埼玉、暮らし、もっと楽しく!
Peaceful Time

ピースなじかん

2018 spring Vol.7

Let's get started!
楽しみながら学べる
「習いごと」

\もらってうれしい!/
ピースな
PRESENT
合わせて66名様!

Travel Trailer
A-03

家族で行きたい!
芽吹く季節を
五感で
楽しむ春旅

TAKE FREE

今まで気づかなかった子どもの“好き”をみつけよう！

スクール2 表現する楽しさを学ぶ 英語教室

時間 ①11:00～ ②13:00～ ③14:30～ ※所要時間:50分

定員 各回10組様

「英語の耳」が育つ幼少期。早くスタートする事によってリスニングスキルが身に付き、自然と「英語が好き!」な気持ちが芽生えます。今回はお子様が遊びの延長で取り組む事のできる教材を用いて、表現する事の楽しさをレクチャーいたします。





協力／Go Global Inter Kids

アメリカのレイクショア社の教育玩具を使用し、ごっこ遊びやパズル、アートなどのデイリープログラムを通じて、遊びながら学習意欲・理解力を増やし、子供たちに学ぶことの楽しさを伝えることをゴールとしています。

スクール3 楽しく音感を学ぶ 音楽教室

時間 ①11:00～ ②13:00～ ③14:30～ ※所要時間:50分

定員 各回10組様

音楽でお子様の豊かな心や才能を育みませんか？音楽に合わせて弾んだり、揺れたり、様々な体験ができます。実際にピアノにふれることで音楽の楽しさを知る事ができ、音感・リズム感・感情表現・集中力を身につけることもできます。





協力／株式会社 WillFun

ママ支援事業として親子サロンを運営。サロンでは乳幼児向けのタッチケア、リトミック、音楽レッスン等をはじめとした様々なワークショップやイベント企画を展開しています。

4.30 月・休 三郷ハウジングステージ

Add. 三郷市ピアラシティ 2-7-6
TEL 048-953-5450



5.3 木・祝 所沢ハウジングステージ

Add. 所沢市若狭 3-2353-1
TEL 04-2938-5711



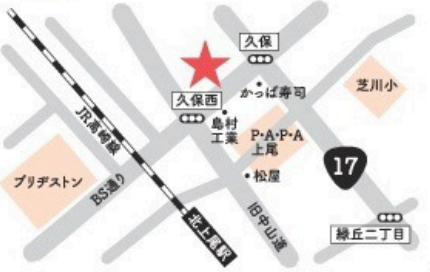
5.4 金・祝 熊谷ハウジングステージ

Add. 熊谷市石原 369-1
TEL 048-527-4661



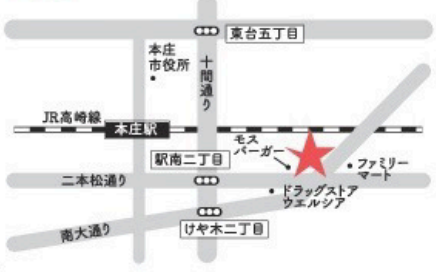
5.12 土 上尾ハウジングステージ

Add. 上尾市久保 49-1
TEL 048-776-1754



5.13 日 本庄ハウジングステージ

Add. 本庄市朝日町 2-15-20
TEL 0495-22-0141





【主催】総合住宅展示場 ハウジングステージ　【協力】ピースなじかん

子どもの可能性を引き出す

参加無料

キッズ・ワンダースクール

4.28(土)-5.13(日) Vol.2

キッズ・ワンダースクールは、
未来の社会を担う、子どもたちの可能性を引き出す
学びの場としてはじまりました。
今回は子どもたちに人気の習い事の中から
お気軽に体験できるスクールを3つ同時に開催！
スクール体験を通して、今までは気がつかなかった
子どもの“好き”をみつけてみませんか。

3つの習い事を1日で体験！

スクール1 礼儀作法を学ぶ 極真空手

【持ち物】
●運動できる服装
●飲み物



時間 ①11:00～ ②13:00～ ③14:30～ ※所要時間:50分
定員 各回10組様

精神的にも肉体的にも鍛えられて強くなるということはもちろん、挨拶などの礼儀作法や自立心・協調性も身に付けることができます。今回は極真会館の師範を迎え、実際の体験メニューを通して学んでいきます。



協力／国際空手道連盟 極真会館

1964年設立。世界120ヵ国に公認道場を持ち、人種差別がなく、人々が平等の権利を有することを旨とし、国際交流をもって、全世界の平和友好を目指しています。

参加方法

会場ごとに開催日が異なります。
ご都合の良い日程・会場をお選びください。
事前にご予約も可能です。
ご予約は各会場にお電話(10:00～17:00)
もしくは下記コードから。

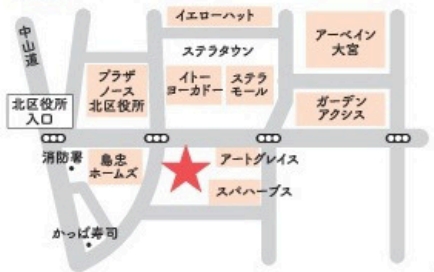
※3才以上のお子様からお申し込み頂けます。

総合住宅展示場 ハウジングステージは
子育てママにうれしい
「はっぴーさぽーとプロジェクト」の一環として
キッズ・ワンダースクールを開催しています。

はっぴーさぽーとプロジェクト
Kids -キッズ・ワンダースクール- Wonder School

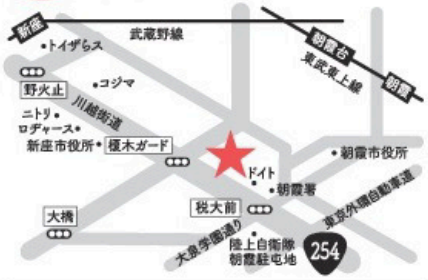
4.28(土) 大宮北ハウジングステージ

Add. さいたま市北区植竹町 1-816-1
TEL 048-662-4333



4.29(日・祝) 新座・朝霞ハウジングステージ

Add. 新座市畑中 3-9-10
TEL 048-478-0171



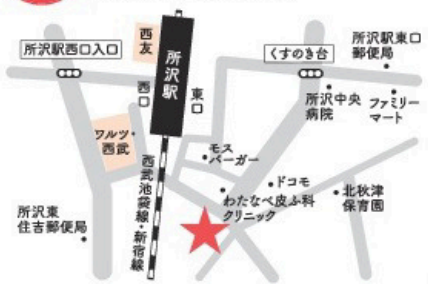
5.5(土・祝) 川越ハウジングステージ

Add. 川越市新宿町 5-13-62
TEL 049-265-6540



5.6(日) 所沢駅前ハウジングステージ

Add. 所沢市久米 589
TEL 04-2937-7283



元気いっぱいワンダーランド

むさしの村

「むさしの村」は、小さなお子さまと家族が一緒に楽しめる企画が目白押し！
動物とふれあえたり収穫体験ができたり、他の遊園地とは一味違う楽しみがいっぱいです♪

収穫体験！いちごが美味しい季節♪

むさしの村で丹念に育てられた
季節の果実や野菜を収穫体験できます！
※生産状況により予告なく中止になる場合がございます。



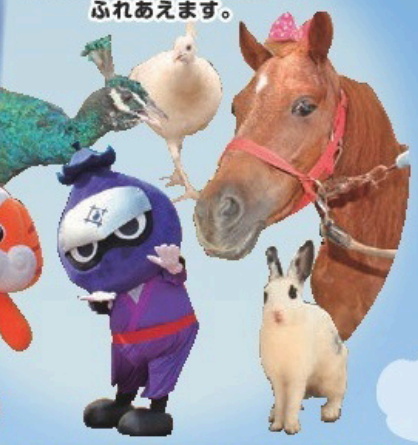
21機種のアトラクション！

小さなお子さまが喜ぶアトラクションがいっぱい！
お子さまのはじける笑顔は一生の宝ものです。



ふれあい牧場！

ポニーやウサギ、ヒツジ、ミニブタなど、
自然の中で育った動物たちと
ふれあえます。



大人気 観覧無料 ステージショー

開催場所　芝生広場 森のステージ
雨天時：ファミリー館大広間ステージ

開催時間　【1回目】11:00～
【2回目】15:00～
※GW期間以外は
【2回目】14:30～となります。

4.29(日) 5.6(日) HUGっと！プリキュア ショー



©ABC-A・東映アニメーション

5.3(木・祝) 仮面ライダービルド&エグゼイド ショー



©石森プロ・テレビ朝日・ADK・東映

4.28(土) 仮面ライダービルド ショー

4.30(月・祝) 5.4(金・祝) それいけ！アンパンマン ショー

5.5(土) レッドヒーロー ショー

料金のご案内

●入園料（一般）	
大人（中学生以上）	小人（3歳以上）
1,200円	650円

●乗物回数券	
100円券11枚綴	
1,000円	

●フリーパス（入園＋乗物乗り放題）	
大人（中学生以上）	小人（3歳以上）
2,900円	2,300円

※ポニー乗馬・ベビーカー・コイン式乗物・催物でのご利用はできません。

●駐車料金
自家用車
700円

緑の中のファミリーランド
むさしの村
埼玉県加須市多見1700-1
TEL.0480-61-4126
営業時間：平日9:30～16:30
※GW(4/28～30、5/3～6)は9:30～17:30
定休日：水曜日(5月・夏休み期間中は無休)
http://www.musashinomura.co.jp
むさしの村　検索

●東北自動車道・加須ICから国道125号線にて行田・熊谷方面へ「南篠崎」交差点右折後、「多門寺」交差点を左折約20分。国道122号線との「志多見」交差点そば。
●東北自動車道・羽生ICから羽生栗橋線、国道122号線を経由して約20分。



おとな（中学生以上）
こども（3歳以上）共通
入園料割引券

むさしの村
入園 **見　本** 引き
【有効期
(木)

※本券1枚で5名様まで有効です。※クーポン券をご利用の際は、切り取ってからスタッフへお渡しください。
※団体でのご利用はできません。※コピーでのご利用はできません。※他のクーポンとの併用はできません。
※有効期限・期間が切れたものはご利用になれませんので、予め確認の上、ご利用ください。※ピースなしかん読者限定(春号)

埼玉、暮らし、もっと楽しく!

