

TAKE FREE

子育て応援!!

# まみたん 5月号

0~6歳児ママ・パパのための子育て情報誌

2026年4月3日発行

京阪版

会員限定Present

株式会社日本香堂  
かたりべ 果物2種セット  
3名様



...and more!  
詳細は中面へ

巻頭企画

最高の思い出づくり!  
家族で  
楽しむGW



Happy & Smile

「まみたん表紙写真」

大募集!!



表紙に  
登場!



ご応募はこちらから

\*応募はまみたんLINE会員さま限定

集中力の育み方/5月生まれ集まれ!

and more



関西ばどグループと大阪府は包括連携協定を結んでいます。

ばど × 大阪府

まみたん



<https://mamitan.net>

編集・発行：株式会社関西ばど



2025年春に  
大幅リニューアルしておよそ1年！  
とどまることを知らない進化を  
続ける『イオンモール大日』の  
親子利用に嬉しいポイントを  
レポートしました！

# イオンモール大日 Check out! リニューアルポイント!



美波ママ  
廉人くん(8歳)  
輝人くん(5歳)

イオン棟  
3F

スターバックス ヨーヒー  
イオンモール大日3階 SHIBANIWA店



Kanduの外に広がるこどもの遊び場「SHIBANIWA」横の、スペシャルなスターバックス。スタバといえば、ちょっとオトナのカフェのイメージがあるけど、こちらは子どもからおじいちゃん、おばあちゃんまで楽しめます！



お子さま専用メニュー  
キッズ チョコレート フラベチーノ®  
(店内価格: 460円)  
「コンディメントバー」でママと子どもが一緒にカスタマイズを楽しめます！

中川店長 \ オススメPoint! /

キッズ フラベチーノ® はクリーミーでまるやかなミルククリーム、果肉感のあるフルーティーなストロベリー、そしてチョコチップの食感が楽しいチョコレートの3種類！お子さまでも持ちやすい取っ手付き樹脂製グラスでご提供しています！



引越マスターに  
チャレンジ!



お家で食器を詰める  
大切な食器を丁寧に詰める作業は、今後の良い体験になりそう！



トラックで荷物を運ぶ  
トラックで運んで運出し！ブースを飛び出して館内を回るよ



トラックの荷台に積み  
上手に積み込めるかな？



お給料(カッチン)を頂きます！  
お仕事終了後、カンドゥー内でお買物できる、お給料(カッチン)がもらえます！

仕事体験テーマパーク

イオン棟  
3F

## Kandu(カンドゥー) 西日本初登場!

『カンドゥー』施設内では、モデルやカメラマン、引越しやさん、すし職人、消防士など、子どもたちが憧れる約30種類の仕事体験ができます！すべてスマホで予約できるから、効率よく体験できます♪

松村さんから \ 初心者ママへアドバイス!

△時間管理に注意! 保護者の方がお客さま役になる体験もたくさんあります。その場合お子さんが複数だと、もし別々の体験を同時予約してしまうと、お兄ちゃんだけお客さまがいない! となってしまいます。できれば同じ体験を同時予約し、効率よく回ることをおすすめします!



★モバ充必須!

スマホで予約をすることや、お子さまの写真・動画を撮る場面もあります。ぜひお持ちください!

詳しくはQRをチェック!



混雑時間 予約制なのでなし

ママのアフターレポート



カンドゥーの仕事体験に子どもたちは大満足! 目の前のスターバックスでのんびりしたり、フードホールでグルメを堪能したり、私も楽し過ごせました!

太陽のトマト麺withチーズ

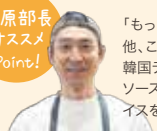
あの『太陽のトマト麺』の新ブランドが西日本で初出店! たっぶりのチーズがかかったトマト麺は、美味しいうえに健康的! 追いチーズは、クリームチーズやチェダーチーズ、ミルクで濃厚なラクレットチーズなどからチョイス。食べ応えも満点です!

混雑時間 土日祝 11:30~14:00



太陽のチーズ  
ラーメン(1,000円)

吉原部長  
オススメ  
Point!



「もっと楽しく美味しく」がテーマの当店では、チーズトマト麺の他、ここだけで食べられる美トマト麺も。発酵野菜たっぷりの韓国テイストで美活にぴったり。また、韓国ヨーグルトアイスは、ソースやフルーツもカスタマイズでき、自分だけのヨーグルトアイスを作るので、お子さんにもオススメですよ!

FOOD  
HALL

170席を備えた  
1F・FOOD HALLの  
新顔も要CHECK!!

イオン棟1F

UNIドーナツ



カスタード  
ホイップ(400円)

なめらかでリッチなカスタードホイップ & カスタードクリームが贅沢に詰まった定番人気ドーナツ

口の中でふわっととろける生ドーナツ! コロンとしたこの見た目も楽しい♪ この生食感の秘密は、生地にカボチャが使われているからなんですって。自然でやさしい甘さも推しPoint!

混雑時間 14:00~のティータム

山本店長  
オススメ  
Point!



このもちもち食感、ぜひ一度食べてほしい! FOOD HALLでちょっと一息...もオススメです! まるいドーナツがボックスに詰まった姿もかわいい! と、テイクアウトも人気です。また、季節ごとの限定メニューは、新しい味に会えるチャンス! ぜひ定期的に覗いてみてくださいね!

もちもちした食感がたまらん!



Staff Comment 篠木さん



おかげさまでリニューアル1周年を迎えました。この1年、多くの笑顔に出会えたことに感謝の気持ちでいっぱいです。新しくなったお店や空間をこれからもお楽しみください。感謝のイベントも開催中です!

AEON STYLE

AEON MALL

大阪モノレール  
Osaka Metro谷町線 「大日駅」から降りてすぐ!

守口市大日東町1-18  
Tel.06-4252-3500



営業時間 イオンスタイル大日▶9時~23時(食品売場は7時~) イオンモール専門店街▶10時~21時 レストラン街▶11時~22時 フードコート▶10時~21時

最新情報はコチラからチェック!

カーポート・ベランダ屋根・門扉・ウッドデッキ・サンルーム・宅配ポストなど



# リフォーム&エクステリアは エクタマハウスにお任せ!!

何でもご相談  
して下さい!!

キーン直だから  
できるこの価格!!

安心施工、安心価格でより良い住まいに大変身♪

## 大特價キャンペーン!!

### カーポート

デザイン・価格豊富!  
車の劣化を防ぎ、美しさを保ちます♪



エフルージュラン 5124  
定価¥243,700~

### バルコニー屋根

戸建てでは必須ですね。  
雨や日差しから守る主婦の味方!!



ソラリア R型 2間×4尺  
定価¥154,200~

### 窓ガラス交換

危ないので今すぐお電話を!



一般ガラス  
800×800

¥6,000~



これまでの常識を覆す自然災害  
が増えていきます。

## 窓は大丈夫?

シャッターや雨戸を付けて守る! リフォーム

飛来物から窓と家族を守るために!

YKK AP の マドリモ



雨戸を付ける

ガラスが割れると危険がいっぱい!



### 貫通・飛散しにくいガラスに変えて、安心確保!

#### 戸建編 防犯合わせガラス YKK AP

ガラスの間に弾力性のあるフィルムを挟み込んだ、防犯用に作られたガラスなので、台風時も飛散しにくく安心。

●ハンマーによる破壊実験



室内ガラスと室外ガラス間に特殊フィルム

#### 戸建&マンション編 内窓の設置 YKK AP

防犯合わせガラス入りの内窓を、今ある窓に内側に付けることで、ガラス割れによる室内への飛散対策ができます!



内窓「ブラマード」があると、冬暖かく、夏涼しい。静かで防犯対策も◎

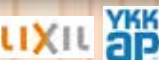
因 マドリモ 内窓ブラマードU

窓の内側はマンション共用部ではないので、簡単にリフォーム可能です!



1窓たったの  
60分

EXTAMA 株式会社エクタマ



●お気軽にお問い合わせください

0120-154-151

ホームページより詳細、施工例等ご覧頂けます!

エクタマ 検索 extama.com



- (株)LIXIL リフォームネット登録店
- (株)LIXIL エクステリアマイスター
- (株)LIXIL マドリモマイスター
- YKK AP (株) マドリモショップ
- Panasonic (株) 特約代理店

無料見積り・ご相談

だけでも大歓迎!!

価格にも絶対の自信アリ!!

# パン & スイーツ Festa

4.25 ± 26 日  
10:00 ~ 16:00



会場 **ベアーズ1F 特設会場**  
門真市向島町3番35号(イオン大日スク)

WEBSITE

インスタグラム



地元で人気の店舗が集結!  
自慢の商品を販売します

2店舗以上ご購入のお客様には  
サイコロ投げてお菓子をGET! もあるヨ!



8bagels.



