



わらう 語らう 交じらう



発行/株式会社 中日BB **広告掲載のお問合せもコチラ**
 〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F
 TEL 052-218-3332 FAX 052-232-3501
 ●mail...contact@chunichi-bb.co.jp
 ●URL...https://www.chunichi-bb.co.jp/ ※本紙記事・写真などの無断転載を禁じます

監修...齊木雅彦 発行部数...31,000部 発行日...2022年11月(不定期発行)
 配布場所...名古屋市内の民間保育園

<https://lau.nagoya/>



ワーキングママの 幸せキャリアプラン

Webサイトで
バックナンバー公開中!

忙しパパ・ママのために!
Lauがどこでも読めます!

気が付けばもう保育園へお迎えに行く時間。家についたらご飯にお風呂に明日の準備、そして元気な子どもたちの寝かしつけ……。『仕事も子育ても中途半端に感じる』『退勤時間に仕事が終わらずお家でもモヤモヤ』『もっと子どもと関わる時間が欲しいのに』など悩んでいる方もたくさんいるのでは?そこで今回の特集では「誰もが

自分らしさを軸に、能力を生かし挑戦できる社会をつくる」をミッションに、女性支援に取り組む学び舎 mom株式会社の代表である矢上清乃さんにお話をお聞きしました。働き方が多様化し、選択肢が増えています。キャリアウーマンと母、妻という同時に3つの役割を担う皆さんだからこそ一度立ち止まって考えてみては。

11月末まで 秋のキャンペーン **今なら 新規加入者全員が対象!**
 抽選でバルミューダがもらえるチャンス!

生協宅配システム アイチョイス **I choice** が **はじめてセット無料!**
親子時間を確保します!

「はじめてシリーズ」10セットからお好きなものを1つ選べます!

さらに **Webから加入なら、さらにもらえる!**
 WEBからの加入の場合、
 「スパイスと旨みのカレールー(辛口・中辛)」
 1袋ずつをセットでもれなくプレゼント!

お申込みは **こちら**

忙しいママ・パパも大助かり!!
生協のミールキット(食材セット)

- 野菜やお肉は国産
- 野菜はカット済み
- タレは化学調味料なし
- お値打ち感も好評

★ポテトミートグラタン
 ★ウインナーとじゃがいものバジルサラダ風
 ★五目根菜のうま煮
 ★とろとろデミグラスオムライス

CMで紹介されたミールキットを **無料でお試し!**

★野菜たっぷりつけごはん

あいち生活協同組合 ☎ 052-821-2019 アイチョイス 検索

名古屋市南区薬師通1-14(受付/平日9:00~18:00) ※個人情報につきましては加入のための資料請求・ご連絡の目的に限り利用します。



子育てと仕事の両立～幸せな働き方とは～

仕事が終わって保育園に子どもを迎えに。パタパタと夕食、入浴、寝かしつけ…。自分の時間なんてほぼ無し、子どもとの時間もゆっくり取れない。「こんなことで良いのかしら…」と悩む時、ありませんか。子育てと仕事を幸せに両立するには、少し「立ち止まる」ことが大切なようです。



Question

清乃さんに聞いた！

幸せに働くポイント

時間がない×



現職に満足

自分を労わる時間を確保しましょう。罪悪感には必要はなし！子育てをしていると、ひとりの時のようにいかないことも多いけれど、仕事と子育てをしている時点で、十分な頑張りだと自分をほめてあげてくださいね。

時間がない×



なんだかモヤモヤ

実は、この層の人が一番多いかも。モヤモヤは、仕事を換えればなくなるものなのでしょうか。少しだけでも立ち止まって、自分の声を聞くことが大切です。「何を大切に生きたいのか」「どんな瞬間に幸せを感じるか」。1日10分考えて、その日の気づきや学びを手帳に書くだけでも変わってきますよ。

