

イクバシーナ

特集

板橋ママの強～い味方!

プチプラ☆ショッピング @激安店のとや

板橋再発見 vol.7 中板橋
板橋区の駅と、その周辺の
街やグルメをご紹介します!

赤ちゃんが喜ぶ
100均材料で!

手・作・り
お・も・ち・や

かんたん☆
おうちレシピ

レシピナンバー05
米粉のスノーボール

読者プレゼントあります!

リブランとつくる

第2回 子育て世代に
うれしい住まいとは?

連載
コラム

子どもの大学
Pebly College

学力じゃない、知力だ

vol.07
2019 冬

のとやで親子全身コーデに挑戦!!

【下赤塚在住】
せいこさん & ゆうりちゃん(9ヶ月)

【下赤塚在住】
りょうこさん & よしくん(4歳)

娘の服も大人の服も
食事などですぐに汚れてしまう
ので、お手頃でしかも
高見えするような
服を見つけられて
びっくりです!

掘り出し物も
たくさんあって、子供と公園で
遊ぶ服から、ちょっとした
おでかけまで選べてとても
楽しかったです!

- パンダ風ポンチョ ¥485
- レース付きトピス ¥585
- レースポケット付きデニム ¥585
- ジャギーニット ¥885

- ストール ¥585
- ニット ¥195

- ファーバッグ ¥885
- ストレッチデニム ¥1,480

- トピス ¥485
- デニム ¥785

- リュック ¥1,280

- ボトムス ¥750

Total ¥4,905

Total ¥4,080

のとや 赤塚本店

FASHIN BAZAR NOTOYA

50年以上も下赤塚で営業を続けている、地域に根付いた衣料品・雑貨店。所狭しと並んだ商品と、その値段には驚き!商品は頻繁に入れ替わるため、すぐに品切れになるものも。訪れるたび新しい商品に出会える楽しみがあります。1階は婦人服や紳士服、2階はベビーやキッズ服など。店内は階段のみですが、スタッフの方に声がけると、業務用エレベーターを貸していただけるそう。



板橋区赤塚 2-2-6
最寄り駅 東武東上線「下赤塚」駅北口を出て徒歩すぐ
※自転車駐車スペース数台あり
営業時間 10:00~20:00 (火曜休)



(左) 店頭で陳列された商品を見れば、その安さは一目瞭然!
(右) ベビー&キッズ服売り場。下着や靴下などの小物も豊富でお手頃価格にそろいます。

のとや 激安 アイテム紹介!!

【for mom】



ノーカラーコート ¥1,580



ニットロングカーディガン ¥1,480

【for baby&kids】



ドレス ¥398



袴風ロンパース&羽織 ¥585



レインポンチョ ¥385



スカート ¥585



木のおもちゃ ¥100

※商品の値段はすべて税抜き

ほかにもあるよ! 激安店 //

【コットンハウス】

地域に愛され20年以上。婦人服や子供服、日用品など幅広く取りそろえる。



板橋区成増 2-23-1
最寄り駅 東武東上線「成増」駅から徒歩約4分
営業時間 10:00~19:00 (不定休)

【さくらんぼ2号店子供館】

大山ハッピーロードに3店舗を構える激安衣料店。2号店子供館は、子供の服や雑貨、おもちゃなど種類も豊富。



板橋区大山町 47
最寄り駅 東武東上線「大山駅」から徒歩約6分
営業時間 10:00~20:00 (無休)

【Formal style】

Total ¥2,020



板橋ママの強い味方!
CHEAP COORDINATION IN FASHION BAZAR NOTOYA
プチプラ★ショッピング@激安店のとや
すぐサイズアウトする子供服は、安いと助かる! とにかく安い&品数が半端ない!
そんな激安店「のとや」をご紹介します。親子で全身コーデにも挑戦!