パティスリージャマン



高級食パン専門店 きく松



天然酵母の蒸しばん屋  
イロハ



タムタム  
パームクーヘンファクトリー



SOLARAIN  
ソーラレイン



アンシャンテ  
プーランジェリー  
アンシャンテ



あっぷるる



手造りのお菓子 お喜奈



虎屋



Arche(アルシェ)



TSUMIKI COFFEE



お珈琲屋 凧



aomugi 菓子店



PANDARosso



pan de シャンボール

# まみたん Contents



イラスト：にがおえいかく

2026年4月3日発行  
 発行：株式会社関西ぼど FM営業部  
 〒572-0048 寝屋川市大利町10-10 小林ビル1F  
 配布：京田辺市、八幡市、枚方市、交野市、  
 エリア 寝屋川市、四條畷市、門真市、守口市  
 誌面に関するお問い合わせ：072-827-0810  
 ※本誌掲載の写真、イラスト、記事の無断転載を禁じます。

## 「まみたん表紙写真」大募集!!

情報誌まみたんの表紙を飾ってませんか?  
 0~6歳のキッズフォトを募集しています!  
 どんどん投稿してね♪

詳細・応募は  
 まみたん.netへ

※応募には、まみたんLINE登録が  
 必要です(無料)。  
 ※応募多数の場合は抽選となります。



<https://mamitan.net/>

### 06 今月の巻頭特集

## 最高の思い出づくり! 家族で楽しむ GW

### 15 おやこ相談室

集中力の育み方

絵本の世界へLet's go

### 16 私の街の子育て情報

### 18 まみたんセレクト

家事&育児の効率アップ♪  
 時短家電

### 19 Yoga Lesson

### 20 5月生まれ集まれ!

### 23 Present & Information



(株)関西ぼどがまみたん誌面において  
 取得する個人情報の取り扱い

株式会社関西ぼどがまみたん誌面において個人情報を取得する場合、あらかじめその利用目的を自社広告内または取得フォーム内に明記しその目的の範囲内に限定して利用いたします。①お預かりした個人情報、は、ご本人の事前の承諾なく、第三者に提供することはありません。②提供が予定される場合には、あらかじめ、第三者に提供する目的・提供する個人情報の項目・提供の手段又は方法・当該情報の提供を受ける者又は提供を受ける者の組織の種類及び属性・個人情報の取り扱いに関する契約がある場合はその旨を自社広告内または取得フォーム内に明記いたします。③お預かりした個人情報について、その利用目的の範囲内において、個人情報の保護に関する当社の基準を満たす企業・個人に、取り扱いを委託する場合があります。④当社が保有する個人情報について、ご本人から開示・訂正・追加・削除・利用停止のお申し出があった場合、適切に対応いたします。⑤当社への個人情報のご提供はご本人の任意ですが、ご提供いただけない場合、あらかじめ明示した目的を達成できない場合があります。⑥当社の個人情報の取り扱いに関する苦情・相談その他お問合せは、下記窓口までご連絡下さい。個人情報保護管理者代理/経営戦略部長  
 個人情報に関する問合せ窓口/TEL06-6479-3113  
 (受付/平日9:30~18:00)

◎ QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

本誌に掲載されている記事・写真の無断転載、複製、転売は  
 ご遠慮ください。

**リズム感**  
**運動能力**  
**自信が育つ!**

ダンスが初めてでも!運動が苦手でも大丈夫!

人気の **キッズダンス体験** に行こうよ!

有資格者のプロによる安心のレッスン!  
 JDACはスポーツ庁・子ども家庭庁の  
 後援事業を行っています!

JDAC  
 安心の理由

- ✓ 初心者90%
- ✓ 年少(3歳)~中学生OK
- ✓ 基礎から丁寧指導

運動能力と生きる力を育む 教育型ダンススクール

JDACダンススクール枚方市駅前校  
 〒573-0032 枚方市岡東町18-23 枚方近畿ビル 4F

受付時間 運営本部 (平日10:00~18:00)

☎050-5527-6653

詳細はHPへ▶ JDACダンス 枚方

**無料体験受付中!**

ご兄弟・お友達との体験OK! お申込み

まみたん  
 読者特典

「まみたん見た」で体験予約すると  
 お子様へ大人気キャラクターの  
 キンチャク袋プレゼント!

※WEB予約の方は、WEB予約ページのご体験前アンケートの「まみたん」に、を入れてね!  
 ※お電話でのご予約の方は「まみたん見ました!」とお伝えください。

さらに!体験レッスンご参加の上、ご入会の方には

入会特典 1	月謝1ヶ月 <b>無料</b>	入会特典 2	レッスンで使用するウェア・教材 約 <b>15,000円</b> 相当 <b>プレゼント!</b>
-----------	--------------------	-----------	---

ぎょうだい割引 2人目以降の月謝 毎月**500円**割引!

※キャンペーンは予告なく終了する場合がございます。

枚方市駅  
徒歩1分

枚方市駅  
4F

# 兵庫県 姫路ゆめさき川温泉 夢乃井



# 最高の思い出づくり！家族で楽しむGW ファミリーにピッタリの 宿泊施設

子どもと一緒に泊まるのにぴったりで、ママ・パパも心からくつろげるホテルを厳選。設備やサービスなど、施設の魅力をご紹介します。

## 子どもが主役！

### 種類豊富なファミリールームへ

のどかな日本の原風景に囲まれた里山の温泉リゾート。4タイプあるファミリールームはクライングウォールを備えたプレイエリア付きの客室や、大画面で映像を楽しめるプロジェクター付きの客室など、子ども心をくすぐる仕掛けが満載！

住所	姫路市夢前町前之庄187
宿泊料金	大人2名1室25,300円～
IN/OUT	チェックイン15～18時／ チェックアウト10時
アクセス	中国自動車道夢前ICより 約3分

予約はこちら



CHECK 1

隠れ家スペースがある部屋も！中に絵本やおもちゃを持ち込んだら子どもたちだけの特別なスペースに早変わり



CHECK 2

パブリックスペースには2か所のキッズスペースがあり、ゲームや絵本、おもちゃが充実しているのも嬉しい



## PRESENT まみたん会員限定 プレゼント

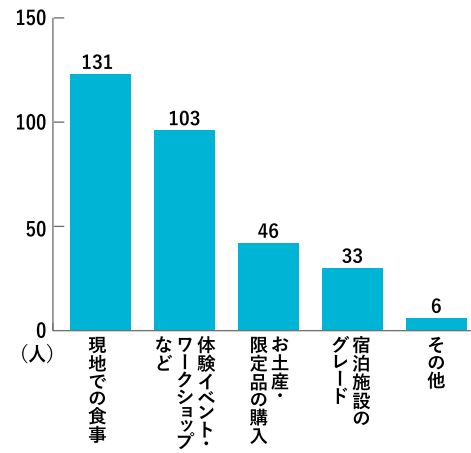


左記QRよりお申し込みできます。今すぐ応募してね♪  
●応募締切：4月19日(日)

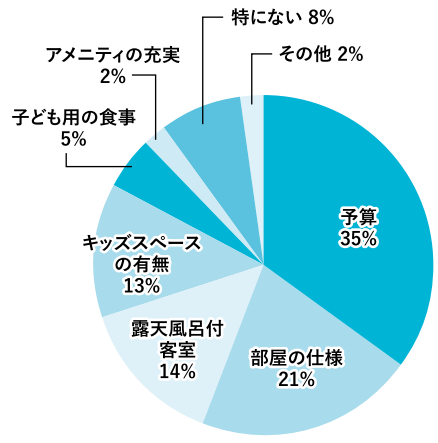
〈応募に関するお問合せ〉  
(株)関西ばと まみたんプレゼント係  
TEL.06-6479-3120 (平日 9:30～18:00)

※応募には「まみたん」会員の登録が必要です。(無料)

※料金などの最新情報は各施設までお問い合わせください。



Q 「ここだけはお金をかける」というポイントは？(複数回答)



Q 子連れで宿泊先を選ぶ際、最も譲れない条件は？



まみたん  
会員さんに  
聞きました！

## 奈良県

### ホテル奈良



### ベビー用アイテムが充実 子どもがはしゃげるお部屋

和洋室は段差がなく、転倒の心配が少ない安全設計。コンセントカバーやコーナーガードなど、細やかな配慮が行き届いた空間が広がる。ベビー用アイテムも充実しているので、小さな子どもとの旅も快適に過ごせること間違いなし!

- 住所** 奈良市大宮町7-1-45
- 宿泊料金** 大人2名 1室15,000円～  
※7歳未満は添い寝無料
- IN/OUT** チェックイン15時/  
チェックアウト11時
- アクセス** 近鉄新大宮駅より徒歩約8分  
※近鉄大和西大寺駅から  
シャトルバスあり



予約はこちら



おもつウォーマーやベビーバス、補助便座などベビー用の貸し出しグッズが揃っているので、荷物が少なくてもOK

#### PRESENT

スタンダード和洋室 1泊朝食付き  
ウェルカムベビープラン  
＜無料宿泊券＞1組様

人数	大人2名+子ども1名
期限	2026年6月1日～12月29日
除外日	正倉院展期間の金・土・祝日、その他満室日



## 大阪府 ホテル ユニバーサル ポート



CHECK



ベッドは家族みんなで寝転がっても余裕たっぷり♪赤ちゃんに安心して添い寝ができるベッドインベッドの貸し出しも

### パークを眺めながらゆったりくつろごう♪

カラフルなインテリアに気分が高まるパークサイドホテル。室内にはハイハイしたり、寝転がったりしても安心な、やわらかな素材の床が広がる。低くてワイドなベッドに身をあずければ、頭上に広がる天蓋が夢心地を高めてくれるはず。

- 住所** 大阪市此花区桜島1-1-111
- 宿泊料金** <WAKU WAKUワンダールーム>  
大人2名1室/1名13,700円～(宿泊税別)  
※6歳以下の未就学児は添い寝可。有料人数1名につき1名まで無料
- IN/OUT** チェックイン15時/チェックアウト11時
- アクセス** JRユニバーサルシティ駅より徒歩約3分

予約はこちら



## 京都府 リーガロイヤルホテル京都



CHECK



実際に駅で使われていた「JR線近畿エリア路線図」が壁紙に。よく見るとリーガロイヤルホテル京都も描かれている!?