時間がない×



転職したい

コロナ以降、オンラインでできる仕事が増えました。そのためスキルを習得したり、目標になりそうな人のセミナーに参加したりしてみましょう。自分の未来像がだんだん具体化されてきます。

私と仕事のイイ関係づくりに、効果的な方法



01 話を聞く＆聞いてもらう

周りの人と、仕事や生き方について考えていることを話してみましょう。話すことで、考えが深まったり、視野が開けたりします。



02 「べき」ばかりで考えない

仕事は「〇〇すべき」で決まってしまうことが多いけど、自分の気持ちには丁寧に耳を傾けて、「〇〇したい」も大切に。悲しみや嫉妬にも蓋をしないで、受け止めてみて。

Answer

「自分で考える」が大切な時代です

コロナ禍もあり、時代はどんどん変わっています。「雇用されて働く」が当たり前だった時代から、今後は複数の仕事を組み合わせるような働き方が増えていくでしょう。企業に所属する自分ではなく、正真正銘の自分自身で勝負していく時代です。最近では「パラレルキャリア」「ジョブ型雇用」「リカレント教育」「リスキリング」などの言葉が生まれ、広がってきました。「学び続け、自分で考え、選び取っていく」ことが大切になってきます。子どもの教育でも「探求学習」など、考える力を養うことに重点が置かれるようになってきましたね。母親という役割を担う人たちにとっては、チャンスかもしれません。なぜならこれまで、誰よりも切実に時間や場所の不自由さと向き合ってきたからこそ、新しい働き方を生み出していくモチベーションが大きいからです。ピンチはチャンス。ライフイベントが多く、受容して変化していく力が必要なポジションだからこそそのアイデアとパワーで、より自分らしく、子育ても仕事も楽しんでいきましょう。

教えてくれたのは…

矢上 清乃さん



学び舎 mom 株式会社代表。自身の子が1歳の時に子育てサークル「ママスタート・クラブ」を立ち上げ、2013年、新築にママたちのコワーキングスペースをつくり、現学び舎 mom を創業。以来「誰もが自分らしさを軸に、能力を生かし挑戦できる社会をつくる」をミッションに、女性支援に取り組んでいる。

子育ての悩み・子どもの病気の
こと、悩まずお電話ください。

育兒に奮闘している方へ

つかえる安心ダイヤル

いつでもドクターサポート

年間 3,960円 (税別 3,600円)
月額 300円で!

- 子どもが夜中に熱を出した、どうしよう？
- アレルギー、どんなことに気を付けたらいいの？
- 不意のケガの応急手当て、どうすればいいの？
- 反抗期、どう接したらいいの？
- おもちゃの部品を誤飲してしまった、どうしよう？
- 旅行中に急な発熱、近くの医療機関を知りたい

24時間健康相談サービス

医師・保健師・看護師などの有資格者が24時間ご相談をお受けします。



セカンドオピニオンサービス・受診手配サービス

▶ 最良の治療を選択するためのセカンドオピニオンを手配します。専門医との面談手配(オンライン・電話相談可)

▶ 通院先の医療機関では対応できない専門的な治療が必要な場合、当サービスの医療機関ネットワークからその治療が受けられる医療機関を探し、受診手配します。

※ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご希望に沿えない場合がありますので、ご不明点はお問い合わせください。

お申込みの方には詳しい資料と申込書を送付します。(委託先 ティーベック株式会社)

資料請求



【個人情報の取り扱いについて】いただいた個人情報は資料の発送、問合せの対応に使用します。それ以外の目的外利用、第三者提供はご本人様の同意なく実施いたしません。個人情報の開示訂正・削除についてはご本人様の確認の上対応いたします。個人情報に関する問い合わせ先 株式会社中日メディアブレン PMS 管理責任者 052-232-3500

お問合せお申込み

株式会社 中日メディアブレン 名古屋市中区栄 2-11-30 セントラルビル5階 TEL 052-232-3500 (平日 9:30~17:00)

