私たちは子育てを
全力で応援
します!!

知って得する

地域の子育て応援サポーター

毎日の家事育児、ありがとうございます。
コロナ禍で外出もままならない生活が続き、
子どもも大人も息抜きが必要ですよね。
そんな親子に強い味方、
地域の子育て応援サポーターをご紹介します。
子ども・子育てを見守っていく環境を、
これからも地域みんなで作っていきます。

QRを読み込んでね

QRを読み込むと、MamaCanHP内「地域の子育てサポーター」のページに飛びます。応援してくれる方々から、育児を頑張っているあなたへちょっとしたプレゼントがありますよ。

NPO法人MamaCan
contact@mamacan-m.com
ママキャン　松戸で検索

MamaCanの情報はこちらからGet!

14号の感想をお聞かせください

Can-Day vol.14　2021年9月発行　発行部数10000部　発行元NPO法人MamaCan　松戸市本町13-27

Can-Day キャンディ

ママが作った！0〜18歳までの子育て情報誌

TAKE FREE

Sep.2021
Vol.14

一足先に知っておきたい

介護のいろいろ

つながるプロジェクト　2
お仕事準備室　3
小金原地区ウォーキングマップ　10
みんなの居場所　11
MamaCan Cast Page　12

表紙モデル：ゆのりの
撮影協力：ブラーレ松戸
Photographer：石川沙織
デザイン：三木由美恵・fumiko

Can-DayはNPO法人MamaCanが発行する子育て情報誌です

NPO法人MamaCan

ママの想いを形に。

Vision ～MamaCanの目指す未来～

誰もが子育てを通して共に寄り添い、
自分らしく生きられる社会

「子育てはキャリア」をモットーに、ママに寄り添う場、活躍の場、情報発信を通じて、家族に笑顔があふれることを目指しています。

MamaCan サポーター企業様

- 株式会社大功
- 株式会社フェアグローブ
- いろどり歯科~こどもの歯医者さん~
- 日蓮宗千葉県北部青年会
- 太陽ハウス株式会社
- 税理士法人サニタス
- シンコースポーツ株式会社
- 流山おおたかの森Ｓ・Ｃ
- CoworkingSpace Flat Cafe&Bar
- プラーレ松戸
- 生活協同組合コープみらい
- 東洋エニシア株式会社
- 大樹生命保険株式会社　松戸営業部
- 株式会社ベビーリース
- ピーナッツサブレー本舗　株式会社 富井

(順不同・敬称略)

まつどでつながるプロジェクト

まつどでつながるプロジェクト OnlinePark オンラインパーク

on-line 学習からリニューアル

C-LAB

子どもたちの発想力を引き出しながら、「働く」体験を通して自ら考えてやり切る力を育むラボです。様々なミッションに取り組んだり、新たなビジネスを生み出して行きます。

- ●毎週水曜日 16:45～18:00
- ●対象年齢 10～15歳
  （対象年齢以外のお子さまの参加をご希望の場合はご相談ください）
- ●会費 月額 4,000円

プログラミングコース

scratch というツールを利用して作品作りをします。ブロック型のプログラミングなので簡単に作れて学べます！
作った作品を発表することでプレゼンの力を養っていきます。
絵を描くことが好きな子・ゲームやアニメを作ってみたい子におススメ。