### 迫力満点の500系新幹線が壁一面に!

鉄道好きなキッズはもちろん、大人も一緒に夢中になれる1日1室限定のコンセプトルーム。様々な車両が描かれたベッドスローやクッションが客室を彩り、壁紙には探検気分が味わえる路線図が。心をくすぐる仕掛けがあちこちに散りばめられている。

- 住所** 京都市下京区東堀川通り塩小路下ル松明町1
- 宿泊料金** <リーガトレインルーム 776系>大人2名 1室27,400円～  
※未就学児は添い寝可。大人1名につき1名まで無料
- IN/OUT** チェックイン14時/チェックアウト11時
- アクセス** JR京都駅より徒歩約7分/JR京都駅八条口よりシャトルバス運行 ※ホテル発9時～19時(20分間隔)

予約はこちら



- アンパンマンミュージアム。(とろろパンダ)
- 茨木市にあるおにクルのもつくる。木の温もりを親子で感じられる。また行きたい!と言っている。(みはれ)
- キツザニア。(みれい)
- キッズランドUS 大阪今福店です。13歳、11歳、1歳と子どもの年齢が離れています。がそれぞれ遊べれるので雨の日、暇な日は選びがちです。(ついでい)
- だんだん大きくなってきたので一緒にカフェに入っておやつタイムをしたり2人で服を買いに行くことが楽しかったみたいで私自身も娘が大きくなったらカフェに行ったりするのが夢だったので私も嬉しかったです。(ゆーみん)
- プロバレーボールの試合。(ふゆき)
- やつぱりショッピングモールにあるおもちゃ売り場、あとはじじいばばの家。(にっち)
- レゴランド・ジャパン。(ゆきだるま)
- 越前松島水族館でいろんな生物にふれたこと。(みい)
- 亀岡の遊び場「KIRINOKO」。何時間も走り回って遊んで、帰るのを嫌がりました。(おれんじ)
- 京都のり溪クラックス。(のんちゃん)
- 子どもがまだ6か月なので、あまりでかけてないが図書館のイベント。(しよっこ)
- 実家。家族や友達とふれあうことで笑顔が増えた。(たまご)
- 水族館。まだ早いかなと思いましたがジーツと魚を見たりキョロキョロしたり手で水槽を触ったり赤ちゃんなりにわかっていようでした。(まろん)
- 大日イオンにできたカンドゥー。息子がテストランに参加させてもらい、思いのほか楽しんでいたので。(ちはる)
- 鳥取砂丘。大喜びで坂(馬の背)を2往復しました。(はるむね)

Q 最近行った中で、一番子どもが喜んだ、またはよかったスポットは?

最高の思い出づくり! 家族で楽しむGW



# 日帰りでも楽しめる **7々** おでかけスポット

広々とした芝生を思いきり走り回ったり、迫力ある大型遊具で遊んだり。家族みんなで1日中思う存分楽しめるスポットをご紹介します!

## 滋賀県 BIG・BREATH



恐竜たちがお出迎え!?

たっぷり遊べるレジャーパーク

伊吹山の麓にある複合型総合スポーツ&アクティビティ施設。ウッディ調のデザインがおしゃれな「アスレチックパーク」、3頭のポニーがいる「ふれあいパーク」など、エリアが複数あるので1日中楽しめる!施設内にはキャンプやBBQができるエリアがあるのも嬉しい。

- TEL 0749-56-0695
- 時間 10~18時 (12月~2月は~17時)
- 住所 米原市大野木1777
- 休館日 水曜 (天候により臨時休業あり)
- 入場料 <きょうりゅうぱーく>  
大人 (中学生以上) 500円、  
小人 (4歳以上) 300円



### PRESENT

入場無料券  
10組様

人数	1枚で4人まで利用可
期限	2026年12月末まで
除外日	12月末までのイベント開催日



### CHECK 1

「きょうりゅうぱーく」をはじめ、園内ではティラノサウルスやトリケラトプスなど迫力満点の恐竜像と出える!



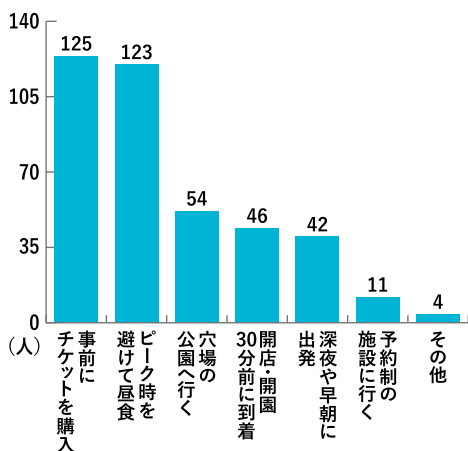
### CHECK 2

「ふれあいパーク」ではポニーのエサやりができる (1カップ100円) ほか、乗馬体験 (1回1,000円、土日祝のみ) も可能

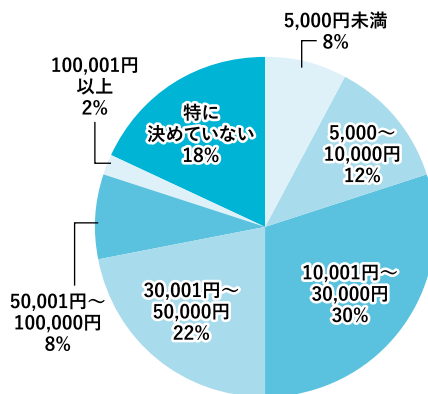


### CHECK 3

キャンプやBBQが楽しめる区画サイト。1区画ごとに屋根・電源・水道を完備しているのとっても便利!



Q 混雑を回避するために、おでかけ時に行っている工夫は? (複数回答)



Q GWのおでかけ、旅行の予算 (家族全員分) はどのくらいを想定していますか?

まみたん  
会員さんに  
聞きました!



**和歌山県 紀州 木の街 フルーツが香る  
南紀の台Yottette広場**



**和歌山の名産を食べて、遊んで、体験しよう!**

イベントホールやプレイスポットなどが揃う西日本最大級の体験型直売所。地元産の新鮮な食材が集まった館内でお買いものを楽しんだあとは、みかんや梅など特産物の形をした遊具で遊べる「フルーツ公園」で親子そろって思いきり遊ぼう!

CHECK



まるっとしたフォルムがかわいい和歌山名物が大集合!みかんやいちじくといったフルーツのほか、紫の花が咲くスターチスの遊具も

TEL	0739-47-4711
時間	9時30分~19時
住所	上富田町南紀の台63-3
休館日	1月1日
入場料	無料(いちごの収穫体験は有料)



**奈良県 奈良県営うだ・アニマルパーク**



CHECK



頭上にある橋をやぎたちがすいすいと渡っていく人気イベント「やぎの橋渡り」は毎日開催。一番高いところは地上から約3.5mもある!

**楽しいイベントいっぱい!動物たちとふれあおう**

やぎやひつじたちが暮らす園内では、えさやり、ポニーの撮影体験など無料イベントが豊富に楽しめる。お土産にピッタリなバター作り体験(1人400円)があるほか、GW限定の特別イベントも実施予定!

TEL	0745-87-2520
時間	9~17時
住所	宇陀市大宇陀小附75-1
休館日	月曜(祝日の場合は翌平日)
入園料	無料



**兵庫県 植村直己冒険館**



CHECK



よじ登ったり転がったりできる「ホワイトあみあみマウンテン5ピークス」の下には、乳幼児が遊べる「ぐんぐんホール」がある

**冒険心が刺激される遊具にトライ!**

世界的冒険家・植村直己のふるさとに建つ記念館。実際に使用された装備品や映像で植村スピリットにふれたあとは、体験施設「どんぐりbase」で、よじ登る、駆け回る、転げ回るなど様々なことにチャレンジしよう!

TEL	0796-44-1515	時間	9~17時(最終受付16時30分)
住所	豊岡市日高町伊府785		
休館日	水曜(祝日の場合は翌平日)、12/29~1/3		
入館料	ミュージアム・どんぐりbase共通券770円 <どんぐりbase>大人330円、子ども550円 ※2歳以下無料		



- Q おでかけ時の子どもとの思い出、クスツとしたエピソードがあれば教えてください。
- 帰りにしみじみと、はぁー楽しかった!と言われて笑ってしまいました!(ak)
  - 3歳の初めての遠出した時に、1人で走って行ったと思ったら、たんぼぼ手に戻ってきて「ママ、パパ、はいどーぞつ」と初めてプレゼントをくれたこと。(birdちゃん)
  - 初めてのホテルで大興奮。一番楽しかったことを聞いたらホテルのお風呂といわれた。(Rin)
  - 旅先で必ず食べるソフトクリームが、どんどん食べれる量が増えてきて、大きくなったなあーと改めて感じます。(かな)
  - 下の子が生まれる時に、上の子と2人でユニバや海遊館にでかけました。5年以上前のことなのに、親を独り占めできたこともあり、よく思い出としてその話をしてくれます。(けんじ)
  - 子どもが同い年の友人とランチに行った時に子ども同士が赤ちゃん語で話しているのがわかった。(しょうこ)
  - 子どもがテンション上がって、スタッフにママーと言ってしまった。(すもも)
  - 須磨シーワールドでショーを見ている時に、突風で荷物がぶっ飛んだ。それをみて子どもが大爆笑し、笑いのつぼにはまってしまい、ショーどころではなかった。(ちこり)
  - おみやげ売り場を見つけたら、1人で猛ダッシュで向かって行ったこと。おもちゃにこんな夢中になってくれるなんて、あと何年なんだろうなあーなんて思いながら、可愛くてたまりませんでした。(のんち)
  - スキー場で長男と次男が2人乗りでそり滑りをする際、次男がうれしそうに後ろに乗り込むところが微笑ましかったです。(ゆき)
  - 防波堤で遊んでいたら、こどもが大きなワカメを引かず帰ってきた。(まりっぺ)

春の「やりたい!」を応援!  
2歳6ヶ月から始められる新体操。

新体操教室



新体操でしかできないリボンやフープを使って楽しく体を動かせます!柔軟性やリズム感、表現力を身につけながら、お子さまの成長をサポート!  
アットホームな雰囲気、お子さまに合わせたレッスンを行います!初心者の方も大歓迎!!  
まずは体験にお越しください!