教育 NEWS

東海地区にはさまざまな特色のある私立小学校がたくさんあります。今回は、英語教育について各学校の先生にお聞きしました。

気になる英語教育！どんな取り組みをしているの？



2020年4月に始まった教育改革。小学校での英語授業の開始もその一つ。多くの公立小学校では3・4年生で週1回、5・6年生で週2回の授業時間が取られている学校が多いです。(6年間で210時間程)

SUGIYAMA



小学校を卒業するころには約80%の生徒たちが中学2年生以上のリスニング力、スピーキング力を身につけているように！

椋山女学園大学附属小学校

椋山小学校では、1年生から6年生までの6年間で470時間もの授業を受けることができます。さらにクラスを2つに分け1クラス15人以下の少人数で授業を行っています。教員もネイティブの先生が5人常勤しており、全員がケンブリッジ英検試験官資格を保有しています。英語の授業だけではなく校外学習や宿泊研修、学校行事の工の授業、英語を使ったプログラミングなどを行っています。さらに希望者には夏休みに2週間のオーストラリア海外語学研修も実施しています。近年はコロナウイルス感染症のためZoomで交流するなどの対応を行っています。

帝京大学可児小学校

帝京大学可児小学校では、教育理念である「21世紀のグローバル社会に通用する人材育成」具現化の一環として英語教育に力を入れており、英語をコミュニケーションスキルとして使いこなせるように、そして自分で感じ、考えたことを積極的に表現しようとする態度を育成することを大切にしています。授業時間は1年生から3時間、4年生は4時間、5・6年生は5時間、確保しています。低学年ではフォニックスとアクティブラーニングを中心とした学習法や単語を自然習得しながら英語で話すことを楽しんだり、様々な活動に挑戦したりしています。4年生以上は、ネイティブ教員だけでなく日本人教員による授業を、そして5・6年生では中学校教員も加わっての習熟授業を行っています。6年生は、現在ガムの小学校とのオンライン交流を継続しています。



ネイティブ講師を招いて行う夏休みのイングリッシュキャンプや国内短期留学など、実践的に学べる機会がたくさんあるんだって。



南山大学附属小学校

南山大学附属小学校では、1年生から6年生まで継続的に英語教育を行っています。授業はネイティブ教員と日本人教員のチームティーチングにより真の国際性を養います。楽しみながら英語力がつくように歌・群読、場面を設定した会話、音の学びのフォニックスやリーディング、他教科を英語で学ぶクロスカリキュラムやタブレットを利用するオリジナル教材などを使いながら、自信を持って英語で会話する姿勢を育みます。

NANZAN



お友だちとの学び合いを通じて互いに理解を深め合うこと、将来の夢の実現に向けて英語を活用しながら人間関係を豊かにする力を身につけることができるのね！



名進研小学校

名進研小学校では、1年生から「英語を英語で」学んでいます。1年生から3年生は週3時間、4年生から6年生は週2時間の授業があります。そのうち1時間は、指導経験豊かな外国人教師が担当し、フォニックスや音声主体の文法練習メソッドなどを取り入れています。低学年では歌やゲームを通して体を動かしながら、高学年ではリーディングやライティングを交えながら、楽しく英語に親しんでいます。また学んだ英語を活かすチャンスとして、進学塾名進研の海外留学プログラム「子ども海外探検隊」in CANADA(3・4・5年生対象)、5年生は夏休みに福島県のプリティッシュヒルズでの宿泊研修(オールイングリッシュ)があります。

MEISHINKEN



昨年夏には、ニュージーランド現地校とオンライン交流を行い、海外文化交流を通じて生きた英語を同世代の子どもたちから学んだんだって！

瀬戸 SOLAN 小学校



算数・理科・生活の一部と音楽・体育・アートの時間は外国人教員による英語での授業なんだって！

瀬戸 SOLAN 小学校では、英語の授業だけではなく6年間の全カリキュラムの約4割の授業が英語を使って行われています。自国を基準とするインターナショナルの考えではなく、地球社会の一員としたグローバルな考えのもとに英語を習得し、活用型のプロジェクトや探究の授業での活用を目指しています。英語を身につけることが目的ではなく、海外の情報をリアルタイムで得たり、世界全体の抱える問題の解決につながる方策を発信したり、言語をツールとして活用することを目的としています。

