝 年末年始を除く)

アプリダウンロードはこちらから (iPhone・Android 共通)

ホームページから、企業さん、お店さんの取り組みを知ってみてください!

エネリア

親子向け 体験プログラム 実施中!

料理講座やセミナーなど 楽しい講座が盛りだくさん!

会場 静岡ガス エネリアショールーム柿田川(サントムーン柿田川内)

Webで Check!

妊婦さん、産後ママさんのからだを守る

あなまの! お野菜・サンドイッチ 無料お届け支援

活動支援企業様 募集!

事業の詳細や他取り組みをご覧ください



読者さんからとっても素敵なお写真をお送りいただきました！



〓 ともと編集部撮影写真も載せてます！ 〓

codomoto Dokusho Tokou shashin

ママ・パパ フォトスポット

# こどもと写真館

codomoto shashinkan



素敵な写真が撮れますよ！

全12回

スタイリングルームOn.  
店長・カメラマン 大田 宏樹



## プロが教える！ スマホでいい写真を撮るコツ

大好きなお子さんの写真って、それだけで宝物ですよね！  
そんなステキなお子さんの写真をスマホで撮る時に応用  
できる簡単なコツを、プロカメラマンがお教えします！

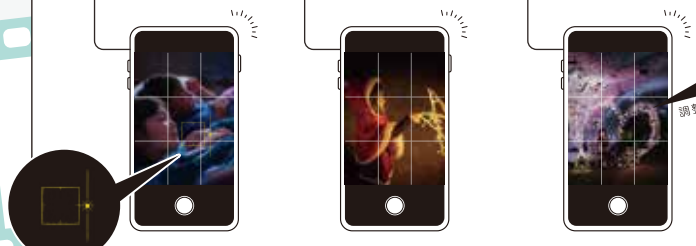
参加費  
無料！

### 第8回 暗い時に撮るコツ

今回は【暗い時の撮影】のコツをご紹介します！子ども達は明るくても暗くても全く関係なく、とってもいい表情やポーズをとってきくれますよ！そんな時にできる対処や、暗いからその光の演出を味方につけて、可愛い思い出を残しましょう！

Let's Try!

- 1 明るさ調節をしてみよう
- 2 明るいところを見つけよう
- 3 撮った後に劇的変化！



画面をタップすると【四角と太陽のマーク】が出てきます。その太陽のところを触りながら上下して明るさを調整しましょう！

暗いところでも、灯りがあるところや、少し明るいスポットを見つけ、写真を撮ると、素敵な雰囲気の写真が撮れたりしますよ！

光が足りない時の写真は、撮った後の調整で、とっても素敵な写真にすることができますよ！詳しくは是非講座にご参加を！

### プロが教える！ スマホ写真講座 スマホでいい写真を撮るコツ 第8回【暗い時に撮るコツ】



12月14日(土)  
17:00-18:00  
御殿場市 時之栖 にて

定員 10 組様

講座詳細・お申し込みはこちらから→



スタイリングルームOn. インスタ・こどもキンスタ

地域の子育てを応援している企業さん、お店さんからののお知らせです！ぜひ、SNSや

ホームページから、企業さん、お店さんの取り組みを知ってみてください！

STYLING ROOM On

HP、インスタはこちら

キッズ&ベビー&ペット専門のプライベート空間のフォトスタジオ  
スタイリングルームOn. 三島市本町 11-6 TEL.055-991-0911

子育てを応援する情報誌 こどもと

## こどもと写真館 記事下広告募集

1年間連載

お問い合わせ、お申し込みはこちら / メールはこちら

こどもと編集部 050-3150-0067  
codomotonz@gmail.com

子育てを応援する情報誌 こどもと

## こどもと写真館 記事下広告募集

1年間連載

お問い合わせ、お申し込みはこちら / メールはこちら

こどもと編集部 050-3150-0067  
codomotonz@gmail.com

子育てを応援する情報誌 こどもと

## こどもと写真館 記事下広告募集

1年間連載

お問い合わせ、お申し込みはこちら / メールはこちら

こどもと編集部 050-3150-0067  
codomotonz@gmail.com



本紙をお持ちの上  
「753撮影」で  
キャビネプリント  
1枚プレゼント!

# 753 CAMPAIGN

12月13日まで

特典1 期間中に撮影すると撮影料がお得!

平日 **¥3,300** 土日祝 **¥5,500** + 1着無料  
洋装へのお着替え ヘアメイク付き

特典2 秋の外出レンタル代がお得!

平日 **¥5,500** 土日祝 **¥8,800**  
【通常¥22,000】 【通常¥22,000】  
 ブランド着物 **¥22,000** 正絹着物 **¥33,000**  
【通常¥33,000】 【通常¥55,000】

※足袋とヘアセット代は別途必要となります

特典3 パパママセットお着物撮影プラン

平日 **¥7,700** 土日祝 **¥13,200**  
【通常¥14,800】 【通常¥15,400】



※ママのヘアセット代は別途¥5,500必要となります ※表示価格はすべて税込です

大田呉服店グループ

スタイリングルームOn.

【店舗】三島市本町11-6【定休日】火・水曜日

【営業時間】平日10:00~18:00/土日祝9:00~19:00

お問合せ&ご来店予約は  
お電話またはLINEにて

055-991-0911

@on.753



codomoto questionnaire present

## 読者さん アンケート

PRESENT

アンケートに答えて  
プレゼント抽選にチャレンジ!