**無料体験受付中!**

お気軽にお電話か右のQRコードからご連絡ください!

**0円!**で2回まで  
体験レッスンに参加できます!

体験申込はQRコードからお待ちします!



イオン新体操スクール そよら古川橋校

06-6115-5668

住/門真市末広町41-2 そよら古川橋駅前3階  
交/古川橋駅から徒歩2分  
営/火~金 15:00~18:00  
土・日 10:00~15:00  
休/月曜日

イオン新体操スクール古川橋校

COUPON 有効期限 2026年4月30日迄

《まみたん読者限定特典》

体験後ご入会の方は

スタート月の会費

通常 7,150円 ▶ **半額!**

260403

歯科医院で行うお口を育てる離乳食教室

歯医者

離乳食教室



赤ちゃんのために正しい知識を学びませんか?管理栄養士と歯科衛生士が「お口を育てる」ための離乳食の与え方やポイント、お口のケア方法をお伝えします!歯科医師によるお口の検診も行います。日程などの詳細・ご予約は下記二次元コードよりホームページをご確認ください。

香里園かほりまち歯科

072-832-6480

住/寝屋川市香里本通町8-4  
かほりまちテラス1F  
sakaisika.rd@gmail.com  
https://www.0418.tv/babyfood.html

かほりまち歯科 離乳食教室

HP



COUPON 有効期限 2026年5月9日迄

おすすめ歯科グッズ&オリジナル離乳食レシピをプレゼント!

152696-260403

乳幼児から歯の健康相談を受付

歯医者



●小児専用診療室を設置して、小児歯科が得意な歯科医師がお子さまの治療を担当。  
※日本小児歯科学会小児歯科専門医  
●京阪「枚方市」駅より徒歩2分。お買い物や帰宅途中など通院しやすく、親御様の治療中にお子様を預かっております。

医療法人 育歯会 フカオ歯科クリニック

072-841-6171

住/枚方市岡東町14-44 井田ビル2階  
営/HP参照  
休/日曜・祝日・水曜午後・土曜午後  
※土曜日の診療時間は13:00まで

フカオ歯科クリニック



INFORMATION

小児歯科/矯正歯科/歯科

お子様のお口に関する疑問・相談等  
お気軽に下記までお問い合わせください。  
メール:fukao-dc@snow.odn.ne.jp  
HP:https://fukao-dental.com/index.html

157326-251205

FP相談 物価上昇に伴う 家計の見直しや資産運用

ブレインサポートでは、プロのファイナンシャルプランナーが  
など、お客様の人生設計に沿ったマネープランニングをお手伝いいたします

子どもの教育費や住宅資金などでこんなお悩みはございませんか?!

- 教育資金はどうやって貯めたいの?
- 住宅ローンの返済計画、見直しなど誰に相談したらいいんだろう...
- 老後の資金計画、今のままで大丈夫?
- 物価が上がり続けるので生活費を見直したい。
- NISA・iDeCoの活用方法についてプロの視点からアドバイスが欲しい。

ブレインサポートが選ばれる理由

- あなた専用のライフプランシミュレーション(家計・保険・教育資金プラン)を作成。
- 個別に1時間以上しっかりとお時間を確保。セミナー等では聞けない深いご相談をさせて頂きます。
- ご相談者本位のご提案、無理な勧誘なし。「今のままで大丈夫」という答え合わせもOK!



大学卒業後、大手金融機関を経てブレインサポートに入社。AFP(日本FP協会認定)証券外務員1種

お客様の声

寝屋川市 30代ご夫婦



教育資金・住宅ローンの返済予定に問題がないかを確認できました!

枚方市 40代女性



NISA、保険、ふるさと納税など沢山のアドバイスを頂き、貯蓄や家計の見直しことができました。

交野市 30代女性



保険や資産運用などの知識が全くない私にも、わかりやすく丁寧に教えてくれました。

プライバシーに配慮した個室



完全予約制となりましてのびじゅりりとご相談ください。

キッズスペース完備



小さなお子様を連れてご一緒にお越しいただけます。

ぱど読者限定COUPON

相談料 **半額**

通常料金 11,000円 ▶ 5,500円

※お電話又はご来店時に「ぱどを見た」とお伝えください



株式会社ブレインサポート

営業時間/9:00~18:00  
土・日のご予約も承っております

駐車場完備 お車でお越し頂けます

「ぱどを見た」とお気軽にご連絡ください

相談のご予約  
その他お問合せは

0120-310-777

国道1号線「池之宮」交差点から東へ入ってすぐ

枚方市立中宮中

ケンタッキー

快活CLUB

池之宮

詳細はWEBへ



枚方市池之宮2丁目4-12

16121-260227

地域密着  
44年の  
指導実績

この春、お得に水泳を始めるチャンス!

移転 **10** 周年記念

春の陣

ご好評につき

「まみたん」特別  
キャンペーン!

5月組入会限定!  
まみたんをみた!で

入会金+  
初期登録料

**無料**

募集期間  
4/3~24  
まで  
※定員になり次第終了

ベビークラス(先着5名)

初月  
月会費 **半額**

成人クラス(先着5名)

初月  
月会費 **半額**

■入会手続きに必要なもの

- 2ヶ月分の月会費
  - 初期登録料1,100円
  - 入会金3,300円
  - 金融機関通帳・お届け印・キャッシュカード
  - 教材費2,200円(水泳+体操の場合は4,400円)
  - 指定用品代
- ※お忘れになると手続きができませんので、必ずご持参ください。

KSC **ねやがわ**  
SPORTS CLUB

お申込み・お問い合わせはこちら  
**072-839-5515**  
〒572-0039 大阪府寝屋川市池田1丁目16番1号

受付時間  
平日・土曜: 9:00~21:00  
日曜: 9:00~12:00  
祝日: 10:00~19:00

休館日  
クラブ指定日

HPは  
こちら!



車でも安心! 広々駐車場! /

無料駐車場  
70台  
完備!



安心の送迎バス運行中!!

Life Choice

×

まみたん

女性限定

各日20名様

大好評！子育てママ応援企画



子育てママ  
必見!!

# 目から鱗の お金のセミナー

## 5/20・21

時間▶10:00~11:20  
(9:45~受付)

- ✓1つでも当てはまった方は  
参加をオススメします
- 今、資産運用を積極的にした方がいい？
  - 少額でも始められる資産運用ってあるの？
  - iDeCo・NISAはやった方がいい？
  - 一番お得なクレジットカードは？
  - ふるさと納税はやった方がいい？
  - 住宅ローンの頭金って必要？ など
- 色々な疑問をお持ちのママにおすすめします！

### 『今』こそ始める、資産運用から 効果的な固定費の削減まで徹底解説。

家計のやりくり、教育資金や住宅ローンのこと…  
物価高騰もあってお金に関する心配や不安が増えていますか？  
大人気講師が教える「お金」「住宅ローン」「資産運用」「家計節約」  
「クレジットカード活用」「iDeCo・NISA」の勉強会を開催します！

会場



ホテル アゴーラ  
大阪守口

講師 夏山 豊起先生



企業や学校、社会人、子育てママ向けのセミナー講師として、全国各地で年間300回以上の講演を実施する大人気のファイナンシャルプランナー。プライベートでは2016年に住宅を購入し、2人の娘のパパでもある。教育費や住宅購入、資産運用など、実体験に基づくライフプランニングが好評。

さらに

Special  
Present

当日個別相談を申込された方に  
外資系有名コーヒーショップの  
デジタルチケット  
1,000円分をプレゼント

※適用条件あり



うれしい3つのポイント

- 1 大人気ホテルで優雅に彩り豊かなランチを堪能♪
- 2 行列ができる講師のセミナーが受けられる♪
- 3 ご希望の方には個別相談が無料で受けられる♪



彩り豊かな  
ランチ  
ビュッフェ

ランチ条件

当日  
公式LINE登録  
+アンケート  
回答



ホテルダイニング&ラウンジザ・ループ  
スイーツ&ランチビュッフェ  
をお楽しみください。

※写真はイメージです。

飲料、セミナー含め、参加者の負担金や勧誘は一切なし！是非この機会にご参加ください。

開催日 5月20日(水)・21日(木)

9:45~ セミナー受付開始  
10:00~11:20 セミナー  
11:30~ ランチ・自由解散

定員 各日20名様

持ち物 筆記用具

会場 ホテル アゴーラ 大阪守口  
守口市河原町10-5

応募締切 5月10日(日) ※ご参加いただく方には、5月13日(水)頃迄に当選案内メールにてご案内させていただきます。上記日程までにご連絡がなければ落選となります。

応募はこちら



【注意事項】

- 連絡なしのキャンセルはご遠慮ください。次回以降お断りさせていただく場合がございます。
- 時間通りに始められるよう余裕をもってお越しください。セミナー開始後15分を過ぎますと、ご入場いただけません。
- 株式会社Life Choice、株式会社Blue Flameのセミナーを受講された方の二度目の受講は出来ません。
- 保険会社および保険代理店で営業職をされている方のご参加はご遠慮ください。

【お問合せ】(株)関西ぼど「目から鱗のお金のセミナー」係  
TEL:072-827-0817(平日9:30~18:00)

※個人情報保護のため、セミナーの当選案内及び(株)関西ぼどからの連絡のために利用します。



ワーママの  
頼もしい味方!

# 萱島おちキッズクリニック を Report!

「萱島」駅から  
徒歩4分で  
とっても便利!