ピースなじかん Peaceful Time

2018 spring Vol.7



今号のモデル
表紙モデルオーディションで選ばれた
松田大輔さん・里紗さん・ゆいとくん・あおいちゃん

06 家族で行きたい! 芽吹く季節を五感で楽しむ春旅
12 知っているようで、意外と知らない 世界のスイーツをみてみよう
14 すまいのピースなニュース
18 Let's get started! 楽しみながら学べる「習いごと」
20 夏が来る前にはじめよう ママと子どものUVケア♪
22 子どもと楽しく、ほっこり えほんのじかん
23 ごほうび♡レストラン
24 身近な食材で簡単! 薬膳ランチBOXレシピ
26 現在とこれからをつくる 私の未来じかん
27 世代間ギャップのお悩み解決!
28 写真撮影会&表紙モデルオーディションのお知らせ
30 ピースなPRESENT
LINE@お友だち募集／カルチャースタジオ「ママのバ」のお知らせ



Event Info

どうぶつは、なにをみてるの? 2018

4/17(火)〜9/2(日)



海洋動物たちのバイオロギング映像を通して、知られざる生態を楽しみながら学べる。クジラやサメなどの躍動感あふれる目線映像は必見!

会SKIPシティ映像ミュージアム
¥大人510円・子ども250円
問048-265-2500

SKIPシティ 検索

さいたまスポーツフェスティバル2018

5/12(土)・13(日)



2020年の東京五輪の競技会場となるさいたま市。イベントではスケートボードやブラインドサッカーなど、大会で実施される競技種目が体験できる。

会さいたまスーパーアリーナ
¥無料(一部有料)
問048-829-1023

さいたまスポーツフェスティバル 検索

ユナイテッド・シネマ ウニクス南古谷 メモリアルデー

4/20(金)〜22(日)



開業10周年を記念し、会員限定で1作品につき1000円で映画が楽しめる3日間。入会当日から会員料金で利用できるので、この機会にぜひ♪(別途年会費あり)

会ウニクス南古谷
¥1,000円(要会員登録)
問0570-783-190

ウニクス南古谷 検索

2018年4月発行
企画・編集・発行 株式会社ファジー・アド・オフィス 〒162-0845 東京都新宿区市谷本村町2-10 ストリーム市ヶ谷6F
・ピースなじかんは埼玉県の幼稚園と保育園、子育て支援センターなどの保育施設に配布する無料タウン誌です。
・記事、広告、配布に関するお問い合わせは、ピースなじかん編集部(TEL.03-5227-6778)までお願いします。

※本誌掲載の写真、イラスト、記事の無断転載を禁じます。 ※本誌に掲載されている価格は原則、税込み表示です。

STAFF
Publisher: 小塚真也
Producer: 織田林之介 山口瑠美子
Editor in Chief: 庄司真美
Art Director: 浅見道好(fc*903)
Media Partner: スマイルママコム

ココロ踊る
シーズン到来♪

芽吹く季節を五感で楽しむ春旅

家族で行きたい！

暖かい日差しが降りそそぎ、うららかな陽気に包まれる春。草木が芽吹く香りや豊かに広がる優しい彩りを目にすると、心がウキウキしてきますよね。自然の息吹を体感できるのはこの時季ならではの醍醐味♪子どもにとっても体いっぱいに季節を感じることは、心を豊かに成長させるはず。さあ、この春は、五感を使って芽吹く季節を体感する旅に出かけませんか？



暖かくて過ごしやすいこの季節はルーフデッキでランチを♪

トレーラーハウスでアメリカン・スタイルのグランピングを体感♪
フォレストサンズ長瀞

埼玉県西北部に位置し、町の約60％は山林が占める長瀞町にある「フォレストサンズ長瀞」。秩父の山々に囲まれ、長瀞の豊かな自然を満喫できるキャンプ場です。さまざまなスタイルのキャンプが楽しめるこちらにきたらぜひ泊まりたいのが、本場アメリカから直輸入されたトレーラーハウス。19基も設置されていて、埼玉県内では最大級なのだそうです。

トレーラーハウスは4タイプあり、すべてにトイレやシャワー、ベッドが完備。一歩足を踏み入れると、車内とは思えないラグジュアリーな空間が広がります。また、ランチを食べるならルーフデッキがおすすめ。秩父の雄大な自然を感じながら食べるランチは格別です。ルーフデッキにはBBQコンロも完備。事前に連絡すれば施設で食材を用意してくれるので、手ぶらでBBQも楽しめます。そして、晴れた日には心地よい風を感じながらサイクリング♪本格的なマウンテンバイクに乗って、親子で秩父の芽吹くパワーを感じながらショート・ツーリングに出かけてみましょう。

まるで洋画に出てくるようなトレーラーハウス。ひと味違ったグランピングで秩父の自然を体感してみてはいかが？

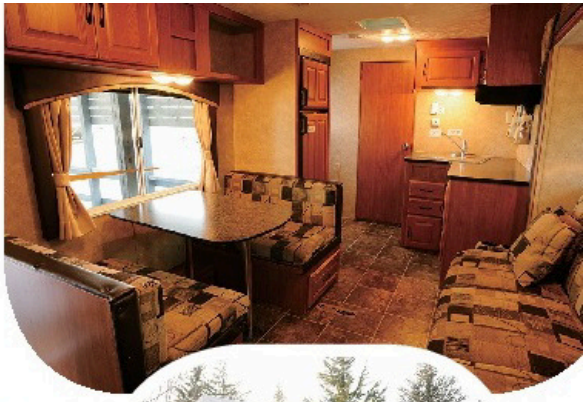
施設内の設備を色付きで表示しています。

写真／松谷靖之（表紙＆特集）　衣装協力／エポカル（ピーカブー）※ゆいとくん着用パーカー
取材・文／ピースなじかん編集部

大自然の風を感じて♪親子でLet's サイクリング！



年齢問わずに楽しめる。シューズはレンタル可能





ラグジュアリーな雰囲気の室内は、エアコンも完備で快適♪



レンタサイクルでは子ども用のマウンテンバイクも用意

レンタサイクル

時 9:00～18:00（最終受付は16:00まで）
¥ [1日プラン]大人1,000円／子ども800円
[2時間プラン]大人 800円／子ども500円

ほかにもいろいろ楽しめるアクティビティ！

フォレストサンズ長瀞ではサイクリングのほかにもボルダリングやスケートボードなど、雨の日でも親子で楽しめるアクティビティが充実。

ボルダリングは、施設のスタッフがレクチャーしてくれるので、初心者や小さな子どもも安心して利用できます。室内はエアコン完備で快適空間なのもうれしいところ。



ボルダリング

時 11:00～18:00（最終受付は16:00まで）
¥ [2時間]大人(中学生～)600円
／子ども(5歳～)300円／幼児(4歳以下)100円
[シューズレンタル]200円

さぁ、誰が最初にてっぺんに登れるかな？親子で競ってみるのもいいかも♪

また、施設内には「アンチェインズ スケートパーク」も併設。屋内型のスケートボード場で、広さは関東最大級なのだそう。スケートボードや用具などは、レンタルも可能。気軽に楽しめるので、この機会にチャレンジしてみましょう。

2020年の東京五輪から正式に競技種目となるスケートボード。未来の五輪選手は我が子かも!?



子どもも楽しめるセクションも



アンチェインズ スケートパーク

時 [水～土]15:00～21:30(※最終受付21:00)
[日・祝]11:00～19:00(※最終受付18:30)
休 月・火 ¥ 詳細は要問合
➡ http://forestsons.jp/unchainz/

秩父の自然とおいしい空気は最高のスパイス♪アウトドアの醍醐味！



フォレストサンズ長瀞

住 秩父郡長瀞町大字本野上 363 電 0494-26-6111 時 9:00～17:00(電話)
¥ [宿泊基本料金]トラベルトレーラー(2名)：Aタイプ13,000円～
／Bタイプ13,400円～／Cタイプ13,800円～／Dタイプ19,500円～
※幼児(4歳以下)は一律500円。別途、ごみ処理料1棟1泊につき200円
➡ http://craftcafe.0696.jp/



バーベキュー BBQ

¥ Aコース：1,700円／Bコース：2,000円(各1人前)
※各コース2人前から注文可能
※予約・キャンセルは4日前までに電話かWEBから
※調味料・用具付き(詳細は要問合)



提供：フォレストサンズ長瀞

写真はBコース(2人前)



ビギナーでもOK！親子で楽しむ本格キャンプ

ケニーズ・ファミリー・ビレッジ／オートキャンプ場



2段ベッドがついている
ミニログハウスプラス

五感で楽しむ春旅 その2











㊟飯能市上名栗3196　☎042-979-0300　㊡8:45～17:00（センターハウス）
¥[ミニログハウスプラス]日帰り10,000円～／宿泊13,000円～　※別途施設使用料あり
●http://www.kfv.co.jp/

清流・名栗川が流れ、雄大な自然に囲まれた「ケニーズ・ファミリー・ビレッジ」。本格的なキャンプを気軽に楽しみたい初心者や子連れのファミリーに人気のキャンプ場です。ここでは日本オートキャンプ協会公認のインストラクターがキャンプのハウツーをレクチャーしてくれるので、パパやママがビギナーでも心配なし！さらに、「CAMPパック」や「BBQパック」を利用すれば手ぶらでキャンプやバーベキューも楽しめます。

ここで泊まるなら、2段ベッドやミニテーブル付きで便利な「ミニログハウスプラス」がおすすめ。また、シャワーやオムツ台、洗濯機など、子連れファミリーにうれしいサービスも充実。安心してアウトドアを満喫できます。

そしておすすめのアクティビティは、マス釣り体験。釣った魚はその場で串打ちもしてくれます。自分で釣った魚で味わうバーベキューは格別♪ぜひこの機会にキャンプの醍醐味を親子で味わってみて。

おすすめのアクティビティ
マス釣り体験

¥[釣りエサ（1パック）]108円
　[串打ち]（1匹）432円（わた抜き・塩ふり込）
※炭火塩焼はプラス100円








五感で楽しむ春旅 その3



3つのコースから選べるバーベキュー
※写真はカジュアルBBQコース（4人前）

ラグジュアリーな空間で手ぶらBBQが楽しめる♪

OUTDOOR SPORTS PARK

住吉川市吉屋525　電048-916-2133
時11:00～20:00（BBQエリア）／7:00～18:00（カフェレストラン）
¥［ラグジュアリーテント］1,500円（1名）　※小学生以下は無料
● http://www.pacificgolf.co.jp/osp/index.asp