- ●毎週金曜日 16:45～18:00
- ●対象年齢 6～15 歳
- ●会費 月額 6,000 円

お申し込みや詳しい情報はHPにてチェック☆

駄菓子屋カフェ くるくる

遊びも！カフェも！子どもも親子も楽しめるキッチンカー

駄菓子屋カフェくるくるは子どもや子育てにやさしいキッチンカーです。昔あそびやなつかしい駄菓子にワクワク☆授乳やおむつ替えスペースも完備！みんなで遊びに来てね♡

- 毎週水曜日 10時～17時
- 常盤平天真寺 秋山慶国寺など
- 雨天・荒天の場合 子育てつながるセンター co-no-miにて開催の場合あり

開催日と開催場所はインスタかLINEで届くイベント情報でチェック！

＜お問い合わせ＞
まつどでつながるプロジェクト運営協議会
070-1362-3777(平日10:00～15:00)
info@m-tsunagaru.com

ママと女性のお仕事準備室

子育てはキャリア

子育て経験を活かした新たな視野で、
強味を活かした働き方を探しましょう！

LINE公式アカウント立ち上げました。
自分らしく働くためのお役立ち情報をお届けします。

お仕事準備室LINE

LINE友だち登録でお得な情報をGET☆

MamaCanHP 働き方ページ

働き方サポート情報はこちらから

表紙撮影会のご参加、ありがとうございました！

nabekyo

あお・かい・ママ

とあおママ☆

mexicanas

なっつん

ちー

きゃず

なの＊あお

まるまる

ゆりあ

あやこ

nishikado3kids

みづみづ、りこりこ

一足先に知っておきたい 介護のいろいろ

「介護はまだまだ先のこと」
「自分が頑張らなきゃ」
…と思っていませんか？
介護はある日突然やってきます。
「わからない不安」をそのままにせず、
一足先に備えておきましょう。

共働き＋突然の介護突入 ver.

ママは43歳、パパは45歳。子どもは5歳と2歳。
ママ方のおじいちゃん78歳、おばあちゃん76歳。

同居でわいわい仲良く楽しい日々。保育園のお迎えはおばあちゃんの担当。共働きのママとパパは少し余裕が持てて充実した毎日です。
まだまだ元気なおじいちゃんとおばあちゃんは、ママやパパに心配されながらも買い物やお出かけもマイペース。

そんなある日、買い途中でおばあちゃんが転倒して骨折。
3ヶ月の入院へ。

もしかして ダブルケア？？

ダブルケアとは。
育児と介護が同時期に
発生する状態のこと。

以前と比べておばあちゃんの体力がどんどん低下

家事育児をおばあちゃんに頼っていた分どうしよう？

退院しても元通りの生活は難しそう

こんな心配や悩みが起きがちです

①頼っていた分の家事や育児どうしよう？
②介護で仕事を続けられないかもしれない…
③家を介護のために改装しないと！
④しっかり者の親が認知症？
⑤認知症なら見守りが必要？
⑥介護はお金がかかりそう、どうしよう？

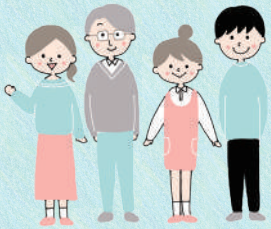
こんな風になりがちです

①私がもっと頑張らなきゃ！
②自己判断でジョブチェンジ
③リフォームしよう！
④いやいやまだまだ大丈夫！
（受け入れられない）
⑤介護サービスの頻度を上げよう！
⑥貯金を崩そう！

ダブル受験生＋じわじわ介護 ver.

ママは48歳、パパは50歳。子どもは大学受験生と
不登校で引きこもりがちな中学3年生の2人。

おばあちゃんに先立たれたパパ方のおじいちゃん82歳とは市内別居。以前は家族でよく遊びに行っていたけれど、子どもたちが大きくなり、訪問の回数も頻度も減ってきていました。子どもたちの心配もかかるお金も尽きなくていっぱいいっぱいな最近、おじいちゃんの様子がなんだかおかしい？



同じことを何度も聞く。
さっき言ったことを
忘れている？

外出などの意欲や気力、
関心が低下している？
（無表情の時が多い？）

冷蔵庫や日用品の
棚をチェック！
（同じものばかり
買っている？）

もしかして 認知症？？

他にもこんなチェック項目があります！
認知症チェックリスト

ひとりで抱え込まないで！

①疲れ果てる前に家族と窓口に相談を
②焦らず現状維持が大切！
職場や窓口に相談を
③福祉用具のレンタルで乗り切れることも
④認知症は特別な病気ではありません
早めの対処で互いに暮らしやすく
⑤地域コミュニティへの参加を！（P9へ）
⑥医療機関できちんと診断を受けて、
介護保険を活用しよう

相談できるところ P8,9

共働き＋突然の介護突入 ver.