彩ママ  
瑠都ちゃん(2歳3ヶ月)

駅近で通いやすく、  
女性医師によるきめ細やかな  
診療が評判の  
「萱島おちキッズクリニック」を、  
ままたん読者モデルの彩ママと  
瑠都ちゃんがレポート!

## 土曜・日曜・祝日も診療♪先生は女性小児科専門医!



首げ座れば  
治療スタート!

### 赤ちゃんの 頭のかたち外来

出生時や成長過程において、赤ちゃんの頭のかたちが気になるママもいるのでは?例えば歯列などは後からでも矯正が可能だけど、頭のかたちは生後5ヶ月以内でほぼ決まってしまうんですって!同院では、適正な形へと改善してくれる矯正ヘルメットでの治療で、悩めるママをサポートしてくれます。

### 受診の流れ



※通常はマスクを着用のうえ対応しています

1  
受付

ホームページやLINEを使って予約した時間に来院。事前に「WEB問診」を送信しておけば、来院後に書き込みも必要ないので、楽々受付が完了!

2  
問診

家でじっくり書き込むことができる「WEB問診」であれば、伝え忘れなどもないので◎。先生もしっかり読み込んだ上で、さらに深掘りした問診をしてくれます。



### 彩ママの体験レポートまとめ

一人目育児中なので、わからないことだらけの毎日!そんなママにとって、土・日・祝日も診察して下さる同院は、とっても頼もしい存在だと思います。さらに、女性の先生は、子どもにとっても馴染みやすかったみたい。そこも安心できるポイントでした!



### クリニックからひとこと

#### 院長 越智 紋子先生

私自身、2児のママとして働いてきた経験上、急変する子どもの病気にすぐ対応できる病院を作りたくて開院しました。そんなママたちの「駆け込み寺」となれるよう、土・日・祝日の診察はもちろん、採血や入園に必要な書類作成などにも対応しています。困った時は、すぐ頼ってくださいね!



受付スタッフ  
スタッフは、ほとんどが子育て中のママたち。来院されるママの想いに寄り添った対応を心がけています!

キッズスペース  
子どもたちが  
退屈せずに待てるよう、  
おもちゃや絵本も  
いっぱい!



待合は広々キレイ♪



### Point! ママ・パパの診療もOK!

子どもがお熱の時、ママ・パパも同じ症状になっていることって多いですよね。そんな時、子どもと一緒に診察してもらえるとす!! 予防接種も親子一緒にOK。



## 女性小児科専門医が診療

土曜 日曜 祝日 診療

小児科 皮膚科 アレルギー科

困ったとき、すぐ頼れる場所を。  
やさしく診る。しっかり守る。  
萱島のキッズクリニック。

院長  
越智 紋子



### 主な診療内容

- 喘息や各種アレルギーの検査、治療
- 小児の便秘、夜尿症
- 舌下免疫療法
- 鼻の吸引
- 小児の皮膚疾患
- 乳幼児血管腫
- 赤ちゃんの頭のかたち外来

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00-12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
14:30-16:00	★	○	★	★	★	○	○	○
17:00-19:00	○	○	○	○	○	○	○	○

○… 一般診療、予防接種健診  
(14:00~16:00)  
★… 予防接種・健診のみ  
(休診日)  
火、金午前、日午後、祝日午後

詳細は  
HPへ



## 萱島おちキッズクリニック

☎072-822-3366

寝屋川市萱島桜園町8-15  
駐車場4台完備  
※満車の場合は、  
提携コインパーキングあり。



ファミリマート 萱島駅前 エディオン  
萱島中央商店街  
萱島 交番 モスバーガー  
萱島駅から徒歩約4分 トップワールド  
取材/株式会社Star FACTORY TEL.06-6534-6733

まみたん × 枚方紫峰霊苑

枚方紫峰霊苑に  
恐竜と巨大コングが  
やってくる!

観覧  
無料!

全長3m

巨大コング

全長2m

ヴェロキラプトル

VS

世紀の対決!  
見に行こう!

観覧者参加型  
恐竜ショー

お子様大喜び、  
パパ、ママも大興奮!  
ご家族やお友達と  
一緒に遊びに来てね!

ショーの後、恐竜と一緒に  
写真も撮れるよ!



日程

5/5 (火・祝)  
こどもの日

恐竜対決タイムスケジュール

- |     |        |                                  |
|-----|--------|----------------------------------|
| 1回戦 | 10:30~ | 対決ショーを<br>見た後は<br>一緒に写真を<br>撮ろう! |
| 2回戦 | 11:30~ |                                  |
| 3回戦 | 13:30~ |                                  |
| 4回戦 | 14:30~ |                                  |

《予約不要》ご自由にご来場ください

場所

枚方紫峰霊苑

〒573-0112 枚方市尊延寺2399-6

駐車場あり

Google MAP



ヴェロキラプトルってどんな恐竜なの?

白亜紀後期(約7500万年前)にアジアに生息した、  
全長約1.5~2m、体重15~20kg程度の小型で俊敏な  
肉食恐竜です。特徴は、全身が羽毛に覆われ、後足の第2指にある  
鋭い鎌状の爪、細長い頭部、そして集団で狩りをする高い知性です。



お問い合わせ ☎072-827-0817

株 関西ぼと イベント事務局  
寝屋川市大利町10-10  
(小林ビル1F)



教えてくれたのは...  
ビジョンサロン所長  
中川 和宏 さん

1992年、著書『あなたの眼はよくなる』で独自の目のトレーニング法を紹介。視力回復をテーマに国内75冊、海外22冊を出版。東京・青山と長野を拠点に、目の悩みに向き合うカウンセリングとビジョントレーニングを継続する。

集中力が育まれると、少しずつできることが増えていきます。試行錯誤しながら1つの遊びを続けられ、食事や着替えたりするのなどです。ママやパパの手を借りずに、そこそこうまくできるよになれば、集中力が育ってきた証です。

### 集中力が育まれていくサインを見逃さないで

子どもの集中力とは、目と脳の発達に応じて、好奇心の赴くままに夢中になる力です。大人が目的に向かつて意識的に取り組む集中とは異なり、「面白そう！」と心が動いたものに子どもは自然と引き込まれます。ひとつの遊びに対して、0〜2歳では数分程度でも、3〜6歳になると20〜30分ほど向き合えるようになるなど、集中できる時間は成長とともに伸びていきます。

理想は、見守る姿勢を貫くことです。声をかけるタイミングは、遊

### 子どもが夢中なときに親が気を付けること

親がよかれと思ってやったことが、子どもの集中力の妨げになることがあります。多くの家庭で見られるのが過干渉です。「それはダメ」「言う通りにしなさい」と考えを押し付けたり、「こうすればいいよ」と先回りしたりすると、子どもが自分で考える機会を奪うこととなります。また、スマホやテレビに子守りを頼りすぎることに注意が必要です。一緒にデジタルコンテンツを見ながら、「コミュニケーションを取るよ」に心がけましょう。

### 自由に遊ばせることが一番のトレーニングに

子どもはみんな、集中力のかたまりです。生まれつき集中力のない子はいません。しかし、大人がその芽を気付かずに摘んでしまうこともあります。自分が子どもだった頃を思い出して、思うままに自由に遊ばせてあげること。それが、何よりの集中力トレーニングになります。

特別な教材を用意しなくても、集中力は育てられます。大切なのは、身近なもので親子一緒に楽しめること。キャッチボールは、ボールを目で追いつ、手を動かすことで、指先と脳の連携を育てます。まねっこ遊びは、親を見て、真似した自分の姿を見てもらう、というやり取りの中で信頼が深まり、相手に意識を向ける力が養われます。「だるまさんが転んだ」のように合図で止まったり動いたりする遊びは、注意力や瞬時の判断力を鍛えます。積み木遊びでは、先を考えながら手を動かすことでイメージする力が育ちます。予測する力を伸ばすならドキドキしながら積み上げるタワー作りがおすすめです。楽しさあふれる遊びの中にこそ、集中の芽が隠れています。

## おやこ 相談室

### 集中力の育み方

「すぐ飽きる」「落ち着きがない」。ママやパパにとって悩ましい子どもの集中力を育む方法を中川和宏さんにお聞きしました。



### 集中の土台をつくる3つのポイント

集中力の土台を育てるには、早寝早起きや朝ごはんを食べるといった規則正しい生活習慣が欠かせません。心と体を安定させ、集中力のベースになります。遊びに関しても、親が「これやってみたら？」と提案するのではなく、子どもが「やりたい！」と興味を持ったものから取り組ませましょう。さらに大切なのは、指示しすぎないこと。「ああしなさい」「こうしなさい」と先回りせず、子どもが自ら考える余白を残すことが大切。試行錯誤する時間こそが、集中して物事に取り組む力を伸ばします。

### 家庭でできる！集中力を育てる遊び

ひと遊びの合間などがいいでしょう。すぐ声が届くけれど、邪魔はしない距離感がちょうどいいです。子どもが夢中になっている姿は、成長の真つ最中。そっと見守りましょう。

星ともこの  
絵本の世界へ  
Let's go!  
vol.49

### 『たからさがし』

作：中川 李枝子 絵：大村 百合子 出版社：福音館書店

簡単なあらすじ

ゆうじとうさぎのギックが河原で同時に見つけた棒。棒の持ち主を決めようと、かけっこをしても、お相撲をしても、幅跳びをしても、ぜんぶ引き分けて勝負が付きません。ギックが「うさぎのおばあちゃんなら、勝負をつけるいい方法を知っている」というので、2人でうさぎのおばあちゃんをたずねました。おばあちゃんが教えてくれたいい方法とは、なんだったのでしょうか？