SETO SOLAN

津田学園小学校

津田学園小学校では、1年生から週2時間英語の授業を行っています。ネイティブ教員との日常的なコミュニケーションから、英会話・英文の音読など、さまざまな活動を取り入れた授業を受けることができます。さらにタブレットを使った英語4技能検定を導入しています。月に一度はオンラインを活用し海外との英会話を行っています。アメリカやメキシコ、ドイツなど世界各地から視察に訪れるゲストとの国際交流活動として生徒たちは習った英語を使いコミュニケーションをとっています。

TSUDA



夏休みには、希望者を対象に対面とオンラインのハイブリッド型国内英語研修を行ったそうよ！

AKATSUKI



外国人教員が常駐していて、日常的に英語で会話をしたり、外国の文化に親しんだりすることができる環境が整っているそうよ！

暁小学校

暁小学校では、1年生から4年生で週2回、高学年で週3回の英語の授業を、外国人と日本人の先生がチームで行っています。低学年時からフォニックスを学習し、英語の音を正確に聞き取り、文字を正しく読み書きする力を養っていきます。世界で広く使われているジョリーフォニックスという指導法を採用し、英語の音一つ一つを、物語・歌・ジェスチャーなどを使って楽しく効果的に学習します。低学年時に身に付けたフォニックスの知識をもとに、中学年では英語劇や英作文に、高学年では多読・スピーチ・文法学習にも力を入れて取り組み、英語で発信する力を養っていきます。

元気いっぱい
笑顔あふれる
暮らしのお店

magic mama

11月

詳しくは
ホームページを
チェック！

HP <http://www.magicmama.net/>

Twitter https://twitter.com/eco_magicmama/



ココナッツの花蜜からできた無添加・無漂白の天然のお砂糖

ココワール 『有機ココナッツシュガー』

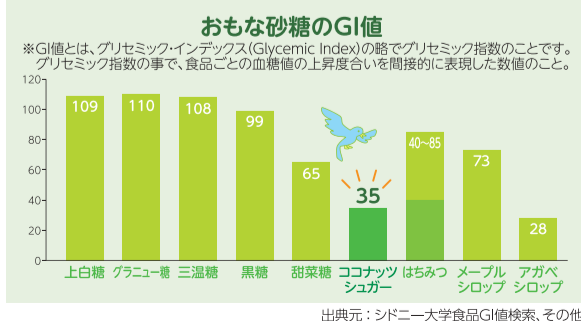


天然糖の中で極めてGI値が低く消化がおだやかだから、血糖値の急上昇を抑え体に負担をかけにくいお砂糖です。 972円(税込)

なんとなく、体調が優れないという方に
マイクロアルジェコーポレーション



『禅』クロレラエキス&藻体を中心に、ヤマブシタケ、ヒハツエキス、米黒酢粉末、梅肉エキス、ヘスペリジンなどの天然成分を凝集。元気な血液づくりをサポートし、身体のバランスを整える複合栄養食品です。 29,160円(税込)



event news!