メニュー

ジャングリラBBQコース	4,800円（4時間）
スタンダードBBQコース	3,600円（3時間）
カジュアルBBQコース	2,500円（2時間）

※価格は1人前。機材料金含む　※オプションでドリンクメニューあり

本格的なバーベキューなども楽しめる総合アウトドアリゾート施設として2014年にリニューアルした「OUTDOOR SPORTS PARK」。この時季は、「ラグジュアリーテント」で楽しむバーベキューがおすすめです。BOX型のテントにはソファーが完備。ゆったりくつろげるプライベート空間は、小さな子どもがいても気にせず楽しめるとあって、子連れファミリーにも人気です。また、バーベキューは用具の貸し出しだけでなく、食材の用意や面倒な後片づけもお任せできちゃいます。

さぁ、お出かけ気分で気軽にアウトドアを体感するなら「OUTDOOR SPORTS PARK」へGO！清々しい風を感じながら、ラグジュアリーなバーベキューを楽しんでみては？

近くの立ち寄りスポット♪

越谷市科学技術体験センター ミラクル

住越谷市新越谷1-59　電048-961-7171
時9:00～17:00　休月（祝日除く）年末年始・祝日の翌日　※要問合
¥無料　※工作・実験は材料費がかかる場合あり
● http://www.miracle.city.koshigaya.saitama.jp/

「OUTDOOR SPORTS PARK」でバーベキューを楽しんだら、「越谷市科学技術体験センターミラクル」で、科学体験はいかが？大きなシャボン膜の中に入れる「ジャンボシャボン」や月の重力を体感できる「ムーンウォーカー」のほか、ワークショップやサイエンスショーなども。子どもも大人も楽しめるコンテンツがもりだくさんです。



←ジャンボシャボン　↑ムーンウォーカー





見て、聞いて、味わう 春を



丘一面に広がる芝桜は壮観！ 羊山公園

秩父市の東側にあり、武甲山自然公園の西北部に位置する「羊山公園」。22haの広大な敷地では、自然が織りなす四季折々の表情が楽しめます。ここにきたらまずは「芝桜の丘」へGO！17600㎡の広い丘には、9種類40万株以上の色鮮やかな芝桜が一面に広がります。ランチをするなら、「芝桜の丘」近くにある「芝生広場」がおすすめ。芝桜が創り出す自然のアートを満喫しましょう♪4／13㊏～5／6㊐には「芝桜まつり」も開催。





薄紫色の「多摩の流れ」（右）と、鮮やかなピンク色の「スカーレットフレーム」（左）

㊟秩父市大宮6360　☎0494-26-6867（秩父市役所）
㊡自由　㊐無休　¥無料 ※イベントにより一部有料
<芝桜まつりについて>
※「芝桜の丘」は有料（8:00～17:00まで 大人300円／中学生以下無料）
※開催期間中のみ、臨時救護室を授乳室として利用可能

羊山公園 で 検索

山一帯が桜色に染まる 美の山公園

標高581.5mに位置し、41haの広大な「美の山公園」。春になるとソメイヨシノやヤマザクラなど、70種8000本もの桜が咲き誇ります。山が優しいピンク色に染まる姿は「関東の吉野山」と評されるほど。5月にはヤマツツジ、そしてアジサイが次々と開花を迎えます。

桜を愛でながらのランチは芝生広場へ。ヤマツツジは中央広場、アジサイは時計塔近くの広場がベストビューです。春の彩りや香りを体感するなら「美の山公園」へレッツ・ゴー！



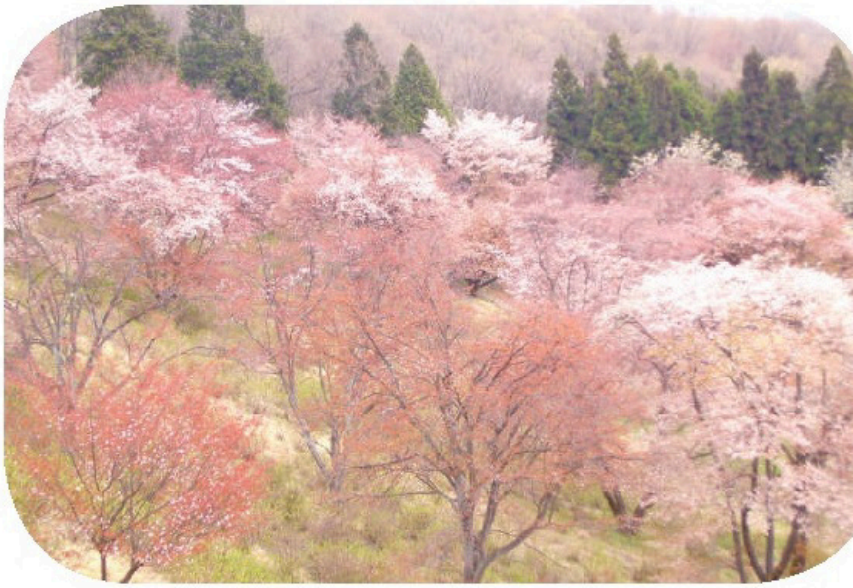


毎年多くの人々が桜を愛でに訪れる



㊟秩父郡皆野町皆野　☎0494-62-1462
㊡自由　㊐無休　¥無料

美の山公園 で 検索



愛でるピクニック♪

五感で楽しむ春旅 その4



かわいらしいピンクと白のトンネル♪
大宮第二公園（はなみずき通り）

多様なレクリエーションが楽しめるスポットとして多くの人々に親しまれている「大宮第二公園」。梅の名所としても有名ですが、この時季は「大宮公園」と「大宮第二公園」の間にある「はなみずき通り」で散歩がおすすめ。長さ約300mの遊歩道には約60本のはなみずきが植えられ、4月下旬の見頃を迎えると、通りはまるで花のトンネルに。その風景は「大宮十二景」にも選定されています。

はなみずきでほっこりしたら「遊水池広場」でランチ。広々とした芝生でのんびりと春を満喫してみてはいかが？





「遊水池広場」の芝生

Ⓘさいたま市大宮区寿能町2-405
Ⓣ048-642-2228　Ⓟ自由
Ⓗ無休（管理事務所は休みあり。要問合）　¥無料

大宮第二公園　で　検索

農業体験で、旬の恵みをいただきっ！
むさしの村

写真／松谷崎之

アトラクションや「ふれあい牧場」などのコンテンツのほか、埼玉県の自然を生かした農業体験が楽しめる遊園地。「わくわくファーム」では、1年を通して季節の旬な農産物を収穫できます。この時季の人気はいちご狩り。もぎたての新鮮ないちごは、甘くてジューシー！小さな子どもでも簡単に収穫できます。親子でゲットしたいちごを食べくらべてみては？いちご狩りで旬な味覚を楽しんだら、「大芝生広場」でレッツ・ピクニック！









Ⓘ加須市志多見1700-1　Ⓣ0480-61-4126
Ⓟ9:30～16:30（4月～9月）　Ⓗ水曜 ※季節により変更有
¥［入園料］大人（中学生以上）1,200円／子ども（3歳以上）650円
※乗り物「ポニー乗馬」「わくわくファーム」の利用は別途有料
※いちご狩りは持ち帰り不可

むさしの村　で　検索

知っているようで、意外と知らない

世界のスイーツをみてみよう

～国名がついている洋菓子～

ヨーロッパ発祥で、バターや小麦粉などを主原料とする洋菓子。今日の日本では国内外から新しい洋菓子が次々と登場し、〝スイーツ〟として常に注目を集めています。ちなみに、埼玉県はスイーツの消費量が国内でトップレベルなのだとか。そこで今回は、意外と知らない洋菓子の名前について紹介します。



チョコシード
Choco Seed



ピーナッツホワイト
Peanut White



ブルーベリーサン
Blueberry Sun



パンプキンフラワー
Pumpkin flower



エディーマカロン
Eddie Macaron

一番人気は、「の」の字が入っているエディーマカロン。マカロン生地をデコレーションしており、ザクザクとした食感。ジャムやチョコレートは創業当初からのロングセラー。



パールチーズ
Pearl Cheese

洋菓子が日本に最初に登場したのは、長崎がオランダやポルトガルとの国際貿易を行なっていた16世紀ごろ。明治維新以降は、西洋文化とともに洋菓子文化も発達し、今日ではその種類もバラエティ豊かになりました。

日本で親しまれている洋菓子には国の名前がついているものがあります。その一つが「ロシアケーキ」。日本のデコレーション菓子の先駆けともいうべき華やかな見た目とおいしさで、永らく親しまれています。創業当時からロシアケーキをつくり続けている栄光堂製菓の代表取締役社長の松本政行さんにロシアケーキについて聞いてみました。



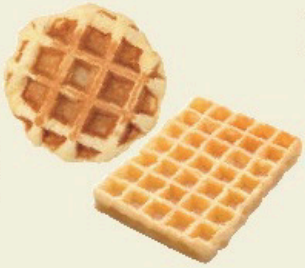
国名がついた洋菓子

ほかにもあるある♪



スイスロール

国内ではロールケーキと同義。スイスの伝統菓子「ルーラード」を日本人向けにアレンジし、「スイスロール」として国内で販売した説やイギリスでスイスロールと呼ばれたとする説など、発祥については諸説あり。ちなみに、スイスでは「スイスロール」という菓子はないのだそう。



ベルギーワッフル

ベルギーのポピュラーな菓子。英語では「ベルジアン・ワッフル」というのだそう。ベルギーワッフルは地域によって特徴があり、タイプはリエージュ（右）とブリュッセル（左）の2つ。リエージュは、丸型で格子柄があり、ザラザラした食感。ブリュッセルは、四角で格子柄があり、パリパリした食感が特徴なのだとか。

РУССКИЙ ТОРТ

Russian Cake ロシアケーキ

ロシアケーキとは？

A ロシアの家庭では、ジャムと一緒に紅茶を飲んだり、ヌガーやナッツなどを使ったお菓子を食べて団らんの時を過ごします。日本のロシアケーキのルーツは諸説ありますが、昭和初期に新宿中村屋の創始者が、ロシア人製菓技師を招き、先に述べたロシアの郷土菓子を日本人の好みにアレンジしてつくったものが「ロシアケーキ」のはじまりといわれています。ですので、名前に「ロシア」と入っていても、ロシアには「ロシアケーキ」というお菓子はありません。

親しまれている理由は？

A デコラティブな形と、日本人が好むジャムやチョコレート、ピーナッツなどをふんだんに使用しているところではないでしょうか。また、形や味のバリエーションが豊富で、お皿に盛りつけただけで華やかになる見栄えも人気の理由だと思います。