下赤塚
shimo-akatsuka

ページ担当...小林摩湖 松本初夏



リブラン とつくる

住まいと、暮らしと、エトセトラ。



www.livlan.com

エコヴィレッジ 検索

株式会社 リブラン

親子が暮らしやすい『住まい』



「私らしさ」を加えていく「楽しみ」
新築マンション「エコヴィレッジ和光新街区」に、より良い親子の暮らしを提案する育児雑誌「tocotoco」プロデュースのモデルルームがOPENしました。親子にうれしい住まいのポイントをチェック！

家族の存在が感じられる
風通りのいい間取り

全戸南向き
明るい日差しがたっぷりそそぐ広々としたLDKとバルコニーで親子の過ごし方が広がる♪

無垢材のぬくもり
素足でも冷たくなく、床暖房なしでもあたたか！調湿性に優れ、冬はほどよい湿度で子ども守られる♡窓も結露しにくい！

Present
イタバシーナを持ってモデルルームに見学に行くと、プレゼントがもらえるよ！詳しくは裏紙へ！

村山ちひろ先生
ベビーとママのための教室と資格取得スクール「ちひろの部屋」を主宰。ベビーマッサージを始め、ファーストサイン、ベビースキンケアの他、デコパージュ、ファーストシューズづくりなどクラフト系も得意とする。
活動は区内にとどまらず、北区・戸田市・西東京市などでも教室を持つ。活動歴10年。中学生・小学生の3児の子育て経験を活かしたレッスンが人気！
http://www.chihiroroom.com/



赤ちゃんが喜ぶ

100均材料で！

手作りおもちゃ

第3回 ベッドメリー・モバイル

今回は低月齢の赤ちゃんからちよつと手先が器用に なった赤ちゃんまで楽しめる、ベッドメリー・モバイルを身近な材料で作ります。

★CHECK! POINT!
※イラストの場合は季節によって変えてあげるお部屋に季節感があますね

※吊り下げるものはイラストや手芸材料、糊つかけのものなど
※最初は揺れるモチーフを眺め↓手を伸ばしハンチー指先でつまんだり握ったりして引っ張る、と言った指先の成長に合わせた遊び方が出来ます

※洗濯はさみから外れたものは口に入れる可能性が高いので、誤飲の可能性の低いものにしてあげましょう

- 1 大判フェルトを畳んで筒状にする
- 2 ループ付き洗濯ばさみを通す
- 3 筒状フェルトの端を縫い留める
- 4 毛糸で吊り下げ部分を作ったら、出来上がり！

ベッドメリー・モバイルの材料

- ★大判フェルト
- ★糸と針
- ★太めの毛糸
- ★ループ付き洗濯ばさみ
- ★吊り下げるもの (イラストや大型ビーズ、ポフポフなど)

作り方

詳しい作り方、応用バージョン

ちくさ あきこ先生
2女1男、3人のママ。主婦から一転、会社勤めとパン教室開催を同時にスタート。はじめは週に一度程度、友人を生徒として教室を開始するも、口コミやブログからの集客で、リピート率の高い教室となる。
CHIGUSA Cooking Studio 代表。ちくさパン教室 主宰。
Blog http://ameblo.jp/chimoweb
HP http://chigusa.strikingly.com/

とっても簡単♪ 材料もシンプル♪

かんたん おうちレシピ

家族みんなで、手づくりのおいしい「体験」をどうぞ！
子どものお手伝いのきっかけづくりやおもてなしにも使えて、ママもにっこり♪

米粉のスノーボール

作り方

- 1 米粉、アーモンドパウダー、砂糖、塩をボールに入れる
- 2 ①にバターと牛乳を加えてスプーンで混ぜる。ぱさぱさしている感じでOKです。
- 3 ビニールに入れて潰すように粉をなじませる。
- 4 丸めて170度で15分焼く、焼き上がったら粉砂糖をふって出来上がり。