家族以外のサポートを使って不安を減らしましょう！

・医療ソーシャルワーカー
病院に所属していて、退院後の生活を調整してくれます。退院後の生活の不安や準備することなどを相談しましょう。

・ケアマネジャー
介護サービスの利用にあたって、プランを考案してくれる役割です。高齢者いきいき安心センターで紹介してくれます。

・福祉用具レンタルサービス
退院後の住まいを整える必要がある場合、リフォームを！と焦りがちですが、用具のレンタルで乗り切れることもあります。

ワンポイントアドバイス　Point!

訪問介護やデイサービス（通所介護）などの介護サービスを活用し、介護をする人も受ける人もできるだけ無理をしないように気をつけましょう。生活のための動作一つひとつがリハビリです。心配しすぎず、家事や外出もできる範囲で手伝ってもらいましょう。ダブルケアの場合、介護でも育児でも課題を抱えがちです。家族は介護や育児の不安や悩みを定期的に相談、発散できるコミュニティを見つけておくといいでしょう。

ダブル受験生＋じわじわ介護 ver.

認知障害を認め相談してサポートを利用しよう！

認知症は誰でもなり得ます

認知症は「加齢による物忘れ」とは異なり、脳の病気や障害によって脳の神経細胞が破壊されて減少し、認知機能が低下していく状態です。「加齢による物忘れ」が記憶の中の体験の一部を忘れることであるのに対して、認知症は体験そのものが記憶から抜け落ちてしまいます。例えば「加齢による物忘れ」が「夕食のメニューを忘れる」のに対して、認知症は「夕食をとったことそのものを忘れてしまう」のです。

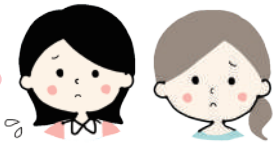
認知症にはいろいろな種類があります

認知症には原因となる病気がいくつかあります。脳梗塞など脳出血を原因とするもの（血管性認知症）、脳に異常なタンパク質が蓄積して起こるもの（アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症）などが主なものです。症状もさまざまで、記憶障害や幻覚が起こるものもあります。進行も緩やかに進むもの、調子の良い時と悪い時の波が激しいものなどさまざまです。

ワンポイントアドバイス　Point!

何度も同じ質問を繰り返されるとイライラしてしまいがちですが、認知障害を認め、「正解」や「何が正しいか」よりも、本人が地域で安心して暮らせることが大切です。松戸市には認知症患者やご家族が気軽に参加できる「認知症カフェ」などもあります。（P９へ）

こんな時はどうしよう？



要介護度が上がるとどうなるの？

利用できる介護サービスの種類や回数が増えるので、上手に活用しましょう。介護保険の支給限度額も上がるので、ケアマネジャーと相談して、介護する家族も高齢者も無理なく生活できるよう、サービスを活用していきましょう。

介護サービスの利用料が増えて大丈夫かな？

要介護度が上がると、介護保険の支給限度額も上がります。それでも負担が高額になった時は、世帯収入によって利用者負担上限額が適用されます。また、要介護度が上がると医療の利用額も上がりがちですが、高額医療と高額介護の合算制度もあります。

いつまで家で介護できるの？

介護をする人と受ける人が、お互いに無理をしないことが大切です。無理をしているなと感じるようになったら、介護施設への入居を考えても良いかもしれません。介護施設にはいろいろな種類があって、要介護度が低い時期から入れるものもあります。

ワンポイントアドバイス　Point!