おいしさの秘密は？

A ロシアケーキの特長は、生地を2度焼きすることです。土台となるクッキー生地を焼き、その上にデコレーション生地を盛り、トッピングを施してから再度焼成します。この工程により、重厚感のあるしっとりとした独特の質感が出せます。

機械化が進む昨今、当社では創業当時から手づくりの良さを味わってもらいたいという想いで、一部を除いて手作業で製造しています。特に、デコレーション生地やトッピングを施すのは、熟練のスタッフによる手づくりです。職人による手絞りの微妙な力加減により、口に入れたときに優しく温かみのある食感が味わえるのです。



おいしさの秘密は熟練スタッフによる手絞りのデコレーション



教えてくれたひと

栄光堂製菓株式会社
代表取締役社長
松本 政行さん

最近は、子どもたちの将来なりたい職業の人気ランキングにおいて、菓子職人を見かけなくなりました。一つ一つ想いを込めた手づくりのお菓子を提供し続けることで、子どもたちに対して人の温かさと夢も一緒に届けていけたらと思っております。

創業から67年。これからも、ひとくち食べれば笑みがこぼれるおいしいお菓子を皆さまに提供して参ります。

ロシアケーキ18個入（6種×各3個）のプレゼントは30pへ！



EVENT INFO

5/5 土祝

所沢駅前ハウジングステージにて母の日イベント開催！

カーネーションとロシアケーキを詰め合わせてママにプレゼントしちゃおう♪

時間：11:00～16:00　**定員**：先着30組
住所：所沢市久米589
TEL：04-2937-7283



イベントの詳細はこちらから♪

所沢駅前ハウジングステージ で 検索

栄光堂製菓株式会社



〒東京都東村山市秋津町3-2-9
（総務部・経営戦略本部・営業部・受注生産商品管理統括部）
☎042-395-6741
http://eikodo-seika.jp/
本社前では、月1回（現在は不定期）「こわれ菓子販売」を開催。人気のお菓子もリーズナブルに購入できるので、遠方から訪れる人も多いのだとか。情報はホームページでチェック♪

取材協力／栄光堂製菓株式会社・日本洋菓子協会連合会・埼玉県洋菓子協会
写真／織田桂子　取材・文／ピースなじかん編集部
参考文献：コムギ粉料理探究事典（岡田哲・編／東京堂出版）

すまいのピースなニュース

Housing Topic

お子さんがすくすく育ち、
今の住まいだとちょっと手狭に感じてきた——。
さあ、住まいづくりのスタートです。
「家は」家族みんなにとって安らぎの場所。
「好き」の要素がたくさんつまった、
こだわりのおうちを作りませんか？

子育てママのための
マネーセミナー！ ➡p15

「あったらいいな」がすべて叶う！
完全フル装備の家 ➡p16-17



DREAMTALEKUBEAR
©2012, 2017 SANRIO CO., LTD.
APPROVAL NO. G573980

武蔵野銀行の住宅ローン

ここが違います。 新築にも 借換にも ご利用いただけます！

比べて分かるおトクな

ガン保障付住宅ローン

通常年0.2%の金利上乗せが、
住宅ローンお借入時年齢満40歳未満なら

好評取扱中!!

お借入期間中ずっと
金利上乗せなし!

ガンと診断で 住宅ローン残高0円!!

治った後も 住宅ローンは0円のまま!!

ご注意ください ●ご融資させていただく日から90日間はガン保障特約の対象となりません。●「皮膚の悪性黒色腫以外の皮膚のその他の悪性新生物(皮膚ガン)」および「上皮内新生物(上皮内ガン)」は、診断給付金支払の対象外となります。●ガンに罹患したことのある方は、ご加入いただけません。●お申込金額は最高1億円まで、5,000万円を超える場合は、保険会社所定の診断書等の提出が必要となります。●当行で現在ご利用中の住宅ローンを本ローンに切り替えることはできません。●告知の内容により、保険会社がご加入をお断りする場合があります。また、健康上の理由によりご加入いただけない場合、通常よりも引受条件が緩やかな「ワイド団信」にご加入いただける場合がございます。●虚偽告知等の告知義務違反があった場合は、保険金・診断給付金が支払われない場合がございます。●審査の結果、ご希望に添えない場合もございますのであらかじめご了承ください。●詳細につきましては、店頭に説明書をご用意しております。

くわしい保障内容や保険金・診断給付金によるご返済が受けられない場合(免責事項)などお客さまの不利益となる事項の説明については、「被保険者のしおり」に掲載の「契約概要」「注意喚起情報」で必ずご確認ください。
また「ガン保障付住宅ローン」でご利用いただく保険はカーディフ生命保険会社の引受けとなりますので、ご不明な点は「被保険者のしおり」に掲載の問い合わせ先へご連絡ください。

カンタン 便利 お得

グルメ・レジャー等 県内で使える
お得なクーポン配信中!

武蔵野銀行アプリ

残高照会や家計簿等の
便利な機能も!



今すぐダウンロード!

ダウンロードはこちらから

Download on the App Store

ANDROID APP ON Google play

※アプリの利用料は無料ですが、ダウンロードやご利用にかかるパケット通信料はお客さまのご負担となります。

無料の休日ローン相談会を開催しております。開催スケジュールのご確認やご相談の予約はホームページから! ▶ 武蔵野銀行 ローン相談会 検索

More For You
もっと、街・暮らし・笑顔のために

武蔵野銀行

2018年3月1日現在

Housing Topic

キッズスペースあります。お子さまとのご参加大歓迎です！

気軽に！楽しく！無料で♪

子育てママのためのマネーセミナー

～子どもの夢をかなえるために知って得するお金の話～

お子さまの将来を
輝くものにしてあげたい！
そんな想いがあっても
不安となるのは、
やはりお金についてですね。
お子さまが夢に向かって
お金がどれぐらい必要で、
今から準備できることは何か。
中立的なファイナンシャルアドバイザーが、
一緒にライフプランを考えてくれます。



こんなママにおすすめのセミナーです！

- 子どもの教育資金や老後の生活資金の考え方
- 貯金がなかなか貯まらない
- 住宅資金はどのくらい必要なの？
- 無理のない節約法
- その他、お金の常識や基礎知識を知りたい方

講師　初心者にも分かりやすい説明で人気の優男
ファイナンシャルアドバイザー　吉田 智晃氏



日程　5/22㈫・26㈯・27㈰　6/5㈫・9㈯・10㈰

時間　13:30～　※全日程共通

会場　すまいポート21浦和美園

応募　下記コードまたはホームページからご応募ください。

すまいポート21浦和美園　で　検索

※都合により講師が変更になる場合があります。
※応募締切は各日程、5日前となります。



美味しいスイーツつき！

※写真はイメージです。



◎問い合わせ・セミナー会場案内

住まいのサポートセンター
すまいポート21 浦和美園

フリーコール 0120-994-385（通話無料）

〒336-0967 埼玉県さいたま市緑区美園5-48-9
営業時間　AM10:00～PM6:00（水曜定休）



カーナビ入力は……埼玉県さいたま市緑区大門 4366

住まいづくりを中立的な専門家がサポート

資金計画　土地探し　建築会社選び　外構　リフォーム

「あったらいいな」がすべて叶う!

Housing Topic



白い壁のシンプルな外観。
屋根には太陽光発電も

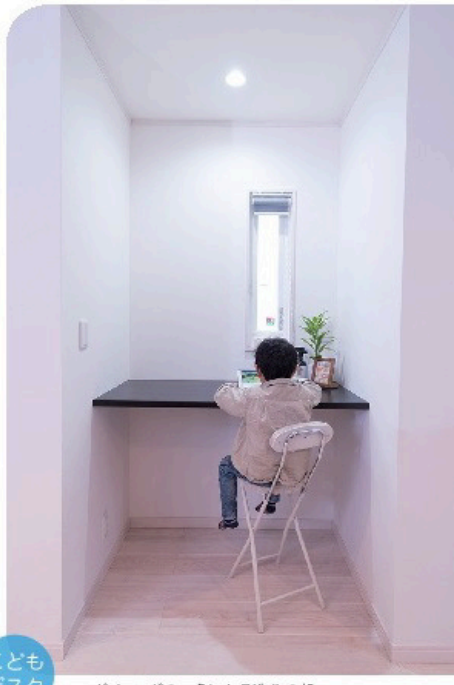
完全フル装備の家®

予算内で大満足の家を建てられたKさんファミリー。
高品質の設備・仕様が標準装備の富士住建「完全フル装備の家」とは？お話を聞きました。

長男の小学校入学前にマイホームを建てたい」。そんなKさん夫妻が富士住建を選んだきっかけを聞くと、驚きの答えが。「ラジオCMで聞いていた『完全フル装備の家』が気になっていて、ショールームに行ってみたところ『ここだ！』と、ほぼ即決でした」「大きなテレビのついたお風呂やコの字型のキッチンなど、高額な装備が標準装備されていることに驚きました。しかも、太陽光発電までフル装備！」。

富士住建は完全自由設計なので、間取りやデザインに迷ってしまうことも。「そんな時は、担当さんが何でも相談に乗ってくれました。打ち合わせが長くなってもキッズスペースで子どもたちを見てくれて、本当に親切な会社だと思いました」。

引っ越してから約3ヶ月。住み心地は「最高！」のひと言。居心地が良すぎて、休日は家で過ごす時間が増えたそう。「引っ越してから、主人は掃除や料理を手伝ってくれます（笑）。毎日がワクワク、これからの暮らしが楽しみです。ママ友みんなに富士住建を勧めたい！」。



こどもデスク

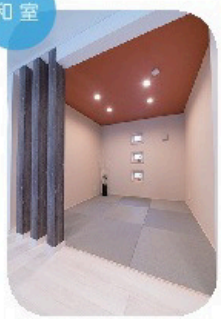
ダイニングの一角にある造作の机。
将来は子どもの勉強スペースに

リビングから庭へと続くテラスには
ハンモックを設置。リゾート気分を満喫！

テラス

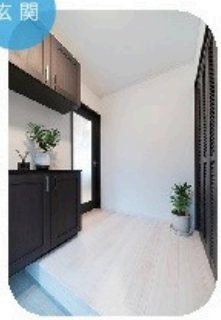


和室



さまざまな場面で活躍する和室。
今はお子さんの遊び場！？

玄関



清潔感あふれる玄関。
下駄箱は収納力抜群！

建築中は現場によく行って、
家づくりを楽しみました。富士住建の現場は
とてもきれいで驚きました！





折り上げ天井や部屋のイメージを変える壁紙など、表情豊かなシンプルモダンなリビング

ママにうれしい工夫がいっぱい！がんばるママ想いの注文住宅



POINT 1

家事がラクに楽しく&家族時間がふえる

初めから高品質な設備がついてくるので、家事がはかどり、家族の時間が自然とふえます。

コの字型が使いやすいキッチン。標準装備で収納もたっぷり。
今まではママが一人でしていたけど、
家族みんなで料理する夢が叶いました！

広々したお風呂も標準装備！
おかげで資金に余裕が生まれて
将来の備えにあてられます！



新居での生活をすぐにスタートできて感動！
ママ友を招待した時は必ず
「これ本当に標準装備なの？」と聞かれます。



引っ越して すぐに住める POINT 2

エアコン5台、カーテン、LED照明も最初からついてくるので、買いにいく時間や費用がかかりません。

POINT 3

子育て世代にやさしい坪単価

2階建て坪単価⇒**37.7万円〜＋税**
3階建て坪単価⇒**39.5万円〜＋税**

※確認申請費用・屋外給排水工事費用などは本体価格に含まれません。坪単価は面積によって異なります。28坪未満、平屋プランは若干仕様が異なります。上記最低坪単価は65坪の場合です。