『ポーセラーツ作品づくり・鏡もちアチ』

白磁に転写紙・上絵の具を使って、季節の飾りを作ります。

日時* 2022年11月26日(土)13:30~16:00
定員* 5名 参加費* 2500円(税込) 持ち物* エプロン
ご希望により金彩も加えることができます。(追加料金)

お申し込みは、電話・FAX・メールにて



size : 4.5×4.3×h6cm

〒451-0041
名古屋市西区幅下1-6-2
TEL 052-564-9777
FAX 052-564-9780
✉ info@magicmama.net
営業時間 11:00 - 17:00
休日 土・日・祝日
★イベント開催時営業
駐車場あり

地下鉄 鶴舞線・浅間町②出口
桜通線・丸の内⑧出口



(株) エス・エヌ・ティー直営のマジックマーマは「家族の健康と笑顔をつなぐ」をテーマとしたコミュニティショップです。(1F)自然に優しい商品の販売 (2F)レンタルスペース/各種イベントを開催しています。



ドナルド・マクドナルド・ハウス なごや

病室・治療からの開放。
自由に過ごせる安らぎのひととき。

日本の小児がん医療を支える「名大病院」 患者と家族をつなぐ「ドナルド・マクドナルド・ハウス」

vol.③ 病院と自宅… その間の`わが家、

そのため、入院も長くなり、家族や病院のフォローが欠かせません。また、「入院・治療は、家族それぞれに生活の変化がおこります。家族でゆっくり話し合う時間も減ります。外泊許可が出ても、自宅が遠方ではなかなか帰れなかったり、帰れて

なごやハウスは、12家族が利用できる3階建て。アットホームで広々とした空間はホテルの様。自炊できるキッチンやダイニングルーム、トイレとお風呂付きのベッドルーム、ボランティアの方々が提供した本がズラリと並ぶ広い図書室、洗濯室などが完備されています。



実際の施設の中の様子や、なごやハウスを利用しているご家族の方のお話を伺いました。

名 大病院の小児がん医療は、小児がん治療センター、小児外科系病棟、総合周産期母子医療センター新生児部門からなり、日本の小児がん医療の`最後の砦、として、全国15施設(厚生労働省による小児がん拠点病院)の中でもトップクラス。



「小児がんの治療は大人の治療にくらべ、抗がん剤が効きやすいため、治療は長期化する」と高橋教授。

も移動が負担になったり…。また、家族が来てもしっかり過ごせる場所がなかったり…。そんな時こそ、「ドナルド・マクドナルド・ハウス なごや(名古屋市昭和区)」の利用をすすめています」と梶山看護師長。

「ドナルド・マクドナルド・ハウス」は、自宅から離れて入院している子どもと、家族と一緒に過ごせる滞在施設。`第二のわが家、として病院のすぐそばで運営されています。治療と治療の間の期間や、外泊許可がおりた時など、プライベートな空間で家族とゆっくり過ごすことができます。

(記事提供)



名古屋ベビータイムズは「主役は子どもたち」をテーマに子育て情報をお届けするWEB新聞です。

続きはこちらから



babytimes.jp

アンケートに答えて **プレゼント** もらおう!

締切 12/9金

「マジカルチェンジ♡メイクアップメルちゃん」
(7,920円税込)

9/17に新発売の「マジカルチェンジ♡メイクアップメルちゃん」アイシャドウやチーク、リップなどのメイクやフェイスペイント、ネイルやプレスレットもできます。

1人

セット内容

- ♡メイクアップメルちゃん(パンツ付き)+ドレス
- ♡マジカルパフ
- ♡メイクボトル
- ♡メイクチップ
- ♡リボンクリップ2個
- ♡くっ♡くし
- ♡カチューシャ
- ♡お片付けバック
- ♡はじめてBOOK

問い合わせ / (株)パイロットコーポレーション おもちゃのお問合せ窓口 ☎ 052-732-4924

アンケート内容

①氏名 ②住所 ③電話番号
④家事・育児の時短テクニックがあれば教えてください

申込先

右記QRまたはLau WEBサイトから
<https://lau.nagoya/>

地元で採れた旬の野菜セットが届く生活、くらしを耕す会で始めませんか？

POINT 1 農薬・化学肥料0(ゼロ)栽培
くらしを耕す会の野菜セットは、全て農薬・化学肥料不使用です

POINT 2 愛知県で採れた野菜を箱詰め当日にお届け
名古屋市内の方は箱詰め当日中に名古屋市外の方は箱詰めの日にご自宅までお届けします

POINT 3 送料込みでこの値段

大セット (5~6人家族)	3,478円 (税込)
中セット (3~4人家族)	2,830円 (税込)
小セット (1~2人家族)	2,290円 (税込)