できないことが増えていくと介護する家族の負担も増えますが、高齢者本人の自己肯定感、自尊心の低下も心配です。介護する人は介護の負担から、本人に辛く当たることも増えがちです。お互いにつらいなと感じた時は、抱え込まずに相談しましょう。

こんな施設サービスがあります

サービス付き高齢者向け住宅（省略：サ高住）

基本的なサービスは安否確認・生活相談・緊急時対応のみで、その他は必要なサービスを組み合わせて自宅にいる時と同じような生活が送れる施設。自立度が高めの人向けのホームが中心だが、医療に強いホームもある。

介護老人保健施設

介護を必要とする高齢者の自立を支援し、家庭への復帰を目指すために、医師による医学的管理の下、看護・介護といったケアの他、作業療法士や理学療法士等によるリハビリテーション、栄養管理・食事・入浴などの日常サービスまで併せて提供する施設。

有料老人ホーム

自立から要介護まで幅広く受入可能。医療特化型ホームやリハビリ特化型ホームもあり。基本的に終身で見てもらえる。

特別養護老人ホーム

要介護３以上の方が対象で、基本的に生活全般の介護を提供する施設です。主な内容は入浴、排泄、食事などの介護、その他の日常生活の世話、機能訓練、健康管理及び療養上の世話を行う。

グループホーム

認知症の診断がある方や要支援 2 以上の方が対象で、地域密着型の為住民票のある自治体のホームにしか基本的には入居出来ない施設。

その他居宅サービスとして、訪問ヘルパー（訪問介護）、訪問看護、訪問リハ、デイサービス（通所介護）、デイケア（通所リハ）、ショートステイ（短期入所）などの介護サービスもあります。ご本人にあった施設または居宅サービスはケアマネジャーが相談に乗ってくれます。

相談できるところ

活用できるサービスや制度が
たくさんあります。まずは相談を！

・高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）

高齢者の方、そのご家族、近所に暮らす方の健康や福祉、医療や生活に関することをなんでも相談できます。松戸市内に15ヶ所あり、来所、電話、訪問、メールなどで受け付けています。「まだまだ元気だけど、これからのことを考えておきたい」という相談や遠方の家族の相談もOKです。また、高齢者虐待の通報窓口にもなっています。地域のセンターを調べておきましょう。

・福祉まるごと相談窓口（ふくまる）

福祉に関する困りごとを相談できます。特に、家庭内で多分野にまたがる複数の問題が絡み合ってしまった場合や、どこに相談すれば良いのかわからない場合に、専門職が一緒に考えて解きほぐし、それぞれの問題の担当部署につないでくれます。

・情報収集はこのサイト　まつど DE いきいき高齢者

地域で高齢者が安心して暮らし続けるための情報が集まっています。

介護保険を活用しよう！

介護保険とは

高齢者の介護を社会全体で支える仕組みです。40歳以上が加入し、健康保険料と一緒に居住自治体へ納付します。主に65歳から被保険者としてサービスを受けることができ、サービス費用の1～3割を自費で負担します。ヘルパー（訪問看護・介護）やデイサービス（通所介護）など利用できるサービスはさまざまです。

介護保険の使い方

介護サービスの利用には、市役所介護保険課や各支所で申請を行い、どのくらいの支援が必要かを判断する「要支援、要介護認定」を受け、認定に応じて利用することができます。申請の方法や申請が可能かどうかについての悩みも、高齢者いきいき安心センターへ相談しましょう。

ワンポイントアドバイス

Point!

介護が始まるかもしれないと思うと焦ってしまい、自分だけ、もしくは家族だけでなんとかしようとして行き詰まってしまうことも。ダブルケアなど、悩みが他分野にまたがることも多いので、生活を変える決断の前に窓口へ相談しましょう。
介護はする人も受ける人も、地域コミュニティとつながって、抱え込まないことが大切です。

地域コミュニティ＆民間の相談先

民間の相談先ともつながり、通いの場、高齢者の見守りの仕組み等の地域コミュニティに参加することで「ひとりじゃないんだ」「自分もここにいていいんだ」という安心感が生きる希望にもつながっていきます。

介護者のつどい・認知症カフェ

介護をする中での不安や悩みなどを気軽におしゃべりできます。ついつい抱え込みがちな介護者の体験をシェアして励まし合う場です。認知症カフェは、認知症患者の方も介護者の方も参加でき、それぞれの思いを吐き出せる場になっています。