Present

期間中、ピースなひかんをご持参の上、
ショールームにご来場いただいたお客様に
「フルまるポーチ」をプレゼント！



期間 4/21(土)〜5/27(日)
さらに、4/23(月)〜5/20(日)までは
「日用品の詰め放題」も開催！
ご家族そろってお越しください！

Fuji Juken **富士住建**

営業時間／9:00〜19:00　年中無休（水・木曜は午後4時まで）
本　社　埼玉県上尾市原市1352-1　TEL.048-778-3310

富士住建 で 検索

埼玉県内 6つのショールーム

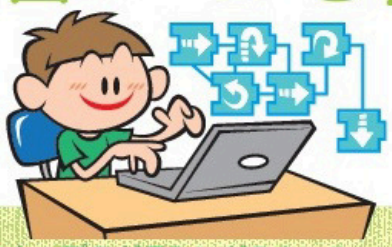
埼玉ショールーム	北足立郡伊奈町小室9745-1	0120-2210-49	川口ショールーム	川口市青木1-6-9	0120-80-2210
熊谷ショールーム	熊谷市桜町1-1-32	0120-61-2210	越谷ショールーム	越谷市レイクタウン2-33-9	0120-87-2210
所沢ショールーム	所沢市美原町1-2923-1	0120-73-2210	久喜ショールーム	久喜市久喜北1-9-21	0120-2210-86

started!



＼ ピースなじかんおすすめ ／

楽しみながら学べる「習いごと」



入園や進級を迎える春は、新しいスタートを切る季節。心がウキウキするこの時期は、習い事を始めるのにぴったりです。子どもの習い事は、知識を養うだけでなく、新たな可能性を引き出し、主体的に将来の目標を持つきっかけにも。そこで今回は、楽しみながら学べるいろいろな「習いごと」を紹介します。

プログラミング
Programming

論理的思考力やオリジナルを創り出す力が身につく
スタープログラミングスクール

●スタープログラミングスクール
¥［入会金］6,480円　［月会費］2,160円
［タブレットプログラミングコース］7,560円（全40回）
●https://www.star-programming-school.com/

埼玉県内で上記のコースが受講できる教室

●イトーヨーカドー春日部教室
住春日部市中央1-13-1 パソコン市民講座 イトーヨーカドー春日部教室内
電03-6380-4123　営9:30～18:00（月～土）

●イオンモール与野教室
住さいたま市中央区本町西5-2-9 パソコン市民講座 イオンモール与野教室内
電03-6380-4123　営9:30～18:00（月～土）



タブレットのタッチ操作で
自分だけのアニメやゲームがつくれる♪



小学校の教育で、2020年から必修化されるとあって、いま注目を集めているプログラミング。ITの進化や加速する情報化社会に備えて、就学前から学ばせたいママたちも増えています。

「スタープログラミングスクール」の「タブレットプログラミングコース」は年長から受講可能。タブレットのタッチ操作でブロックを組み合わせてプログラミングし、オリジナルのアニメーションやゲームをつくります。

「思い描いたものを形にする『創造力』や『論理的思考力』が身につくほか、仲間とともに学びあうことにより、『共創力』や自分の作品を分かりやすく伝える『プレゼンテーション力』を育むことができます」とは、同スクールの中西さん。楽しみながらモノづくりの喜びが得られ、さまざまな力が身につくプログラミングは要チェックです。



タブレットでつくったオリジナル作品

イラスト／亀倉秀人　取材・文／ピースなじかん編集部

Let's get



同スクール発起人兼アンバサダーを務めるサッカー日本代表GKの川島永嗣さん

英語 × サッカー
グローバルアスリート英語サッカースクール

将来、グローバルに活躍していく子どもたちにとって、英語は欠かせないコミュニケーションツール。「グローバルアスリート英語サッカースクール」では、サッカーを楽しみながら、自然と活きた英語が身につきます。「当スクールでは、英語を受け入れる耳や脳をつくるなら早いほうが良いと考えており、3歳から受講できます。実際、未就学児の生徒は環境への順応性が高く、英語を覚えるスピードも早いです」とは、同スクール代表の田中さん。また、身体を動かしながら勉強することで脳への定着率がアップされるのだそう。好きなことをしながら自然と身につくなんてまさに一石二鳥。スポーツ好きならこの機会にレッツ・トライ♪





朝霞校のコート

●グローバルアスリート英語サッカースクール

http://globalathlete.jp/english-soccer/

埼玉県内にあるスクール

●朝霞校（フットサルポイント朝霞台）

住朝霞市溝沼498-2　問03-6300-0679（事務局）　※毎週水曜開講
時［3歳～年少クラス］15:00～16:00　［年中～年長クラス］16:00～17:00
［小学生クラス］17:00～18:00
¥［入会金］7,560円　［月会費］10,260円　［ユニフォームセット］12,960円

ホビングリッシュ
Hobby + English

ホビングリッシュとは？　ホビー（趣味）とイングリッシュ（英語）をかけ合わせた造語。英語を用いて趣味や習い事することで、楽しみながら英語が身につけられるとあって、じわじわブームに。

英語 × 演劇
モデル・ランゲージ・スタジオ

幼児英会話の草分け的存在の「モデル・ランゲージ・スタジオ」。劇の要素を取り入れた独自の指導法「ドラマメソッド®」が定評です。

「習い事には旬があり、耳から入ってくる音楽や英語などは就学前から始めるのがおすすめです」とは同スタジオの桜井さん。0～3歳児を対象にしたクラスでは、親子で参加して英語特有の音や雰囲気に触れることからスタート。演劇を取り入れたレッスンは「幼児クラス」から始まり、小学生からの「ACTクラス」で本格的に実施されます。レッスン修了時には英語劇による発表会も。活きた英語の日常表現が身につけられるほか、協調性も養えます。将来、ハリウッド俳優になるのも夢じゃない!?



まずは楽しみながら英語に慣れ親しむことからスタート



●モデル・ランゲージ・スタジオ

http://www.mls-etd.co.jp/index.html

埼玉県内にあるスタジオ

●MLS大宮スタジオ

住さいたま市大宮区桜木町1-6-2 そごう大宮店10F
問03-3320-1553（MLS本部）

未就学児対象のクラス

ベイビークラス（0～1歳半）／親子クラス（1歳半～3歳）／幼児クラス（2歳～6歳）　※詳細はお問い合わせを

取材協力／千春皮フ科クリニック
取材・文／ピースなじかん編集部

この時期の紫外線が強いって本当？
夏が来る前にはじめよう ママと子どものUVケア♪

寒い冬が終わり、ピクニックやアウトドアを楽しめる季節が到来♪
でも、意外と強いこの時期の紫外線には要注意！
気づかないうちに皮膚にダメージを与えてしまうことも……。
そこで、千春皮フ科クリニックの渡邊先生に
気をつけるべきUVケアについて聞きました。
きちんとUVケアをしないと、



紫外線って、体に悪いの？

×体に与えるデメリット×

紫外線を浴びすぎると皮膚細胞（DNA）への急性障害が起こります。UVAが引き起こすサンバーン（炎症反応）、UVBが引き起こすサンタン（色素沈着）、ウィルス性疾患や皮膚の感染症を引き起こす免疫抑制です。そしてこれらを慢性的に繰り返すことで、光老化によりシミやシワ、たるみが引き起こされるようになります。

生涯に浴びる紫外線量の約半分は18歳までに浴びると言われています。後年の皮膚ガンのリスクを高める恐れもありますので、子どもの成長期の日焼けについても注意が必要です。

◎体に与えるメリット◎

適度に紫外線を浴びることでビタミンDが生成されます。ビタミンDには、骨の減少、皮膚や神経疾患、アレルギー、女性に多い乳がんや大腸がんを抑制する作用も。ちなみに神経疾患は、日照量が少ない冬にビタミンDが欠乏することが原因のひとつと考えられています。

必要な量のビタミンDは、1日10分程度の日光浴で生成できると言われています。また、朝に日光を浴びると夜の眠りの深さを決めるメラトニンが分泌されて、質のよい睡眠が得られますので、朝の日光浴はとくにおすすめです。

紫外線ってなに？

紫外線とは、地球に到達する太陽光線のうち、波長が短くてエネルギーの高い光のこと。
長い波長側からA紫外線（UVA）、B紫外線（UVB）、C紫外線（UVC）に分けられ、このうち、地球に届く紫外線はUVAとUVBの一部（300～320nm）のみ。





千春皮フ科クリニック

住所 さいたま市浦和区東高砂町9-1 SUMIDA ONE本館5F
TEL 048-813-1188
診療時間 ［月～金］9:30～13:00／14:30～18:30
［　土　］9:00～12:00／13:00～17:00
休日 日曜・祝日　URL http://chiharu-hifuka.com/



教えてくれたひと



千春皮フ科クリニック
院長 渡邊 千春先生

日焼け止めの正しい塗り方

1円玉程度の量を手のひらでしっかり伸ばして塗り、もう一度重ねて塗る。少ない量を重ねて塗るとムラなくきれいに塗れます。

※汗をかく季節は、2〜3時間ごとにこまめに塗りましょう。



UVカット値の目安

▶日常生活
【大 人】SPF20〜30／PA++
【赤ちゃん】SPF10〜20／PA+

▶レジャーシーン
SPF50／PA+++以上

お出かけするときの紫外線対策は？

紫外線は天候に左右されます。また、湿度や水蒸気は紫外線を弱めるので、湿度の高い真夏の晴天よりも、実は湿度の低い5月や10月の晴天のほうが強い場合があります。6月の晴天の正午はもっとも紫外線の影響を受けやすいと考えられます。子どもと外出するときは、10時から14時の紫外線量の多い時間は避けるようにしましょう。