新規ご入会で
1000円チケット
プレゼント中

流域自給で豊かなくらし (有)くらしを耕す会 名古屋市昭和区広路本町4-2

まずは、おためし野菜セットから
お申し込みはホームページまたはお電話で
<https://kurashitagayasu.com/> / tel 052-851-7200

アフリカから上陸！年齢肌に注目のマルラオイル

知ってる人だけ
キレイになる。

この時期、体型は服でごまかしても、顔はごまかすどころかより顕著に表れる私のオバサン化。口元にはつきりと深いシワ、毛穴は開きっぱなしでタルんだ感じ…。なんとかしなければ！と、毎年色々な化粧品を試してみても「これ！」というのがない。困った…そう、美人カメラマンのSさんなら何か知ってるかも!?

元々50代には見えない美魔女のSさんは、日本より日差しが激しいアフリカに滞在していたが、ますますキレイになって帰国し、周囲を驚かせた。顔全体がツヤツヤと垢抜けた感じで、ハリと潤いで若見えする。その秘訣を聞いたら、「マルラオイルのおかげなの」。

オリーブオイルのなんと10倍の抗酸化力*

マルラとは、日差しや乾燥の激しいアフリカ南部にそびえる大木で、その実を搾ったオイルは酸化しにくく保湿力に優れている。現地では美容はもちろん、マッサージオイルやベビーオイルとして古来より活用されているのだとか。

一滴の中には年齢肌にとって大切なビタミンE(保湿成分)、オレイン酸、オメガ3・6など、肌に潤いを与える美肌成分がたっぷり。抗酸化力*でいうとオリーブオイルのなんと10倍**、アルガンオイルの3倍以上**！と、美容通の間で話題になりつつある。

生産しないため、この時期は予約する人が殺到しているのだとか。

私も早速使ってみたら、洗顔後たった1~2滴で顔全体によく伸びる。さらにオイルとは思えないほどサラサラで、肌の奥まですぐに浸透していく。ベタつかず、油焼けもしないのに加えて、オイル独特のニオイがしないのもうれしい。手に残ったオイルをすぐにかまらる私のパサパサ髪に塗ったら、あらびっくり、いい感じに。一度使えば虜になって手放せないヴァーチエのマルラオイル。日本ではまだ知名度は低いですが、人気が高まるに違いない。

※使用感には個人差があります。

100%ナチュラル 油焼けやベタつきなし

100%ナチュラル

VIRCHE(ヴァーチエ) マルラオイル

通常価格4,048円が **初回半額** 1,998円 (税込) 送料無料でたっぷり約60日分

初回限定 お一人様1個限り

【パッチテスト試験済】全ての方にトラブルが起らないということはありません。

申込期限: 2022年12月28日(水)まで! 大変希少なオイルのため、在庫に限りがございます。

0120-047-765

お電話でのお申込みの際は必ず下記のお申込み番号をお伝えください。

お申込み番号 C639

●お支払い方法は、NP後払い(手数料180円/郵便局にて追加手数料がかかる場合がございます)、代金引換(手数料300円)、クレジットカード(手数料無料)よりお選びください。*クレジットカードでのお支払いをご希望の場合は、お電話またはインターネットよりご注文ください。*ハガキ・FAXでのご注文の場合はNP後払いとなります。商品は1週間前までお届け。返品は商品到着より30日以内(送料お客様負担、事前に要連絡)。お客様の情報は厳重に管理の上、商品のお届け、または各種サービスのご提供を目的としてのみ使用いたします。

マルラオイル 検索

エイジングケア化粧品 VIRCHE 株式会社ヴァーチエ 〒532-0011 大阪府大阪市淀川区西中島6-1-15 6F