はつらつクラブ

旧称「老人クラブ」。町会ごとに組織された、高齢者の仲間づくりの場です。清掃やスクールガードなどのボランティアから、スポーツまで、幅広い活動を行っています。

NPO 法人人材パワーアップセンター

シニアの仲間・居場所・健康・環境・生きがいづくりを目標に活動しています。内容は、ストレッチ、料理、起業、サロン運営など幅広く、地域の活性化に貢献しています。

あんしん電話

高齢者の一人暮らしや夫婦の世帯に週に一度、自動音声とボタン操作で応答する安否と体調確認の電話がかかり、返答内容を医療介護施設と町会・自治会で共有します。心配な方は再度の連絡や訪問で見守ります。

元気応援くらぶ

地域住民が自主的に立ち上げている交流の場です。介護予防が大きな目的で、活動内容はグループごとに異なり、自分に合った雰囲気や活動を選んで参加できます。

まつど☆笑いヨガクラブ

まつど暮らしの保健室

一般社団法人まつど地域共生プロジェクト（通称「Mi-Project」）が主催する、健康についてのちょっとした不安や悩みを相談できる場です。認知症家族サポートサロン（認知症カフェ）や健康相談、講座など定期的に開催しています。

監修：松村大地
松戸生まれ / 理学療法士 / Mi-Project 理事長／まつど暮らしの保健室代表

病院や通所・訪問リハビリの経験を経て、誰にとっても地域の居場所が必要だと実感し、居場所づくりを実践中。NPO 法人まつど NPO 協議会にも所属し、地域づくりをお手伝いする「生活支援コーディネーター」を担っており、介護領域から福祉領域まで幅広く活動している。

家族みんなで歩いて健康に！

小金原地区 ウォーキングマップ

歩いて健康を手に入れつつ、住んでいる街の魅力を再発見しに出掛けてみてはいかかですか？

3 根木内歴史公園

戦国時代を物語る歴史遺産や樹林や湿地などがあり、松戸にいることを忘れてしまうような自然豊かな公園です。駐車場やトイレもあり便利です。

4 晴香園内 cafe 赤い花白い花

（月～金の営業 / 営業日時は要確認）
TEL：047-345-8977
疲れたらこちらで一休み。
事業収益を子どもの成長支援に使用しています。

5 了源寺

日蓮宗のお寺です。入口に入って左側の可愛いお地蔵さんたちが出迎えてくれます。ひとりひとり表情やポーズが違うので実際に確かめてみて下さい♪

2 萬福寺

6 稲荷神社

1 小金原公園

昭和 46 年に開園した歴史ある公園。
野球場やアスレチックなど広々とした公園です。
ベンチも沢山あり、家族全員で楽しめる公園です。

★他地域のウォーキングマップは右QR
「松戸市ウォーキングマップ」よりご覧下さい

START!　GOAL!