親子で使う日焼け止め選びのポイントは？

日焼け止めは、紫外線吸収剤と、紫外線散乱剤（ノンケミカル）の2種類に分けられます。

紫外線吸収剤は皮膚の表面で紫外線を吸収し、化学的にエネルギーに変えて放出することで、肌内部に侵入するのを防ぐものです。防御力は高いものの、肌への刺激が強いといわれています。一方、紫外線散乱剤は、肌表面で紫外線を跳ね返すことで紫外線が肌にあたるのを防ぐものです。酸化チタンや酸化亜鉛などのノンケミカルな成分を主としています。

どちらも人によって、合うもの合わないものがあるので、まずは成分をよく確認しましょう。そのうえで、使用するシーンや使い心地などを考慮して選ぶといいでしょう。紫外線に対するバリア機能が弱い赤ちゃんには、ベビー用の日焼け止めを選んでください。

日焼けしちゃった後のケアのポイントは？

日焼け後は、「①よく冷やす」「②しっかり肌を保湿する」「③水分を補給する」ことが大切です。また、なるべく早い段階でビタミンE、ビタミンCをとるようにしましょう。緑黄色野菜を油で炒めることで、ビタミンEもビタミンCも同時に効率よく摂取できるのでおすすめです。

ビタミンCが多く含まれるレモンやグレープフルーツなどを食べるのもよいですね。ただし、ビタミンCには紫外線を吸収しやすい成分が含まれているため、日が暮れた夕食時に摂るとよいでしょう。

ピースなじかん読者限定特典



エポカル つば長メッシュキャップ＆ネックガードセット（レッド／50〜54cm）をプレゼント！



3名様

ご応募はピースなじかんホームページから
http://www.peacenajikan.jp/
応募締切：2018年5月11日㊎まで

ピースなじかんおすすめ♪ UVカットアイテム



エルバビーバ チルドレンサンスクリーン（75g）3,240円
◎エルバビーバ
http://www.erbaviva.jp
SPF30でUVA、UVBをブロックする100%ナチュラルでノンケミカルなサンスクリーン。オーガニックラベンダーとカモミールエッセンスの香りで心もリラックス。



パーフェクトパーカーキッズ（ベージュ）9,720円
UVカット効果の高い特殊な鹿の子生地を使用したパーカー。袖は手の甲もしっかりガードできるデザインに。フードは取り外し可能。UVカット率99%以上。



3WAY UVカット帽子／パーフェクト（ネイビー）4,320円
前後2枚のつばを重ね合わせて日差しをしっかりカット。視界が狭くならないような設計で、子どもがストレスフリーに使えるのもうれしい。UVカット率99%以上。

子どもと使える日焼け止め



ママラボUVミルキージェルF（280g）1,512円
◎コスメプランニング
http://www.cosme-japan.com/
伸びがよく、サラッとしたテクスチャーのミルキージェル。肌に潤いを与えながら、SPF41、PA+++と高いUVカット効果が期待できる。シトラスハーブの香り。

レジャーにもあると便利♪ UVカット洋服＆小物



2WAY ロングストール（ネイビー）7,560円
冷感タイプでサラッとした素材が気持ちよいストール。カーディガンとしても着られる2WAYタイプは、お出かけに1枚あると便利。



UVカットパーフェクトケープ（ピンク）8,640円
薄くて軽量なのにUVカット率99%以上のベビー用ケープ。サッと羽織れるケープタイプは、赤ちゃんのレジャーに大活躍♪

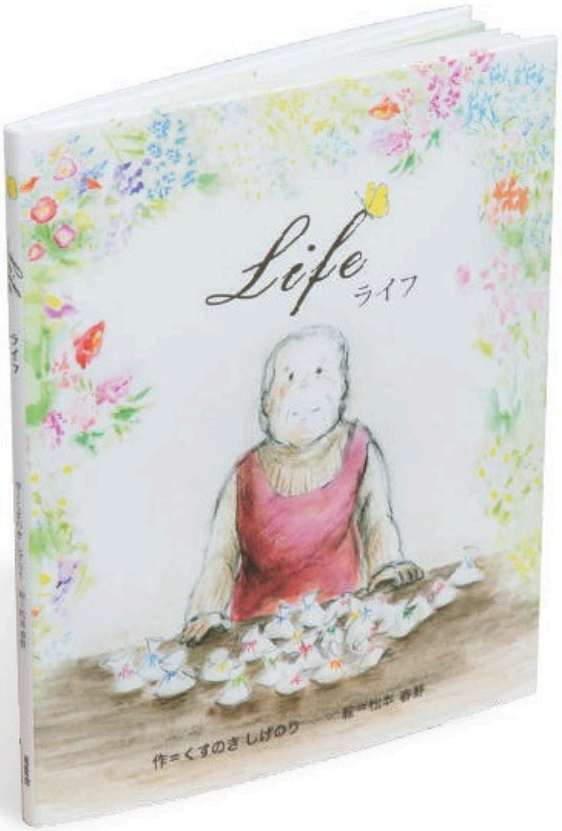
◎エポカル（ピーカブー） http://www.epochal.co.jp/

子どもと楽しく、ほっこり

えほんのじかん

絵本セラピスト®まりろさんによるママや子どものこころにやさしくよりそうイチオシの絵本をご紹介

おだやかな春のように、心がほっこり温まる一冊



「Life ライフ」
くすのきしげのり 作
松本春野 絵
¥1,404／瑞雲舎

目に見えない大切なもの

これは町はずれにある「life」というお店が舞台の物語。ここは何かを売っている店ではありません。客は、店内をのぞいて、必要な物や気に入った物があれば持ち帰ります。その代わり、自分の使わなくなった物や誰かに使ってもらいたい物を置いていきます。

あるおばあさんが、亡くなったおじいさんと育てようと思っていた花の種を持ってきました。おばあさんの心は、悲しみで固くなっています。この花の種は、町の人々の手に渡って冬を越し、やがて春になり色とりどりの花を町中に咲かせます。その光景と花を育てた人々の優しさが、おばあさんの心をほどいていくのです。

「life」は、目に見える何かを交換すると同時に、誰かの幸せや喜びを願うという、目に見えない優しさも交換します。

誰かを思い、そして思われている。この作品は、私たちの日常が、そんな優しさに包まれているということに気づかせてくれます。



mariro
絵本セラピスト® まりろさん

本名：森實摩利子　1977年高知県高知市生まれ。絵本セラピスト協会認定絵本セラピスト、絵本専門士。大人向けから子どもといっしょに楽しめる絵本セラピー®や、子育てママに向けたワークショップなど、多岐に渡って活動している。

http://ameblo.jp/mariro-eitocoro

絵本セラピー®とは？

セラピストの読み聞かせによって共有した絵本の世界について、感じたことや考えたことを出し合い、異なる価値観や世界観にふれる大人向けのワークショップ。絵本を真ん中にした交流が参加者それぞれのこころにやさしくよりそいます。

写真／織田桂子



gohoubi ごほうび ♥ レストラン restaurant

7軒目

おいしいものを食べると笑顔になって、家族や周囲の人にもやさしくなれますよね。
そんな“ごほうび”タイムを味わえるレストランを毎回紹介します！

焼きたてステーキでお肉を味わおう♪

ごほうびランチ7軒目は、鉄板焼「ケルン」。今回いただいたのは、2000円の「エビ・フィレランチ」（写真）です。トップバッターは、グリーンサラダ。トッピングの海藻麺のプチプチとした食感を楽しんでいると、目の前の鉄板で、ぷりっぷりの弾力が自慢のブラックタイガーと、フィレ肉のステーキが焼き上がります。オススメのミディアムレアでいただくオーストラリア産フィレ肉は、キメが細かく、しっとりやわらか！肉の旨みがしっかり感じられて満足感も抜群です。パンとごはんから選べる主食は、プラス料金で大葉入りガーリックライスに変更できるそう。汁物はフィレ肉のパンチに負けないコクのある味わいの赤だし。刻んだ果皮がたっぷり入り、味も香りも濃厚な柚子のシャーベットと紅茶が食事のラストを締めくくります。デザートは、お祝いの席なら鉄板焼きアイスに変更も可能。目の前で炎に包まれるアイスは迫力満点です！子どもも大人も楽しめるとあって地元でも大人気。デザート変更の希望は事前に連絡を。



迎えた人

望月孝二　店長兼料理長

水曜のみご提供のレディースランチも人気！ママ友同士、おいしいお肉を味わいにいらしてください。



食べた人

さいたま市在住 A子さん

4歳女児のママ。
月に1度の自分へのごほうびランチが唯一の楽しみ♡



鉄板焼ケルン

住 川越市菅原町2-13 アトランタビル2F
電 0120-251-581
HP http://www.teppanyaki-koln.net/

鉄板焼ケルン で 検索



シェフが目の前で調理



焼きアイス目当てのお客様も



落ち着いた雰囲気の店内

写真／織田桂子　イラスト／カイフチエリ　取材・文／植村理絵

春パワーをいただきます！
身近な食材でつくれる薬膳ランチBOX

寒い冬がおわり、お出かけにピッタリの季節が到来♪芽吹く季節のパワーが詰まった薬膳ランチで、ピクニックはいかが？身近な食材で簡単につくれますよ。そこで今回は、心もからだも元気いっぱいになる「薬膳ランチBOX」レシピを紹介します♪

◉焼き油揚げと生姜ごはんおにぎり

材料…4人分

- 米……2カップ
- 出汁……2・1/4カップ
- Ⓐ 塩……小さじ1/4
- Ⓐ 醤油……大さじ1・1/3
- Ⓐ 酒……大さじ1・1/3
- 油揚げ…1枚
- 醤油……大さじ1弱
- 生姜……25g（※新生姜の場合は50g）
- 鮭フレーク…適量
- 焼きのり……適量

作り方

①米は洗って分量の出汁につけて、30分間以上おく。
②油揚げは熱湯をかけて油を抜き、水気をふいて細かく切り、醤油をふりかける。
③生姜は細い千切りにする。
④❶にⒶの調味料を加え、ひと混ぜしたら、❷と❸を加えて炊飯器のスイッチを入れる。
⑤❹が炊き上がったら、鮭フレークを具にして食べやすい大きさにごはんを握り、海苔を巻く。