読み聞かせのワンポイントアドバイス

作者の中川李枝子さんは、保育士として子どもたちと過ごす中で物語を書き始めました。園庭でかけっこや勝負遊びを楽しむ子どもたちの姿が、『たからさがし』のヒントになったとも言われています。読み聞かせでは勝負の場面をテンポよく読むと、勝ち負けよりもいっしょに遊ぶ楽しさが伝わりますよ！

<星ともこ プロフィール>  
絵本読み聞かせアドバイザー・絵本講師/リズム講師/ポイストレーター。幼稚園教諭を経て、CMナレーターなどでも活動。自治体や小中学校・保育所を中心に「絵本の世界へLet's go!」心育てる言葉の音あそび絵本ライブや絵本講座を開催。保育士として絵本保育の監修も行う。3児の母。公演・講座のご依頼はDMにてお気軽にどうぞ。

Instagram

## 四條畷市

つどいの広場に遊びに来ませんか 暇たんぽぽ  
保育園、田原台ひまわりこども園でも実施中

### つどいの広場“なわて”

市内在住の0、1、2、3歳の子どもと保護者が自由に遊んだり、交流できる広場です。4歳を過ぎていても、保育所(園)・認定こども園・幼稚園等に通ってなければ利用できます。予約は不要です。授乳コーナーがあります。



### “子育てほけっと”

市内在住の小学6年生までのお子さんのいる家庭、子育てに関わる人が無料でおもちゃ・絵本等を借りることができます。

つどいの広場なわて



子育てほけっと



【問合せ】子育て総合支援センター TEL.072-877-5455

## 枚方市

一時預かり保育を2回分  
無料で利用してみませんか？

### 一時預かりリフレッシュ券を 配付中

保護者のリフレッシュを目的に、私立保育所(園)等でおおむね生後6カ月～就学前の子どもを一時的にお預かりする「一時預かり保育」を2回分無料で利用できるリフレッシュ券を導入しています。



### 利用条件など ①～③全てに該当する方

- ①保育所(園)等に入所していない(在宅で子育てしている)
- ②おおむね生後6カ月～3歳の誕生日前日の子どもがいる
- ③市内在住

※利用には各実施園での登録が必要です。  
詳細は市ホームページをご確認ください。

枚方市HP



【問合せ】私立保育幼稚園課 TEL.072-841-1474

## 交野市

こども子育て総合相談窓口のご案内  
(保育士等がご相談に応じます)

### 交野市立地域子育て支援センター

妊娠・出産・育児について誰かに聞いてほしい、相談したいと思ったことはありませんか？育児の悩みや不安、ストレスはありませんか？そんな時は「こども子育て総合相談窓口」をご利用ください。



### 相談員がお手伝いをいたします！

日時：月曜～金曜日(祝日を除く)  
9:00～17:30  
(第2、4土曜日は9:00～16:30)  
場所：交野市私部2-29-5  
来所相談、電話相談、メール相談、  
オンライン(zoom)でも受け付けます。



### その他の相談窓口

■おやこ保健課  
(保健師等がご相談に応じます)  
日時：月～金曜日(祝日を除く)  
9:00～17:00  
TEL：072-893-6405

【問合せ】交野市立地域子育て支援センター TEL.072-810-8270

Pick up!

# 私の街の 子育て情報

各市が行っているイベントや  
親子で楽しめる施設紹介など  
子育て情報をご紹介します!  
気になる場所が見つかるかも!!



## 京田辺市

### 京田辺市立中央図書館

#### おはなし会

【中央図書館】  
4月19日(日) 15:00～  
(手話で楽しむおはなし会)

【北部分室】  
5月14日(木) 16:30～

【中部分室】  
4月8日(水)・15日(水) 15:30～



その他 読み手/図書館サークル、図書館職員  
申込/不要

【図書館詳細】①京田辺市立中央図書館 ☎0774-65-2500  
②中央図書館北部分室 ☎0774-63-0499  
③中央図書館中部分室 ☎0774-64-8833

京田辺市立図書館



【問合せ】詳細は上記図書館にお伺いしてください

## 八幡市

はじめてでも大丈夫。親子の笑顔と出会いが  
広がる子育て支援センターへ。

### 八幡市子育て支援センター

親子で安心して遊べる施設です。親子で集えるサロンや広場、地域に向いての出張事業も行っています。また、来所または電話で子育て相談もできます。お気軽にご相談ください。



### 利用案内

【① すくすくの杜】  
市内在住の妊婦さんと生後2カ月～概ね3歳未満のお子さんとその保護者  
【② あいあいポケット、③ そよかせ】  
市内在住の妊婦さんと生後2カ月～就学前のお子さんとその保護者  
開設日 / ①月曜～土曜、②月曜～金曜と第2土曜、③月曜～金曜  
利用時間 / 午前9時～正午、午後1時～4時

八幡市HP



【問合せ】①TEL.075-972-1085 ②TEL.075-983-8747 ③TEL.075-981-5009





まみたん公式 SNSのご案内

Instagram @mamitan\_official

アカウント @mamitan\_official



まみたん公式Instagramでは、子育てママ・パパが共感できる！知りたい！を中心に子育て情報やグッズ、地元のイベントなどを中心に配信しております♪



X @mamitan\_PR

アカウント @mamitan\_PR



まみたん公式Xでは、編集部の日常のつぶやきからお得なキャンペーンなどリアルで楽しい情報を出るだけ早く皆さまにお届けしております！



皆さまの[フォロー&いいね]をお待ちしています！

(株)関西ばど まみたん編集部 mamitan@kansaijudo.co.jp

寝屋川市

子育て・教育・イベント・ごみ・防災など暮らしに役立つ機能が満載のスマホアプリ！

寝屋川市公式アプリ「もっと寝屋川」

○主な機能…予防接種のスケジュール管理、一時預かり予約、証明書等のオンライン申請、見守りシステム他にも暮らしに役立つ機能がたくさんあります。ぜひインストールしてください！



インストールはQRコードから



【問合せ】寝屋川市企画三課 TEL.072-813-1146

門真市

5歳児健康診査が始まります！

場所：門真市保健福祉センター

これまでの乳幼児健診に加えて新しく5歳児健診を実施します。5歳児健診は、身体の発育・発達だけでなく、お子さまの得意・苦手に気づき、就学に向け必要な準備につなげるための健診です。



乳幼児健診を受けましょう！

医師・歯科医師・保健師・栄養士・心理師などに相談できるとともに、お子様の成長や発達の確認及び病気の早期発見の大切な機会となりますので、決められた時期に受診しましょう。健診結果や相談内容等により続けて健診や相談のご案内もしています。

【問合せ】門真市こども家庭センター母子保健グループ TEL.06-6904-6500

守口市

図書館おはなし会と講座参加者の募集

音楽あそびで親子の交流を図る講座を定期開催中。

図書館では定期的に絵本の読み聞かせボランティアや図書館スタッフによるおはなし会を開催しています。途中参加、途中退室もできますので、お気軽にお越しください。

赤ちゃん・子どもと一緒に図書館で過ごそう♪



【おはなし会】

『0・1・2歳向け赤ちゃんおはなし会』  
4月15日(水) 11:00～絵本の読み手サークル どんぐり  
まみたん、おはなし会を開催しています。  
『0・1・2歳のためのおはなし会』  
4月23日(木) 11:00～ ほんぼんぼん  
場 所：守口市立図書館おはなしのへや  
問合せ：守口市立図書館 ☎06-6905-3921

【4月からの講座募集】

『0歳からの音楽あそび♪』  
対象①：3カ月程度～1歳3カ月程度の子どもと保護者  
対象②：1歳4カ月程度～2歳程度の子と保護者  
料 金：1組2人(子ども1人と保護者1人)  
①全6回 ¥5400 ②全6回 ¥7200  
問合せ：生涯学習フロア ☎06-6115-5475

【問合せ】詳細は上記図書館にお問い合わせください



まみたん京阪版のHPで他の情報もチェックしよう！

まみたん京阪

検索

## 自動計量IH炊飯器 (SR-AXI)

米や水の計量から炊飯まで全自動でできる炊飯器。スマホアプリから炊飯予約や予約の変更ができ、急な予定が入っても安心。0.5〜2合まで、0.25合単位で細かく炊飯量を設定でき、いつも炊きたてのごはんが食べられる。



外出先から好きな時間にごはんが炊ける!



まみたん  
セレクト

## 家事&育児の効率アップ♪ 時短家電

家事や育児の負担をちょっとでも軽減したい! ママやパパにうれしい優秀家電を紹介します。



希望小売価格 オープン価格  
販売元 パナソニック株式会社



## レコルト 自動調理ポット

「刻む」「あたためる」「混ぜる」をおまかせできる調理ポット。材料を入れて5つから調理モードを選んだら、あとはほったらかしでOK。なめらかなポタージュやおかゆ、豆乳など、手間なくおいしい料理が気軽に作れる!



海老のビスクからスムージーまで作れる!

希望小売価格 13,200円  
販売元 ウィナーズ株式会社

## ミルクメイト

湯量は10ml単位、温度は38〜100℃間で1℃単位で設定できる「メモリー機能」を搭載。従来のポットと比較して3倍以上の速さでスピーディーに冷却でき、1人ひとりに合ったミルクをボタンひとつで毎回同じように作れる。



いつものミルクが簡単ワンタッチ!

希望小売価格 16,000円  
販売元 レイコップ

## コードレス回転モップクリーナー Neo+Brisa

電動ツインヘッドが2つのモップパッドを回転。腰をかかめることなく立ったまま床の拭き掃除ができる。回転時に生み出す自走力を利用し、軽い力で床がピカピカに。防水性も備え、お風呂やベランダの掃除にも活用OK!



家じゅう丸ごとササッと水拭き!