健康松戸21 応援団 DE
秋の健康フェスティバル2021
令和3年11月1日（月）⇒30日（火）

子どもから大人、高齢者まで楽しめる健康づくり情報が満載！
★詳しくはコチラ →

みんなの居場所

地図の居場所は Can-Day 制作メンバー調べによるものです。松戸市には他にも子どもから大人まで集えるみんなの居場所があります。

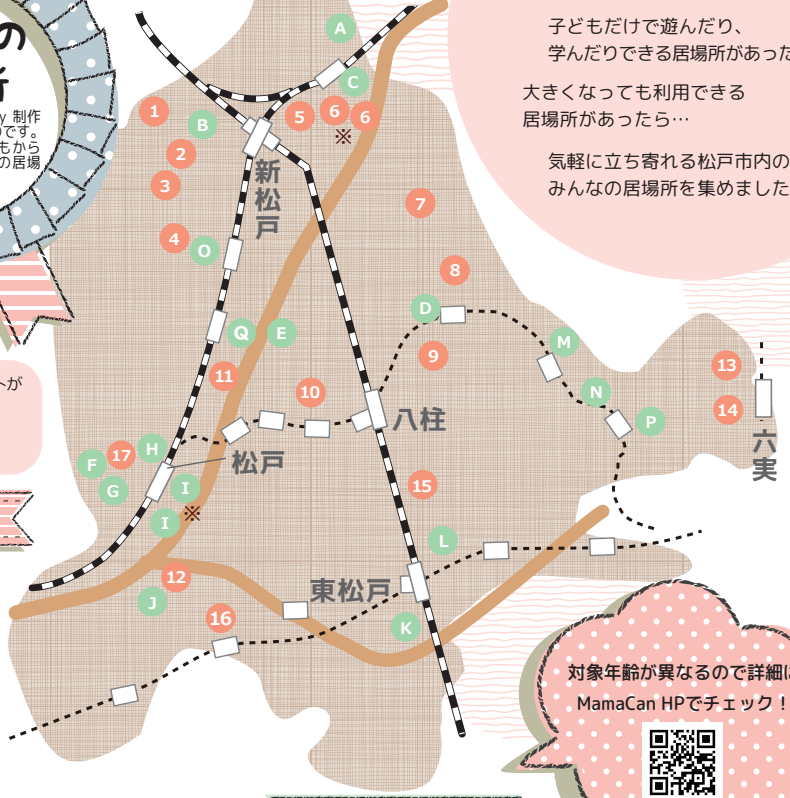
※ 番号やアルファベットが複数ある居場所は、内容や日にちによってどちらかで開催しています。

親子でふらっと立ち寄れる居場所があったら…

子どもだけで遊んだり、学んだりできる居場所があったら…

大きくなっても利用できる居場所があったら…

気軽に立ち寄れる松戸市内のみんなの居場所を集めました。



対象年齢が異なるので詳細は MamaCan HPでチェック！

こども食堂

1. みかんこども食堂
2. 新松戸みんなの食堂
3. 新松戸ぶらり食堂
4. de あい・こども食堂
5. 小金っ子食堂
6. 小金ほのぼの食堂
7. こがねはら子ども食堂
8. ときわ平こども食堂
9. 学習サポート＆こども食堂 まんぷく小屋
10. 明地区こあら食堂
11. はなしまみんなでごはん
12. 陣が前わいわい食堂
13. ワイワイガヤガヤ食堂
14. むつみこどみらカフェ
15. みんなのダイナー（河原塚）
16. 子どもが創る子ども食堂
17. こむすびキッチン

みんなの居場所

- A たんぽぽ文庫
- B ユースペース
- C 小金あそびばの会
- D ふれあいの居場所　みんなんち
- E 不登校問題を考える東葛の会『ひだまり』
- F さんま広場
- G らっこるーむ（プレママ～未就園児）
- H さくら広場
- I 共育ステーション　地球の家
- J 椿の庭
- K 子育てひろば　ほわほわ（プレママ～4歳）
- L Teen's 遊びと語りの場　まつど＊あそびラボ
- M コミュニティカフェ ChoushiYa
- N DOU なっつ（0歳～未就園児）
- O こみかるーむ
- P みんなの居場所 そらいろ House ふらここ
- Q Withus 北松戸（10代のフリースペース）
- ★ ファザー牧場（0歳～3歳）
- ★ 親子サークルおにぎりクラブ(1歳半～未就園児)

★は開催場所が随時変わります。
詳細は MamaCanHP からご確認ください。

Pick UP!