◉梅おかかおにぎり

材料

- 白米……適量
- Ⓐ 梅干し……適量
- Ⓐ おかか……適量
- 白ごま……適量
- 焼きのり……適量

作り方

①Ⓐを和える。
②炊きたてのごはんに白ごまをまぶし、Ⓐを具にして握る。
③焼きのりをつけてできあがり。







◉細切り野菜のチキンスープ

材料…4人分

- 玉ねぎ(中)……1/4個
- 人参……20g
- セロリ……40g
- キャベツ……200g
- 鶏もも肉……1/2枚
- 水……4カップ
- チキンスープの素…2個
- おろしにんにく……小さじ1/4
- 塩・こしょう……適量
- サラダ油……適量

作り方

①鶏肉と野菜は千切りにする。
②鍋にサラダ油を熱し、おろしにんにくとキャベツ以外の野菜を充分に炒める。野菜がしんなりしたら、キャベツを加えてさらに炒める。
③❷に水とチキンスープの素を加えて煮立ったら弱火にして、10〜15分間煮て、塩・こしょうで味をととのえる。



◉簡単スピードゆでたまご

材料…4〜6個

常温の卵……4〜6個
水……大さじ3〜5〈夏場は大さじ3くらい、冬場は大さじ5くらいを目安に。〉

作り方

①フライパンに卵が重ならないように並べる。〈転がるようならキッチンペーパーを敷く〉
②❶に水〈大さじ3〜5〉を加え、蓋をして強火にかける。強火〈3分〉→弱火〈5分〉→火を消して〈7〜10分〉。
③❷を冷水にとり、粗熱が取れたらできあがり。

少ない水で茹すイメージ。冷めても殻はプルッとむけるよ♪





◉根菜チップ

材料…3〜4人分

れんこん……小1節
ごぼう……細1本
揚げ油……適量
塩又はハーブソルト……適量
片栗粉……適量

作り方

①ごぼうは皮をよく洗ってピーラーで薄切りにしたら、水につけてあくを抜く。れんこんは皮をむき、スライサーで薄切りにして酢水につけておく。
②れんこん、ごぼうはしっかりと水気を取り、ごぼうには片栗粉をまぶす。
③170度に熱した油でさっと揚げ、熱いうちに塩・またはハーブソルトをふる。



杏仁霜と粉寒天はブクブク泡立ってもしばらく煮溶かして。



◉杏仁豆腐(デザート)

材料…12個分

<杏仁豆腐>
杏仁霜……30g(大さじ5)
粉寒天……4g
水……150ml
砂糖……大さじ4
牛乳……400ml
生クリーム……100ml
<シロップ>
水……150ml
Ⓐ 砂糖……大さじ1・1/2
Ⓐ レモン汁……小さじ1〜1・1/2
ドライクランベリー……適量

作り方

①鍋に水と粉寒天、杏仁霜を加えて煮溶かす。
②❶に常温の牛乳を3回ほどに分けて加えたら、砂糖を入れて、沸騰しないように温める。砂糖が溶けたら生クリームを加え、水でぬらした型でこしながら流し入れ、固める。
③小鍋にⒶを加えて中火にかけ、砂糖が溶けたら火を止めて冷ます。固まった杏仁豆腐にかけて、ドライフルーツを飾る。



杏仁はぜんそくや咳止め対策に

an-nin

「身近な食材で簡単♪薬膳ランチBOX」レシピを教えてくれたのは、国際クッキングスクールの内堀恵子先生

「杏仁豆腐だけでなく、ごぼうや生姜なども食べて体を整える薬膳の一種です。芽吹く季節のパワーが詰まったランチBOXは、簡単につくれるのでぜひチャレンジしてみて下さいね♪」(内堀先生)



テレ玉の情報番組
「マチコミ」の料理コーナー「クックハンド」に出演中!
(月〜金曜 16:30〜)

国際クッキングスクール キッチン&スタジオ

Ⓑさいたま市中央区上落合9-15-5
ⒶJR大宮駅西口より徒歩7分　Ⓣ048-678-1200
初心者もベテランも大歓迎♪一緒に"美味しいレッスン"はじめませんか?

国際クッキングスクール で 検索

料理・スタイリング／国際クッキングスクール
写真／織田桂子　取材・文／ピースなじかん編集部

現在とこれからをつくる

私の未来じかん

Vol.7

未来は今から始まっています。すてきな「未来」のために、今、どんなことを大切にしていますか？
各方面で活躍する方に「未来じかん」をお聞きしました。

イキイキと仕事をする秘訣はありますか？

両親が教師だったので、私も当たり前のように教師になりましたが、思い立って1年間、アメリカに語学留学をしました。帰国後は、大手ベビー用品メーカーで商品企画のアシスタントとして勤務しました。やがて主担当になり、2年で20億円規模のブランドに成長させることができたのは大きな喜びでした。とはいえ、結婚、出産を経てメーカー勤務が厳しくなったのを機に転職し、ベビー用品カタログのバイヤーの職に就きました。

順風満帆のようですが、辛いことがなかったわけではありません。それでも続けてこられたのは、商品を通して子育てママを応援したいとの一念だったと思います。教師、留学、ベビー用品と一見なんの脈絡もない学びのようですが、期せずしてそれらの点がつながり、今日に至っていることが不思議です。

ベビーコンシェルジュとして大切にしていきたいことは？

ネットショップ「ベビニティーズ」の運営を通じ、現状を知るためにモニター調査をし、それを商品企画に反映、オリジナル商品の販売に注力しています。

ベビー用品は使い方を間違うと危険な場合もあります。そのため、育児用品を学ぶ勉強会などを開催し、商品を正しく使うことで自信をもって安全に育児に臨めるようサポートをしています。

仕事は生涯続けたいと若い時から思っていました。何もないところから人の役に立つものをつくり出すことが大好きです。

息抜きは、愛犬トイプードル2頭と散歩をしたり、映画を見たりすることです。ときに娘とのんびり海外旅行を楽しむことも。

育児で重要なのは、商品に自分を合わせるのではなく、現状に合った使いやすい商品を手に入れることです。そのお手伝いをしていくことに情熱を感じています。



ベビニティーズ　代表
ベビーグッズコンシェルジュ
白石 佳子さん

約15年間勤務していたベビー用品メーカーで、会社初の社長賞を受賞。また業界初のグッドデザイン金賞も受賞するほか、手がけた商品が高く評価された。2014年、私らしいママライフを応援するサイトBabinity's（ベビニティーズ）を開設。商品の選び方や使い方講座、ベビー用品の企画販売、育児情報を発信している。

今回の活動スポット

子育てママ達の『私らしいママライフ』をサポート！
「Babinity's（ベビニティーズ）」



子育てやキャリアのこと、そして子育てママ自身がイキイキと輝くための情報を提供。また、ママ達と共同開発したベビー用品の販売や新米ママのための勉強会も開催。
➡http://babinitys.com/

←オムツ替えも簡単♪
「ラクラクふわふわバルーンオール」

大好きな私の時間

大好きなことを持つのは大切なこと。私の笑顔の源です。


家族旅行で娘と舞妓体験♪


散歩が大好きな愛犬と公園でリフレッシュ


展示会などで出会う新商品にワクワク

写真／織田桂子　取材・文／大前真由美

世代間ギャップのお悩み解決！
祖父母とたのしく

Vol.7 しつけはどうしたらいいの？



NPO法人孫育て・ニッポン理事長
棒田 明子さん
2人の子どもを出産した後、育児雑誌の編集などの仕事に携わる。自身の経験から、母親だけではなく家族、地域、社会で子育てをする日本にしたいと考え、2011年にNPO法人孫育て・ニッポンを設立。

「私たちは、きちんと子どもにしつけをしたいと思っているけど、じいじやばぁばが、ついつい甘やかしてしまって……」と、パパ・ママたちはよく言いますが、祖父母たちも、「自分たちはどこまで口を出したらいいのか」「そもそも叱っていいものか」など、実は多くの悩みを抱えています。そこで、「孫育て・ニッポン」では、「子どもがルールを覚えやすいよう、3歳まではパパ・ママと両家の3家族で、しつけやルールを共有する」ことをおすすめしています。

なぜ3歳までかというと、3歳まではなるべくシンプルに、どこへ行っても同じルールの方が、子どもが混乱しないからです。そして、3歳前後になると子どもは、人を見る目が育ち、誰に言えば自分のリクエストが通るかをきちんと見極め、行動することができるようになります。

ここまで育ったら、あとは子どもたちの腕の見せどころです。「甘やかすこと＝悪いこと」のように、多くの子育て世代は思ってしまいがち。でも、大学生や社会人に祖父母と過ごした良い思い出について聞いてみると、多くの人が「甘やかしてもらった思い出」や「祖父母宅での特別ルール」などをあげるものです。

祖父母との思い出って、両親と違うからこそいいんですよね。でも、祖父母に絶対にして欲しくないことがあれば、それはきちんと伝えておきましょう。



「世代間ギャップの子育てトラブル」を防ぐための講座も多数開催

お悩み募集！ スマイルママコム編集部 info@smilegroup.jp

ママの素敵な活躍しポート

「ピースなじかん」はママたちと一緒に作っています！

Kids Dream Project
by Smilemamacom

幅広い体験・経験を通じて子どもたちの「夢」を「カタチ」にすることを目的としたスマイルママコムのプロジェクト。

スマイルママコムは、ママたちが忙しい毎日の生活の中で、ホッとひと息つける情報誌を目指して毎号、誌面づくりに協力しています。内容は、取材からライティング、セミナー、配付してくださる幼稚園と保育園への電話連絡など。子育て中のママたちが力を合わせて、楽しみながら頑張っています。

私たちはピースなじかんをはじめとするさまざまな舞台で活動しています。興味のあるママはぜひスマイルママコムの「ママメイト」として活躍してみませんか？



スマイルママコムの講師交流会。新しい出会いがいっぱい！



スマイルママコム Smilemamacom
スマイルママコム代表
芳川 ユミ

主にさいたま市でママ4,000人のコミュニティ「スマイルママコム」を運営。ママ＆親子向け講座の開催、ママから始めるお仕事「ママカラワーク」、フリーペーパーの発行事業など、幅広く活躍中。

ママのゴールデンタイムを応援！ スマイルママコム会員&ママメイト募集中！

「何かしたい！」という方、お待ちしています。

「何かしたい！」という方はこちら♪
ママメイト登録

主なママメイトの活動内容
企画／編集／取材／ママモデル／イベントスタッフ／イラストレーター／配布スタッフ／テレアポ など

「遊びたい・学びたい」という方はこちら♪
ママ会員登録

講座やイベントなどママが楽しめるイベントが情報満載

スマイルママコム で 検索

LINE 友だち追加

プロカメラマンが
とっておきの
笑顔を撮影♪

6/3(日)開催!