応募  
締切

12  
月  
31  
日

応募  
方法

二次元コードを読み込み  
アンケートにお答えください



当選者の発表は、賞品の発送を  
もってかえさせていただきます



子育て支援情報誌「こどもと」配架場所

毎月、末日近辺より配架されていきます。

沼津市・三島市・長泉町・清水町・函南町・裾野市・御殿場市 一部保育園・幼稚園・認定こども園145カ所・  
一部子育て支援施設 / 沼津市役所 / 三島市役所 / 裾野市役所 / 御殿場市役所 / 長泉町役場 / 清水町役場 / 函南町役場 / 本誌掲載店 /  
アカチャンホンポ【ららぽーと沼津店】【三島イトーヨーカドー店】 / タンザワ楽器店 (15店) / 三島スカイウォーク 他

クリエイト S・D 御殿場新橋店  
クリエイト S・D 御殿場萩原店  
クリエイト S・D 御殿場水原店  
クリエイト S・D 御殿場中山店  
クリエイト S・D 御殿場神山店  
クリエイト S・D 裾野滝頭店  
クリエイト S・D 裾野ニッ屋店  
クリエイト S・D 裾野茶畑店  
クリエイト S・D 裾野千福店  
クリエイト S・D 沼津東権路店  
クリエイト S・D 沼津原店

クリエイト S・D 沼津松永店  
クリエイト S・D 沼津岡宮店  
クリエイト S・D 沼津三園町店  
クリエイト S・D 沼津北高島店  
クリエイト S・D 沼津大岡店  
クリエイト S・D 沼津間門店  
クリエイト S・D 沼津新沢田店  
クリエイト S・D 沼津東熊堂店  
クリエイト S・D 沼津大諏訪店  
クリエイト S・D 沼津下香貫店  
クリエイト S・D 三島萩店

クリエイト S・D 三島東本町店  
クリエイト S・D 三島文教町店  
クリエイト S・D 三島梅名店  
クリエイト S・D 三島南町店  
クリエイト S・D 三島長伏店  
クリエイト S・D 長泉中土狩店  
クリエイト S・D 長泉東中土狩店  
クリエイト S・D 長泉下長窪店  
クリエイト S・D 長泉下土狩店  
クリエイト S・D 長泉竹原店

クリエイト S・D 清水町伏見店  
クリエイト S・D 清水町長沢店  
クリエイト S・D 清水町穂倉店  
クリエイト S・D 函南仁田店  
クリエイト S・D 函南南仁田店  
クリエイト S・D 伊豆修善寺店  
フードマーケット マム 沼津町柿田川店  
フードマーケット マム 沼津桃里店  
フレッシュマム 御殿場水原店  
フレッシュマム 御殿場中山店

1 アニタッチ MARK IS 静岡  
ペアチケット (大人2枚)

1名様



※アニタッチ全店舗で  
使用することができます。

アニタッチ MARK IS 静岡  
動物のふれあい体験・おやつあげ体験・  
撮影会など、多様な動物たちの生息を  
学びながらふれあえる施設です



2 かつ政【原店】【函南店】  
共通お食事券500円分

3名様



※お食事・テイクアウトに  
ご利用いただけます。  
※かつ政【原店】【函南店】  
にて使用できるお食事券

かつ政【原店】【函南店】  
産数産、こども持ち、離乳食販売、キッ  
ズメニュー、ピンゴ等、お子さま連れ  
に嬉しいサービスがあります



3 パンの詰め合わせ  
プチセット

3名様



※詰め合わせ内容は  
日によって変わります。

御殿場ベーカリー ピケット  
御殿場という土地ならではの高原野菜や  
富士山の深岩灰で焼き上げるパンが人気  
のお店。市内でカフェも営業しています



4 ピッコロ特製クワッサン  
「ピッコロ」5個セット

3名様



※プレゼント受け取りの際は、  
店舗へ事前の連絡が必要です。

カー&カフェ ピッコロ  
by アウトスペック

可愛いクマ屋さんに、お子さま連れ  
歓迎のカフェがあり、イートインもテ  
イクアウトも気軽に利用できます



発行 2024年11月末 制作 デザインあお 子育て支援情報誌「こどもと」編集部

お問い合わせ・広告お申し込み TEL.050-3150-8825 メール info@codomoto67.com

# こども交流センター パルながいずみ



利用対象  
0歳～18歳の  
こどもと  
その保護者

子育て支援センターと児童館の機能をもつ施設で、一時保育や育児相談など様々な子育て支援を行っています。年齢や、遊びによってエリア分けされており、安心して遊べます♪親子で体を動かしたい、お気に入りのおもちゃでじっくり遊びたい、赤ちゃんとゆったり過ごしたい方等、気軽に覗きに行ってみましょう♪

## 設備や 取り組み

### パルタイム



平日 10:30 と 14:30 に、制作やふれあい遊び、読み聞かせの時間があります♪

### 一時保育



生後6か月から未就学児まで、利用できます。

※長泉町公式LINEで児童登録後、3日前までに予約。

### 小・中学生

### わくわくルーム



小学生以上が利用でき、ボードゲームなどが楽しめる部屋です。

公式  
Instagram



長泉町中土狩 539 フレスポ長泉A棟2階 TEL.055-988-1086 【開所時間】9:00～16:45  
【休所日】第1火曜日（祝日の場合は第2火曜日）・年末年始（12/28～1/4）※12:00～13:00はプレイホールの利用はできません。

## 遊べる！交流できる！相談できる！

## 地域の子育て支援施設

各市町には、子育てを支援する施設がいくつもあります。同世代のこどもと遊ぶ機会になったり、親同士やスタッフへ子育ての相談等もできる交流の場にもなります。



沼津市



三島市



長泉町



御殿場市



裾野市



清水町



函南町