こむすびキッチン　代表　日置ひとみ

子どもを中心としてご飯をつくり、地域の方たちに配っている居場所です。子どもは小学校高学年から高校生が、大人は地域で様々な活動をしている人や地域ボランティアが地域をつなぐために活動しています。
月に１回程度、根本倶楽部さんで活動していますので、是非子どもたちの手作りご飯を食べに来てください。中高生のボランティアスタッフ、また一緒に活動してくれる子どもスタッフも募集しています。ぜひ公式 LINE からお気軽にお問合せください。

LINE

MamaCan CASTPAGE

今日はなにする？ ママじかん

ママのステップアップ、リラックス、
親子のコミュニケーションにも♡
MamaCanキャストは、「ママ」や「親子」での
特別な時間をご提供いたします。

MamaCan特典有効期限　2022年2月末まで

MamaCan　キャスト募集中！

＊資格を持っている
＊特技を生かしたい
＊イベントに出店してみたい

キャスト説明会の詳細は
このQRから

特技やスキルを生かし活躍の場を広げませんか？MamaCanでは定期的にイベントの開催や講師と企業のマッチングを行なっています。

ライフ　美容 リラクゼーション　知育・教育・子ども　健康 スポーツ

3才からのゴルフ教室

松戸ジュニアゴルフ教室

04-7718-9376

3才～　北小金駅徒歩3分
スナッグゴルフクラス硬式ゴルフクラス
毎月１回～外レッスン
本年度よりジュニアリーグ出場！

MamaCan特典
親子で参加できる！パターコースのレッスン体験チケット！
無料貸し出しクラブもありますし、親子で打てますので小さい子でも、手ぶらでお気軽に参加できます！

お客様の声
コロナ渦の中子供の外遊びが出来て嬉しい！
孫とゴルフコースを回るのが夢だった。
わずか１年で夢が叶った！
難しい単語を使わず子供にわかる単語でレッスンしてくれる！

キレイな身体の基礎を身につけよう

nico 新体操教室

nicorg1708@gmail.com

楽しいと感じる心が自主性に繋がり
出来たと思う気持ちが自信に
それは子供たちにとって宝物となります

Instagram　HP

MamaCan特典
体験レッスン参加費→半額

お客様の声
みんな違う保育園や小学校に通っているのでお友達作りの場にも。
月２回～４回の選べるレッスンで新体操ならではのリボンやフープ、ボールも体験できちゃう！

勉強しなさいのイライラを
解消したいMamaCanのサポーター

のびのび子育て学力UPコーチ

clementia0901@gmail.com

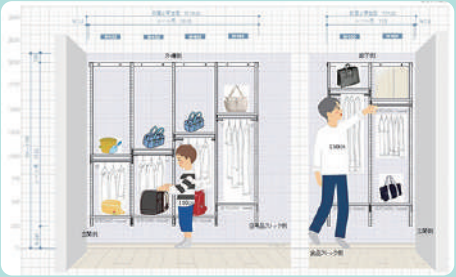
MamaCan特典
小中学生の親御さま向け
「こどものやる気を引き出す」
オンライン講座の動画（14分）
限定20名様

お客様の声
セミナーで教わったことを実践してみたら、子どもから最高の笑顔をもらいました！(40代女性 小5の息子あり)
お母さんが、子どもを愛しているがゆえに、つい言ってしまう、子どものやる気や可能性を奪うやり取りを体感できたのがよかった。その後、コーチングの理屈に基づいた「5good ストローク」をお話くださることで腹落ちしました。(オアシス塾経営者 帆足さま)

あなたのお部屋のお困り事をお助け

ここにおうち

080-3012-2090



内装・家具・収納提案
インテリア・ライティングコーディネート
お片付けサポート

MamaCan特典
１時間お部屋のご提案無料

お客様の声
・片付けを依頼しましたが、他の相談にも気軽に乗って頂けました。
・親身になって親しみやすかったです。
・他専門より安かった。

ワンランク上のアドバイスをあなたへ

C&C ビジネス コンサルティング

namimanomichi@gmail.com

大手企業アドバイザー経験者が街角顧問を始めます。
なぜ課題は解決していかないか一緒に答えを探しましょう。

MamaCan特典
初回 30 分無料（web 面談）

お客様の声
お話しから「頑張りすぎず進めていって良いんだ」という風に思えて心が軽くなりました。以前は、やらなきゃやらなきゃ、今日も出来なかった…など本がティブ感情ばかりで。何事も続けることが大切と感じ、ゆるくても目標を持って続けていこうと思います。