アレンジ♪
アーモンドパウダーをきな粉に変えてもOKです。きな粉に糖分が入っている場合はお砂糖を減らしましょう。牛乳を豆乳に変えてもOKです。

レシピナンバー 05

Snowball

約25個分

材料

- 米粉 80g
- アーモンドパウダー 20g
- 砂糖 20g
- 塩 1g
- 無塩バター 40g
- 牛乳 20cc
- 粉砂糖 適量

学力じゃない、知力だ

■勉強を超えて、問題を解決するための『思考技術』を身に着ける場所。
Pebly College Nextは、子供の学力を支える「知力」を育てること、目を向けています。公式を覚えて単純計算を繰り返す算数文章から答えを抜き出すだけの穴埋め問題。従来の学習で子供たちは将来直面する問題を解決するための能力を身に着けられず、世の中の波を自分の力で泳ぐための『知力』は育ちません。
勉強のゴールは、上辺の学力ではなく生きる力に直結する『知力』を育てることにあります。学校生活、中学高校大学受験、成人後の生活において、「生の武器」となる『思考技術』を身に着ける場所がPebly College Nextです。
■受験の世界において、子供に求められる能力が大きく変わる。子供たちが社会で求められる能力は大きく変化していきま。その顕著な例が2020年の大学入試改革です。それまでのセンター試験におけるマークシート形式試験が廃止され、全てが記述で意見を述べる問題に。また、数学、国語、理科、社会という教科はなくな

り、全ての知識を同時にテスト、総合問題へと変わります。■中学受験も大きく変わる。大学受験入試改革における問題傾向は、実は中学受験ではこの数年ですでに導入されている問題形式です。特に公立中高一貫校では『適性検査』と呼ばれる問題であり、グラフを読み取り、データから事実を類推する力、仮説を言語で証明する力を小学生的段階から問うようになっています。私立でも適性検査型試験を導入する学校が急増しており、かつての小学生と明らかに異なり、現代の子供たちは『思考力』そのものが問われるようになっています。
■子供の知力を格段に伸ばす『ロジカル思考技術』。Pebly College Nextでは、算数(数学)、国語、英語、理科、社会といった従来の強化科目だけでなく、人間の能力におけるそのもその土台、『知力』から鍛えます。そのために実施しているのが、独自のプログラム『ロジカル論理思考技術』。プログラム内では、●アイデアを多発する力、発想を縦横無尽に広げる力●持っている知識を運用

する力 ●言語によって、論理的に物事を論証する力 ●不確かな状況でも、結果を論理的に予想する仮説を立てる力などを鍛えます。
入試対策のような一時的な技術で役立つ武器、可能性を秘めた子供時代に身に着けることを目的とします。

今年も一年大変お世話になりました。いつもイタバシーナを読んで勉強になりました！という声を多くいただき嬉しく思っています。さて、毎回連載を担当していました、横山さんが第2子の出産のため記事を書くことができなくなりました。来年からは、Pebly Collegeの様々な分野の専門家が連載させて頂きます。どうぞ、来年もよろしくお願ひ申し上げます。

安藤 裕祐
Pebly College Next (総務部門) 責任者
2年の歳月をかけて、シンカボール、フロンティアメントを日本の子供たちに広げたい。独自のコンテンツを展開する。香く見られるが、2児の父でもある。

詳しくはホームページから！



板橋区ママコミュニティ マムスマイル

Mam Smile 5つの活動理念

ママが社会とつながれる場所を、板橋に。

そんな思いから2016年春、板橋区マムスマイルは発足しました。

マムスマイルは、「出逢い・学び・活躍・支援」の場を作ることによって板橋のママを元気にし、地域活性化につなげることを目指しています。

私たちの取組みを活動理念とともにご紹介いたします。

出逢いの場を作りママたちの孤独をなくしたい



ママが主役のお茶会では、ママ自身の好きなことや将来の夢など語り合うことで、児童館とは別の新たな繋がりが自然と生まれています。

ママたちがそれぞれ能力を発揮し活躍できる機会を作りたい



ママがやりたいことを自覚し、能力を発揮して活躍するまで全力でサポート。レッスン講師や情報誌でのライティングなど、マムスマイルで夢を実現したママも誕生しています。

板橋のママを元気にして地域活性化を目指したい



板橋区初ママ向け地域情報誌「イタバシーナ」を創刊。企画、取材、ライティング、デザイン、配布活動に至るまで、すべて板橋のママたちが担当しています。ママの目線で、地域のお店や取組みも取り上げ、地域活性化に繋がっています。