希望小売価格 18,800円  
販売元 株式会社シー・シー・ピー

## 衣類スチーマー NI-FS70C

スイッチを入れたら約15秒でスタンバイ完了。パワフルなスチームが繊維の奥まで届き、ハンガーにかけたままでも、しっかりシワを伸ばせて楽ちん。繊維の奥からニオイや菌を除去してくれるので、大切な衣類や洗濯しにくい衣類も清潔に着られる。



ハンガーにかけたままシワ伸ばしできる!

希望小売価格 オープン価格  
販売元 パナソニック株式会社



## 各メーカーに聞く! 「商品のいちおしポイント!」

### 自動計量IH炊飯器 (パナソニック株式会社)

タンク内蔵で無洗米は約2kg、水は約600ml溜めることができ、自動計量で毎回おいしいごはんが炊けます。内釜はおひつとして使えるコンパクトサイズなので、食卓にそのまま置いて、洗いやすいのも魅力ですよ。

### コードレス回転モップクリーナー Neo+Brisa (株式会社シー・シー・ピー)

専用モップパッドは、汚れを絡め取ってかき出す効果の高い、特殊構造の繊維を採用。水だけで雑菌を99.9%除去します(日本微生物クリニック(株)調べ、200回転でフローリング検証。全ての菌を除去できるわけではありません)。

### レコルト 自動調理ポット (ウィナーズ株式会社)

場所を取らないスリムサイズで、食卓でも使いやすいシンプルなデザインなのに、600mlと大容量。コンロや鍋がなくてもスープやカレー、パスタのソースにスムージーなど豊富なレシピがつくれる、ママの強い味方です。

### ミルクメイト (レイコップ)

タンクには高品質の医療等級ステンレス(SUS316)採用で、水中の細菌増殖を抑制。5分間熱湯洗浄を行う自動洗浄機能付きなので、楽にお手入れができ、タンクから給水ノズルまでを清潔に保てます。

### 衣類スチーマー (パナソニック株式会社)

どんな向きに傾けてもスチームが出る設計で、フラットな面を使ってプレス仕上げも可能。スチームタッチボタンにやさしく触れるだけでスチームを操作でき、長時間使用する際も手軽に衣類をケアできます。

心も身体もリラックス

# ミカティママの Yoga Lesson



Vol.45

5月は、春の疲れがゆっくり表に出てきて、体のめぐりが少し滞りやすい季節。おしり周りや股関節まわりがこわばりやすく、気持ちの重さにつながる場合があります。仰向けハートのポーズで、深い呼吸とともにやさしくゆるめていくと、気の流れがふわっと整います。一緒にヨガのポーズをして心まで軽くなりましょう♪

今月の  
おすすめアロマ  
ヒノキ

今月のおすすめポーズ  
仰向けの  
鳩のポーズ



美BODYプランナー ミカ/馬場三佳さん

Instagram

エステサロンプリム枚方公園駅前店 店長  
京阪電車 枚方公園駅徒歩3分  
癒されながら痩せると評判のエステサロン!  
疲れた方、体型に自信を持ちたい方をヨガとエステ  
で理想のしなやかな体型に導き、心身共に健康な  
ライフスタイルを提供しています。自身も6歳と0歳の  
ママとして日々、美と健康を追求中!アロマヨガの  
個人・法人向けレッスンも受付中!

@prim.mikayoga

ヨガやエステのセルフケアの  
プチ情報を発信中☆

YouTube

まみたんチャンネルにて  
ヨガレッスン配信!!  
子育てママも、パパも、家族みんな  
のできるでぜひ、やってみてネ!



テーマ

5月のだるさをやさしく流すヨガ

01

仰向けになり膝を立てましょう。

手のひらはしっかりとマット  
につけましょう。  
この時、力が入りやすいので  
体全体の力を抜きます。



02

右足首を左膝の上に乗せましょう。

お尻や股関節周りがほぐ  
れていると感じます。  
この時、吸って吐いての深  
呼吸を3回ほどしましょう。



03

両手で足を抱えましょう。

左の太もも裏を両手で抱  
え、胸の方向へ吐く息に  
合わせてゆっくり引き寄  
せます。



Point

③が終わったら①に戻り反対の足も同様に行いましょう♪  
③の時に太ももの裏が痛い場合は②で完成でもOKです!

1335060144999

子育て応援イベント!!

入場  
無料

# まみたん フェスタ

枚方

2026 Early Summer vol.7

6.13 土  
11:00~16:00

※小雨決行、荒天中止。  
※順延日6月14日(日)11:00~16:00

会場 ニッパーク岡東中央  
& 枚方市役所前スペース

グルメ、ワークショップ、ビューティ体験、習い事ブース、ステージパフォーマンス、  
フリーマーケット、などなどファミリーで楽しめる内容が盛りだくさん!



※ニッパーク岡東中央での過去の開催時の様子です。※内容は変更になる場合があります。

## 出店ブース募集!

子育て世代がたくさん集まる  
「まみたんフェスタ」に出店して、  
お店・会社のPRをしてみませんか?

募集ブース 40ブース予定  
フリーマーケット30ブース予定

出店ブースサイズ 1ブース 3m×3m  
フリーマーケット  
1ブース2.5m×2m



グルメ・  
キッチンカー  
詳細 & 申込



企業ブース  
詳細 & 申込



フリー  
マーケット  
詳細 & 申込



※ブースが埋まり次第終了

## キッズダンス ステージ出演者募集!

中学生以下のダンスが好きな子ども達、集まれ!

募集チーム内容

- 個人、団体、学校、保育園、幼稚園など所属は問いません。
  - ジャンルは問いません。公序良俗に反するものは禁止
  - チームメンバー全員が中学生以下であること
- ※控室などをごさいません。 ※小雨決行、荒天中止。(6/14日)に順延  
※出場時間についてはご案内時にお知らせします。

参加費  
無料

演技時間  
3分以内  
それ以上の  
場合は  
ご相談ください

・チーム名・お申込み代表者氏名(団体の場合は団体名) 詳細 & 申込  
・代表者ご連絡先・代表者ご住所・チームの人数  
・ダンスのジャンル・演技時間・チームの紹介コメント  
(100文字以内)を明記の上、右記QRよりお申し込み下さい。

※応募多数時は、抽選になります。※ご出演いただく方には追ってご連絡致します。



イベント詳細  
随時更新!

まみたんフェスタ  
https://mamitan-festa.com/

お問合せ/(株)関西ばどイベント事務局 072(827)0817



KIDS PHOTO

5

月生まれ集まれ

HAPPY BIRTHDAY

6月生まれ  
応募はコチラから！  
《べ切：4/19日》



令和  
8年度

# 全世代タウンミーティング



市民と市長のトーク会を開催します。

子育てのこと、教育のこと、これからの寝屋川市について市長と話しませんか。  
どんなことでも市長がお答えします。聞くだけの参加も大歓迎です！

**開催日** 4月22日～10月27日の期間内に16小学校区で開催します。  
詳しい日程は下記QRコードからご確認ください。

**開催時間** 全会場共通で午後6時30分から開始(1時間程度)  
※受付は開始時間の15分前から

**開催場所** 各小学校の体育館

**応募条件** 開催場所の小学校区に住む方(在学・在職する方も含む)  
年齢は不問、定員上限なし

**注意事項** ・当日直接ご来場いただいても参加可能ですが、お子さまの一時保育の利用をご希望の方は事前申込が必要です。 ※一時保育は、4か月～就学前のお子さまが対象。  
・会場に駐車場はありませんので、ご来場は徒歩・自転車・公共交通機関をご利用ください。  
・会場内は下足禁止のため、上履き、靴を入れる袋をご持参ください。



詳しい日程や申込はコチラのQRから

問合せ先 >> 寝屋川市経営企画部企画二課

MAIL: kikaku02@city.neyagawa.osaka.jp 関西ぼとは寝屋川市と包括連携協定を締結しています。

260403



## 子どもたちの未来への可能性を最大限に伸ばす。

### 安心して子育てできる環境

- ・産後ケア事業の拡充
- ・こども誰でも通園制度の本格実施
- ・待機児童解消への取り組み

### 子どもが楽しくのびのび育つ

- ・子どもがワクワクする公園の整備
- ・(仮称)子ども未来館の工事をスタート

### 子どもの学びを支える

- ・学校司書の充実による子どもの読書活動の推進
- ・民間活力を活用した水泳授業の計画的な推進
- ・不登校児童・生徒の居場所の拡充

### 未来投資

- ・子どもの育ちを守る児童相談所設置へ
- ・禁野小学校の整備



若者や子育て世帯に「だから、枚方」と選ばれる理由を少しのぞいてみませんか。

- 小学校給食が無償
- 1人1台端末を生かした全国トップレベルのICT教育
- 「日本子育て支援大賞」を受賞
- 枚方で新生活を始める新婚夫婦等に最大30万円補助 など



選ばれる理由はコチラ



# おおさか SNS

こ あんしん

# 子ども安心サイト

子どものSNSの安全な利用のため、ネットリテラシー向上に向けた情報を発信しています!  
SNSの正しい使い方やトラブル事例の動画など、ぜひ、保護者の方も一緒にご覧ください。



もずやん  
©2014 大阪府もずやん

## おおさか SNS 子ども安心サイト

保護者の方も一緒にご覧ください



#挑戦



**SNSの使い方をチェック!**  
ネットリテラシーテストに挑戦!  
満点をめざしてな!

#ルール



**保護者等大人の皆様へ**  
ルールづくりなど考えてみよな!

#動画



**トラブル回避! 動画集**  
どうしたらトラブルを防げるん!?  
まずは動画をみてな!

#トラブル



**これってトラブル??**  
トラブルや犯罪に巻き込まれたら  
一人で抱え込まず、相談してな!

#相談



**困ったときは…相談しよう!**  
ひとりでなやまんといて!  
困ったらなんでも相談してな!

#罰則



**パトロール強化中**  
身近に潜む危険を知ろう!

関西ばどグループと大阪府は包括連携協定を結んでいます。

### 大阪府子ども・大学生等食費支援事業の申込受付中!

府内に住む18歳以下の子ども・19歳~22歳の大学生等・  
妊娠されている方を対象に

**お米または食料品10,000円相当の  
食費支援を行います!**

給付を受けるには期間内に特設サイトからの申請が必要です。

○申込受付期間: 令和8年3月26日(木)~6月25日(木)  
○給付物品申込期間: 令和8年9月25日(金)まで



大阪府広報担当  
副知事もずやん  
©2014 大阪府もずやん



大阪府子ども・大学生等食費支援事業コールセンター  
TEL: 0120-479-208  
【開設時間】9:00~18:00(日祝日除く)  
【申請期間終了後は平日のみ】



※ひとりで悩まずご相談ください※

### ひとり親家庭等の皆さんへ

大阪府立母子・父子福祉センターでは、  
ひとり親家庭等の生活や就業等に関する相談を受け付けています。  
弁護士による法律相談も無料です。(養育費・親子交流・その他)  
お気軽にお問い合わせください!