ピースなじかん

親子で写真撮影会 & 表紙モデルオーディション



表紙モデルになれるチャンス!

ピースなじかん編集部がおすすめする素敵なスポットで「第3回 親子で写真撮影会&表紙モデルオーディション」を開催します。撮影会のみの参加も大歓迎!お気軽にご参加ください。

参加方法

応募期間 4月21日(土)～5月13日(日)

参加資格 6歳(就学前)までのお子さまとパパ・ママ
※子どものみ、パパ・ママのみは参加できません。

申し込み 受付はホームページからとなります。
※応募フォームの記載事項に同意の上、お申し込みください。
【URL】http://www.peacenajikan.jp/
ピースなじかん

お問合せ 【メール】peace_info@fao.co.jp
【TEL】070-3619-2666(平日10:00～18:00)
(親子で写真撮影会／担当・織田)
※電話がつながらない際はメールでお問い合わせください。

一瞬の表情や笑顔を大切にしています!





参加者全員に撮影した写真をプレゼント!

カメラマン 松谷靖之さん
ピースなじかんの表紙と特集ページの写真を撮影してくれている心やさしい"ピースなカメラマン"。
撮影を通じて埼玉県を大好きになってくれました!

参加の流れ

step.1 応募予約 ピースなじかんHPのPICK UP情報の応募フォームから、お申し込みください。

step.2 撮影会 お好きな服装で撮影会場にお越しください。
※撮影会のみご参加の方はこちらで終了となります。

step.3 厳正な選考 後日、表紙モデルを希望された方の中から厳正なる選考を行い、表紙モデルを決定します。

step.4 表紙撮影 ピースなじかんの表紙は取材現場で撮影します。どこで撮影するかはお楽しみ♪

撮影会場

【日程】6/3(日) 参加無料 【時間】10:00～16:00
【定員】30組様※応募多数の場合は抽選
【会場】LA VING 所沢ショールーム
所沢市緑町3-9-12 Tel.04-2968-3382

撮影するスポット



撮影協力／
LA VING 所沢ショールーム
















Peaceful Family

2018.3.11

【撮影会場】
LA VING 川越ショールーム

「第2回親子で写真撮影会」は、3つのスタイルのリビングを一度に体感できる住宅ショールーム「LA VING 川越ショールーム」で開催しました。ご応募いただいたご家族のみなさん、ありがとうございました。すてきな笑顔をご覧ください。



◀スタッフさんとの記念写真





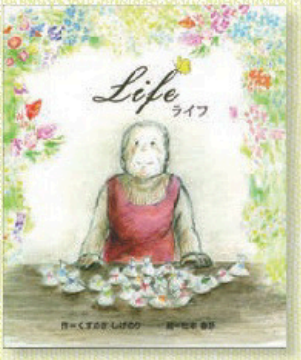









ピースなPRESENT



絵本『Life』

おだやかな春のように、心がほっこり温まる1冊。作者：くすのきしげのり 絵：松本春野

瑞雲舎
http://zuiunsya.com/

1名様



ママラボ UVミルキージェルF

「ママと子どもではじめるUVケア」で紹介したUVカット効果の高いミルキージェル。これからの季節のUVケアに。

コスメプランニング
http://www.cosme-japan.com/

20名様



むさしの村 入園ご招待券

アトラクションのほか、野菜やくだものの収穫体験や動物のふれあい体験など、親子で楽しめる催しがいっぱい。入園招待券を20組40名様に。

むさしの村
http://www.musashinomura.co.jp/

40名様 1組2名

クレヨラ ツイスタブルなめらかクレヨン（12色）



リップスティックのようななめらかさで、筆圧の弱い子どもでも鮮やかに描ける。手が汚れにくいくり出し式。

クレヨラ
http://www.crayola.jp/

2名様



栄光堂製菓 ロシアケーキ18個入（6種×各3個）

「世界のスイーツを見てみよう」で紹介したロシアケーキの詰め合わせ。デコラティブな形は、お皿に盛るだけでインスタ映え♪

※アレルギー表示：
小麦・卵・乳・落花生・大豆・オレンジ

栄光堂製菓
http://eikodo-seika.jp/

3名様

応募方法 下記「ピースなじかん」のホームページのURLまたは二次元コードからアクセスし、読者プレゼント応募フォームより簡単なアンケートにお答えいただき、ご応募ください。ご応募頂いた方の中から抽選でご希望の商品をプレゼント致します。

ピースなPRESENTのご応募はこちらから♪ ➡https://www.peacenajikan.jp/present.html

応募締め切り
2018年6月30日(土)23:59まで

●プレゼント当選者の発表は、賞品の発送をもって替えさせて頂きます。●個人情報の取り扱いについて
※ご応募くださった読者の個人情報（氏名・住所・電話番号など）の取り扱いは、プレゼント当選時の発送に利用させて頂きます。皆様からお預かりした個人情報はピースなじかん編集部が責任をもって管理いたします。

ピースなじかんのWEB版はこちら♪ URL http://www.peacenajikan.jp https://www.facebook.com/peacenajikan.jp/

LINE@ 始めました! 親子で楽しめるイベントやママが喜ぶ情報をお届けします。ぜひ、お友だちになってね♪

お友だち登録方法 ID peacenajikan

LINE → その他 → 友だち追加 → 二次元コードまたはIDを入力

ママたちが開催し、ママたちが学ぶ♪
カルチャースタジオ
ママのバ
URL https://www.mamanoba.jp/

4/2(月)より WEBサイトオープン!
講師登録や講座内容はこちらから♪

住友林業

総合住宅展示場 大宮北ハウジングステージ

“自分でできる子”が育つ家

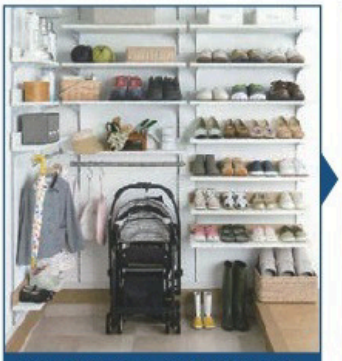
子育て家族必見

GRAND OPEN 4.28 [SUT]



＼自然に自分でできるようになる工夫がいっぱい！／

No.1 靴をしまう
「ただいまクローク」



自分の靴は自分でしまう習慣づけがしやすい玄関収納。

No.2 手洗いうがい
「ただいま手洗い」



玄関からすぐのスペースに手洗いを設置。手洗い・うがいの習慣づけを。

No.3 園児バックなどをしまう
「ただいまクローゼット」

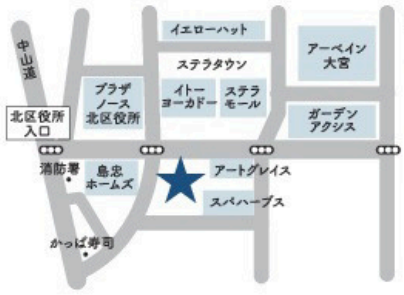


リビング内に子ども専用の収納を設置。

No.4 学習道具を収納
「ただいまカウンター」



ダイニングテーブル近くに学習用品の収納し、子どもと一緒に勉強。



＼ステラタウンでのお買い物帰りにお気軽にお立ち寄りください！／

NEW OPEN

所在地
さいたま市北区植竹町 1-816-1
※大宮北ハウジングステージ内

0120-071-545
（受付時間／10:00～17:00 火・水曜定休）

書店では売っていない
「住まいづくりカタログ」をプレゼント♪



ピースなじかんHPまたは
下記コードからご応募ください。

【応募締切】5/27（日）
【お問合先】peace_info@fao.co.jp

ピースなじかん

抽選で20名様に
QUOカード
1,000円分
をプレゼント！

※応募者の個人情報は住友林業に第三者提供、資料は同社より直接、郵送致します。
※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。



ご来場プレゼント！

ピースなじかん本誌を持参の上、ご来場いただいたご家族に「フルボトルワイン」をプレゼント！

【有効期限】4/21（土）～5/13（日）（10:00～18:00）

※1家族1本とさせていただきます。 ※商品がなくなり次第、別の商品になります。 ※本誌のコピーや複製は不可となります。



企画・編集・発行 株式会社ファジー・アド・オフィス
〒162-0845 東京都新宿区市谷本村町2-10ストリーム市ヶ谷6F



今度のポロは、“デザイン”で選ぶ人が増えそうです。

1975年、ゴルフから遅れること1年。初代ポロがデビューして40年以上、
1,400万台超*を販売したベストセラーカーの誇りを受け継ぎ、まったく新しいポロに生まれ変わります。
安定感のあるワイド&ローのプロポーションは完成度が高く、そのスタイルもスポーティに変化。
*:累計販売台数



車両本体価格帯 ¥1,599,000(税込)～
[move up!(2ドア)]



車両本体価格帯 ¥2,849,000(税込)～
[Golf Touran TSI Trendline]

Volkswagen

●使用している写真は一部日本仕様と異なる場合がありますのでご了承ください。●表示価格は、2018年4月1日現在の車両本体価格（消費税込み）です。オプション装着価格、付属品価格、保険料、税金（消費税を除く）、登録に伴う諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。別途必要となります。※●本価格は予告なく変更する場合があります。

埼玉トヨペットグループ

Volkswagen さいたま新都心
さいたま市大宮区吉敷町 4-216 〒330-0843
TEL(048)650-6663 FAX(048)650-6665
URL http://www.volkswagen.jp/saitamashintoshin/

Volkswagen 草加
草加市谷塚町1986番地 〒340-0023
TEL(048)925-2222 FAX(048)920-6600
URL http://www.volkswagen.jp/soka/

Volkswagen 所沢
所沢市けやき台1-14-5 〒359-1118
TEL(04)2939-1011 FAX(04)2939-9879
URL http://www.volkswagen.jp/tokorozawa/

Volkswagen 戸田公園
戸田市氷川町3-1-30 〒335-0027
TEL(048)420-3200 FAX(048)420-3201
URL http://www.volkswagen.jp/todakoen/

Volkswagen 西大宮
埼玉県さいたま市西区西大宮3-7-8 〒331-0078
TEL(048)871-5890 FAX(048)871-5891
URL http://www.volkswagen.jp/nishiomiya/

試乗車を豊富にご用意しております。
スタッフ一同、心よりお待ちしております。
定休日：毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)
営業時間:10:00～19:00