講座などを開催しママたちの**学びの機会**を作りたい



「ママが笑顔だと子どもも家族も笑顔になれる」を合言葉に、ママの心と身体にアプローチした講座やレッスンを定期開催しています。

職業支援活動を行いママたちの**社会復帰**をサポートしたい



ママの社会参画、社会復帰支援の第1歩として企業主導型保育園「フォレスト志村三丁目」を開設。マムスマイル会員の中から、子どもを預けながら保育士として仕事復帰を果たしたママも誕生しています。

クリスマス with マムスマイル Christmas マルシェ

in ハイライフプラザいたばし

2018年12月10日、ハイライフプラザいたばしで開催されたクリスマスマルシェ。寒い日にもかかわらずなんと250人を超える親子にご来場頂きました。

当日ご来場頂いた皆さま、ご支援ご協力を頂いた皆さま、本当にありがとうございました!!

Mam Smile 主催

イベント 開催報告



たくさんのご来場ありがとうございました

いたばしプロレスとマムスマイル 夢のコラボが実現



「泣きプロレス」でいたばしプロと初コラボ! ベイビーズの泣きっぷりに会場は笑顔に包まれました。

ママのためのワークショップ



参加者ママも、出店してくれたママも輝いていました!!

クリスマスフォトブース ~リンゴの森のX'mas~



ハイハイレース & 動物なりきりレース



ブログ登録で Check LINE@



イラストラリー抽選会

板橋区や協賛企業様のご協力により、とっておきのプレゼントが当たる抽選会を開催!

笑顔溢れる素敵な一日でした!これからもマムスマイルらしく、板橋ママがワクワクするようなイベントを企画していきます。乞うご期待♡

イタバシーナおうえん隊

板橋区 株式会社プロッサム 株式会社 Peby Style 株式会社リブラン まちづくり大山みらい株式会社

いつもありがとうございます

2019 Shopping street in Itabashi-Ku

板橋バール

子連れでも楽しめる Itabashi BAR 2月★開催!!

ママだって気軽に行けるお店がイッパイ パルチケットを購入して食べ歩き♪ チケット 1枚500円

8商店街共催

- 中板橋商店街 2/1 ~ 2/10
- 常盤台 銀座商店街 2/1 ~ 2/10
- 志村銀座商店街 2/15 ~ 2/24
- 上板南口 銀座商店街 2/15 ~ 2/24
- 上板橋 北口商店街 2/18 ~ 2/28
- 遊座大山商店街 2/8 ~ 2/17
- ハッピーロード 大山商店街 2/8 ~ 2/17
- 仲宿商店街 2/19 ~ 2/28

こんなお店も あったんだ

ティクアウト メニューもあるよ

WEBでお店/ check♪

パルの詳細は各商店街 ホームページで♡

☆ ※ おすすめグルメ
● ※ 赤ちゃんの駅

ママ的 中板橋の過ごし方

穏やかな石神井川沿いを子どもと散歩し(板橋十景、春の桜並木は見事!)オムツ替えシートがあるオシャレカフェ(たまごの鶴田)にゆったりランチ。

キッズスペース付き美容室(icoi)でママでも女磨きは忘れない。

おやつ出せと騒ぐ息子に大和屋のへそ饅頭を調達(板橋のいっぴん、へそ踊りでおなじみ)。

はー、今日も一日子育て頑張ったし手抜きも大事よね! 商店街でお惣菜と漬物(稲毛屋&坂井善三商店)購入。やだ最高!

(文 = 鈴木 紀美子)



おいしいグルメを食べた
スタッフの感想はこちら☆



[http://ameblo.jp/mamsmile-tokyo/
theme-10102728799.html](http://ameblo.jp/mamsmile-tokyo/theme-10102728799.html)

読者プレゼント



イタパシーナ
各号
発行記念

ママスマイル×リブラン

育児情報誌tocotoco1冊と、
tocotoco特製マステ&ボールペン
をプレゼント中!

LINE@ QRコード

登録で
ブログ見れます



<blog><http://ameblo.jp/mamsmile-tokyo/>
<お問い合わせ>mamsmile.info@gmail.com

板橋区 ママスマイル