お問い合わせ先 大阪府立母子・父子福祉センター  
TEL: 06-6748-0263 受付: (月~土) 10:00~16:00  
休日: 日・祝・年末年始(12/29~1/3)

HPはこちら LINEはこちら



# 会員限定 Present

応募締切：5月10日(日)  
※応募にはまみたん会員登録が必要です。

会員登録は  
もちろん無料!

▶応募はパソコン・スマホのどちらでもOK。

<https://mamitan.net/present>

※応募に関する問合せ：まみたんプレゼント係 ☎072-827-0810



## A ウーノ オールインワンシャンプー ボリューム・スマート

6名様

◆価格:オープン価格 ◆容量:480ml  
※種類は選べません。



男性特有の「ガシガシ洗い」のダメージを防ぐ、オールインワン。シャンプー・トリートメント・スカルプケア・ベースデザインの機能を持たせたトリートメント不要のシャンプー。スッカリした爽快感と未来の髪を健康を両立。シトラスグリーンティーの香り。

問：株式会社ファイントゥデイ ☎0120-202-166  
[brand.finetoday.com/jp/uno/](http://brand.finetoday.com/jp/uno/)

## B 希少糖チョコレート[トウ] ダークカカオ70%

3名様

◆価格:950円(税込)  
◆内容量:80g



脂肪燃焼をサポートするアルロースを配合した本格ショコラが登場。ゼロキロカロリーの希少糖「アルロース」を配合し、カカオ分70%の本格的なおいさと脂肪燃焼効果を両立。おいしく食べながら、ヘルシーな毎日をサポートします。オンラインサイトで先行発売中。

問：日新化工株式会社お客様相談窓口 ☎0120-12-1948  
[nissinkako.com/](http://nissinkako.com/)

## C かたりべ 果物2種セット (シャインマスカット・白桃)

3名様

◆価格:各990円(税込)



日本の農産物と食を支える人々への感謝を込めた「ニッポンエール」とコラボした商品。もぎたての果物のみずみずしい香りを調香師が表現しました。新鮮な果物の香りに包まれる贅沢なひとときを楽しめ、お香としてもお使いいただけます。

問：株式会社日本香堂 ☎03-3973-7768  
[nipponkodo.co.jp/shop/](http://nipponkodo.co.jp/shop/)

## D すっきり暮らす ベビーボトルスタンド

2名様

◆価格:3,850円(税込)



乳幼児の哺乳瓶から2Lの巨大ボトルまで対応する、燕三条製のボトルスタンドです。サビに強い18-8ステンレス製で、耐荷重約3kgのタフな設計。成長に合わせて長く使え、食洗機で丸洗いできるためお手入れも簡単です。丈夫さと清潔さを兼ね備えています。

問：株式会社ビーワースタイル ☎0256-47-1867  
[beworth.jp/](http://beworth.jp/)

## E 素材市場いわしのスナック 6袋入り2セット

3名様

◆価格:オープン価格  
◆内容量:90g(15g×6袋)



いわしがたっぷり入った、カリッサクッ食感のスナック菓子。いわしを生地に練り込み、ほんのり生姜の風味が香る甘辛い醤油味に仕上げました。お子様の成長を支えるカルシウムたっぷりのおやつとしてはもちろん、お酒が進む大人のおつまみにもぴったりな食べ切りサイズ6袋入り。

問：株式会社おやつカンパニー ☎059-293-2398  
[oyatsu.co.jp/product/sozai\\_ichiba/](http://oyatsu.co.jp/product/sozai_ichiba/)

## F キットウェル マグビルド スロープセット 72ピース

1名様

◆メーカー推奨年齢 3歳以上  
◆参考価格:8,299円(税込)



男女問わず幅広い年齢で遊べる知育玩具です。パッケージもオシャレになってプレゼントにも最適!基本的な図形9種類(正三角形・二等辺三角形(2種)・正方形(4種)・長方形(2種))にスロープパーツとボールが追加!自分だけのスロープ組立て遊びが楽しめます。

問：株式会社キットウェル お客様お問合せ mail:pr@kitwell-jp.com  
[www.instagram.com/kitwell.official](http://www.instagram.com/kitwell.official)

# 地域限定 Present

TOHOシネマズ  
ららぽーと門真

オススメ映画  
4月10日(金)公開

劇場版「名探偵コナン ハイウェイの墮天使」



© 2026 南山閣/名探偵コナン製作委員会

監督:進井隆弘  
声の出演:高山みなみ、山崎和佳奈、小山力也 ほか

コナン達はバイクの祭典「神奈川モーターサイクルフェスティバル」が開催される横浜・みなとみらいへ向かう途中、謎の黒い暴走バイクとそれを追う神奈川県警の萩原千速に遭遇。激しいカーチェイスの末、千速のバイクは大破し、あと一歩のところまで取り逃がしてしまふ。その後、コナン達が会場に到着すると最新技術を搭載した白バイ「エンジェル」のお披露目が行われていた。

応募は  
コチラから

パソコン・ケータイの  
どちらでもOK

<https://forms.gle/eBFoeKVgpKFL2waW7>



チケットプレゼント 5名様

＜公開中作品＞

鬼の花嫁  
ストリート・キングダム  
自分の音を鳴らせ。  
映画 えんとつ町のプペル  
～約束の時計台～  
劇場版スポンジ・ボブ  
呪われた海賊と大冒険だワワワワ!

赤ちゃんと一緒に入れる!  
ベイビークラブシアター®  
4月は2日(木)9日(木)16日(木)  
23日(木)30日(木)に開催!  
詳しくは右記QRより確認ください。

ご予約、  
映画の詳細は  
右記QRより



＜上映予定作品＞

4/ 3(金)～ ザ・ブライト!  
4/ 10(金)～ 劇場版「名探偵コナン ハイウェイの墮天使」  
人はなぜプラレターを書くのか  
ONE OK ROCK DETOX JAPAN TOUR 2025  
AT NISSAN STADIUM IN CINEMAS  
4/ 24(金)～ 最終楽章 響け!ユーフォニアム 前編  
ザ・スーパーマリオギャラクシー・ムービー  
4/ 29(水)～ SAKAMOTO DAYS  
アキト-超能力戦争-  
5/ 1(金)～ ブラダを着た悪魔2  
5/ 8(金)～ 劇場版「魔法科高校の劣等生 四葉継承編」  
未来



TOHOシネマズ ららぽーと門真  
☎050-6868-5074 <https://www.tohotheater.jp/>  
大阪府門真市松生町1番11号  
三井ショッピングパーク ららぽーと門真 1階

だていー  
(パパ)



知育

★♪♡ おやこでコミュニケーション ★♪♡

# いっしょにあそぼ!

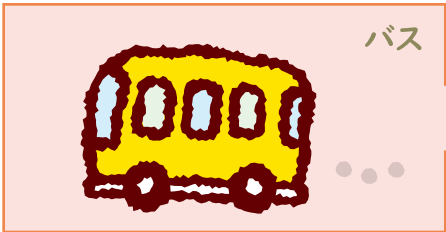
るーたん  
(こども)



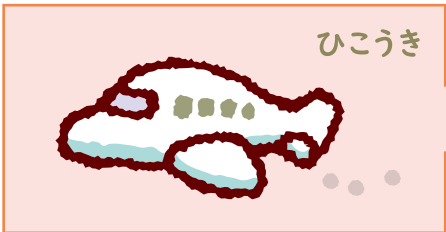
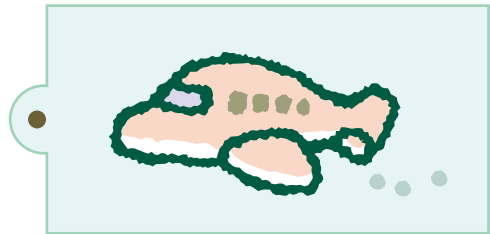
まみー  
(ママ)

## おなじかたちののりもの

みぎとひだりのえでおなじかたちののりものどうしを  
せんでむすびましょう。ぜんぶわかるかな?



バス



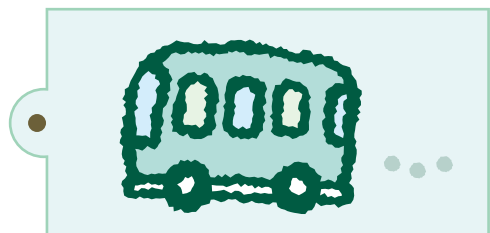
ひこうき



ふね



じどうしゃ



でんしゃ