片づけを子どもに
教えることが出来ますか？

整理収納研究所 桑原美栄子

info@sslab-k.com

★片づけの正しい知識を講座でお伝えします。
★お宅で、一緒に片づけながら学んで頂けます。詳しくはHPを。

お客様の声
漠然と整理することとはどういうことなのか？
わからなかった内容が明確になりました。
きっと、空間の整理だけでなく、気持ちも整理されて、ゆとりの生活ができそうです。

ママの私も大切に☆
アロマサロン＆スクール

Aroma&Herb 天使のて

080-1021-0104

〇産前産後もOK。アロマトリートメント
〇女性ホルモンバランス調整施術
〇アロマ、女性ホルモン他、講座

MamaCan特典
プチギフトプレゼント

お客様の声
美沙季さんの手の柔らかさといったら、本当に感動！
ウトウトしかけた感覚が、驚きで覚めるくらいでした。
全身のむくみも取れて痩せた気分にもなり、本当に幸せな時間でした。

Gakken

年少・年中さんから大歓迎 !! 早めにはじめて安心

入学準備を学研教室で！

夏休み明けは、幼児の皆さん、
特に年長さんにとっては、
小学校への入学準備をしっかりしておきたい時期です。
一人一人の個性や学力に合わせて
学習のサポートを行う学研教室で、
春からの小学校入学が
もっと楽しみになるように
今から入学準備をはじめませんか？

学研教室イメージキャラクター
教室くん
Ⓒ学研教室

個別指導　幼児・小学生・中学生

無料体験学習 受付中

対象　幼児（年少・年中・年長）、小学生、中学生
※中学生については教室へお問い合わせください。

教科　[幼児] さんすう・こくご・えいご ３教科
[小学生・中学生] 算数（数学）・国語・英語 ３教科
※英語については教室へお問い合わせください。

内容　到達度確認テストと２回の教室学習＆家庭学習
●コンピュータ学力診断（年長・小学生）と個別学習相談あり

公式LINEから
お申し込み
いただけます！

お申し込み・お問い合わせはこちらから
0120-114-154（イイヨ イコーヨ） 祝休日を除く 月～金 9:00～17:00
お近くの学研教室事務局につながります。

詳しくは WEB へ
学研教室 検索
スマートフォンはこちら▶

読む力・考える力――伸びる学力
学研教室
幼児/算数・数学・国語/英語

親子で安心して通える、優しい歯医者さん

いろどり歯科

～こどもの歯医者さん～

家族で通える

「親子で安心して通える、優しい歯医者さん」として、
お子様を中心にご家族で通っていただける歯科医院です。
保育士の在籍やキッズルーム、親子診療室などお子様連れの方でも安心してお越しになれる設備を整えております。
歯医者さんデビューをお考えの方もぜひご来院ください。

当院の新型コロナウイルス対策

医療機関向け空気浄化装置を２台導入し、院内の換気や消毒、密を作らない予約、受診時の検温のご協力、スタッフの健康管理など、普段から行っている衛生管理に加え、対策を徹底しております。安心してお越しください。

047-711-9733

24時間 受付中
ネット予約

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00～13:00	●	/	●	●	●	●	★	/
14:30～19:00	●	/	●	●	●	★	/	/

★土曜午後は14時半～18時、日曜は10時～14時まで
※最終受付は終了の30分前まで
休診日：火曜・日曜午後・祝日

〒271-0092 千葉県松戸市松戸1307-1 キテミテマツド6F

利用したママの声

子どもの検診をきっかけに行きました。歯医者は気構えることがあったのですが、いろどり歯科は院内が明るく清潔感があり、子どもはキッズスペースに大喜び。待ち時間も飽きることなく楽しく過ごしていました。何より先生が優しく説明が丁寧で、スタッフの方も感じがよく、安心感がありました。子どもと気軽に行ける歯医者が見つかって良かったです♪